

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ**

Навчально-науковий інститут управління, психології та безпеки

Кафедра практичної психології

**ОБРАЗ МАТЕРИНСТВА У ПСИХОЛОГІЧНІЙ КАРТИНІ СВІТУ
ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА-ПСИХОЛОГА В УМОВАХ ВІЙНИ**

кваліфікаційна робота
здобувача вищої освіти
першого (бакалаврського)
рівня вищої освіти
денної форми здобуття освіти
спеціальності 053 Психологія
Вікторії КОЛАЧНИК

Науковий керівник:
професор кафедри
практичної психології,
доктор психологічних наук,
професор
Галина КАТОЛИК

Рецензент:
професор кафедри загальної та
соціальної психології, кандидат
психологічних наук, доцент
Олена ВАВРИНІВ

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

« » _____ 2026 р., протокол № _____

завідувач практичної психології

_____ **Галина ОДИНЦОВА**

Львів
2026

Анотація

Вікторія Колачник. Кваліфікаційна робота. Образ материнства у психологічній картині світу особистості студента-психолога в умовах війни.

Кваліфікаційна робота присвячена дослідженню образу материнства у психологічній картині світу особистості студента-психолога в умовах війни. Здійснено теоретичний аналіз феномену материнства у психологічній літературі. Розглянуто образ материнства і його роль у психологічній картині світу особистості. Виокремлено чинники формування готовності до материнства і становлення материнської ідентичності. Емпірично досліджено особливості образу материнства у психологічній картині світу особистості студента-психолога в умовах війни. Результати емпіричного дослідження підтвердили, що образ материнства є багатовимірним феноменом, на який пов'язаний як із психосоціальними умовами так і особистісними характеристиками. Загальний масив отриманих даних вказує на поєднання традиційних уявлень про материнство із зростанням індивідуалістичних мотивів й прагматичного підходу до народження дитини. Розроблено рекомендації із метою психологічної підготовки жінок до материнства в умовах війни.

Ключові слова: материнство, образ материнства, картина світу, репродуктивні установки, стресостійкість, само ефективність, гемофілія, генофобія.

Annotation

Victoria Kolachnyk. Qualification work. The image of motherhood in the psychological picture of the world of a student-psychologist's personality in wartime conditions.

The qualification work is devoted to the study of the image of motherhood in the psychological picture of the world of a student-psychologist's personality in wartime conditions. A theoretical analysis of the phenomenon of motherhood in psychological literature is carried out. The image of motherhood and its role in the psychological picture of the world of a personality are considered. The factors of the formation of readiness for motherhood and the formation of maternal identity are identified. The features of the image of motherhood in the psychological picture of the world of a student-psychologist's personality in wartime conditions are empirically investigated. The results of the empirical study confirmed that the image of motherhood is a multidimensional phenomenon, which is associated with both psychosocial conditions and personal characteristics. The total mass of data obtained indicates a combination of traditional ideas about motherhood with the growth of individualistic motives and a pragmatic approach to childbirth. Recommendations have been developed to psychologically prepare women for motherhood in wartime.

Keywords: motherhood, image of motherhood, worldview, reproductive attitudes, stress tolerance, self-efficacy, hemophilia, genophobia.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
------------	---

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОБРАЗУ МАТЕРИНСТВА У ПСИХОЛОГІЧНІЙ КАРТИНІ СВІТУ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА-ПСИХОЛОГА В УМОВАХ ВІЙНИ.....	
8	
1.1. Феномен материнства як предмет психологічних досліджень.....	8
1.2. Образ материнства та його роль у психологічній картині світу особистості.....	11
1.3. Чинники формування готовності до материнства і становлення материнської ідентичності.....	20
Висновки до розділу 1.....	28
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОБРАЗУ МАТЕРИНСТВА У ПСИХОЛОГІЧНІЙ КАРТИНІ СВІТУ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА-ПСИХОЛОГА В УМОВАХ ВІЙНИ	
2.1. Опис вибірки та методів дослідження.....	31
2.2. Аналіз результатів дослідження.....	38
2.3. Рекомендації з метою психологічної підготовки жінок до материнства в умовах війни.....	53
Висновки до розділу 2.....	55
ВИСНОВКИ.....	58
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	62

ВСТУП

Актуальність дослідження образу материнства у психологічній картині світу особистості студента-психолога в умовах війни зумовлена сукупністю як загальнонаукових, так і соціально-психологічних чинників. Насамперед, сучасний етап розвитку психологічної науки характеризується зростанням інтересу до категорії «психологічна картина світу» як інтегративного утворення, що відображає спосіб інтерпретації людиною реальності, систему її цінностей, смислів і життєвих орієнтацій. Ця категорія розглядається як перспективна для узагальнення психічних явищ і пояснення поведінки особистості, оскільки вона акумулює досвід взаємодії людини зі світом і визначає її ставлення до базових життєвих феноменів. У структурі такої картини світу важливе місце посідають соціально значущі образи, серед яких образ материнства є одним із ключових, оскільки він відображає не лише індивідуальний досвід, а й культурно-історичні, соціальні та ціннісні орієнтири суспільства.

Актуальність вивчення розвитку материнської сфери, складовою якої є образ материнства, зумовлюється загостренням демографічних проблем, трансформацією сімейних цінностей і змінами у моделях статевої поведінки. Дослідження показують, що майже половина психічно здорових матерів відчуває труднощі у формуванні адекватного ставлення до дитини протягом першого року її життя. Незважаючи на зростання чисельності випадків жорстокого поводження із дітьми та високий рівень розлучень, ефективні соціально-психологічні програми підтримки сім'ї та материнства залишаються недостатньо розробленими. Втручання процесів усвідомлення у сферу материнсько-дитячих взаємин, які первісно регулювалися несвідомими філогенетичними механізмами, потребує ґрунтовного наукового осмислення як самих цих відносин, так і способів їх психологічного супроводу, включаючи діагностику, корекцію та профілактику. Формування викривленого або нереалістичного образу материнства, в якому домінують або труднощі повсякденного життя, відмова від професійної самореалізації та соціального успіху, або ж, навпаки, ідеалізоване уявлення про

безперервне щастя й радість, може призводити як до свідомої відмови від народження дітей, так і до глибокого розчарування у материнстві.

Особливої значущості проблема набуває в умовах воєнного стану, коли відбувається трансформація базових уявлень про безпеку, майбутнє, сім'ю та батьківство. Війна як хронічна стресогенна ситуація впливає на систему життєвих смислів молоді, актуалізує екзистенційні питання виживання, відповідальності, продовження роду та збереження ідентичності. У таких умовах образ материнства може набувати амбівалентного характеру, поєднуючи в собі як традиційні уявлення про турботу, любов і самореалізацію, так і переживання тривоги, невизначеності та страху за майбутнє дитини.

Дослідження А. Маслоу, К. Роджерса, М. Максименко, О. Проскурняк, Н. Даниленко, Г. Католик, С. Канюки, І. Пелех та ін., свідчать, що материнство є складним соціально-психологічним феноменом, який формується під впливом особистісного досвіду, соціального контексту та кризових умов, зокрема війни, а питання готовності до материнства в кризових ситуаціях набуває нових змістових характеристик. Отже, аналіз образу материнства саме в умовах війни дозволяє глибше зрозуміти трансформації ціннісно-смислової сфери жінки.

Додатково актуальність дослідження зумовлюється специфікою вибірки -студентів-психологів, які перебувають у процесі професійного становлення. Їхня психологічна картина світу формується не лише під впливом життєвого досвіду, а й у процесі засвоєння наукових знань про психіку, розвиток особистості та сімейні взаємини. Це створює особливі умови для рефлексії власних уявлень про материнство, їх критичного переосмислення та інтеграції в систему професійних компетентностей. Водночас саме ця категорія молоді в майбутньому здійснюватиме психологічний супровід сімей, дітей і батьків, що підсилює суспільну значущість вивчення їхніх уявлень про материнство.

Мета дослідження: здійснити теоретико-емпіричне вивчення особливостей образ материнства у психологічній картині світу особистості студента-психолога в умовах війни.

Об'єкт дослідження : материнство як психологічний феномен.

Предмет дослідження: образ материнства у психологічній картині світу особистості студента-психолога в умовах війни.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз феномену материнства у психологічній літературі.
2. Розглянути образ материнства і його роль у психологічній картині світу особистості.
3. Виокремити чинники формування готовності до материнства і становлення материнської ідентичності.
4. Емпірично дослідити особливості образу материнства у психологічній картині світу особистості студента-психолога в умовах війни.
5. Розробити рекомендації із метою психологічної підготовки жінок до материнства в умовах війни.

Теоретико-методологічна база дослідження: наукові погляди на образ материнства (К. Роджерс, А. Маслоу, Д. Стерн, К. Юнг, Н. Даниленко, Г. Католик, С. Канюка, Н. Чепелєва, І. Пелех), наукові дослідження «картини світу» як наукової категорії (А. Карибські, Дж. О'Коннор, Дж. Сеймор), теоретичні положення щодо психологічної готовності до материнства (Л. Магдисюк, В. Демчук, С. Канюка, О. Проскурняк, Н. Даниленко, Д. Кирилова); ресурсний підхід у подоланні стресу та до материнства зокрема (Б. Гасюк, Г. Шевчук, О. Штепа, Ю. Карпюк, А. Бандура, Е. Дінер, С. Фолкман, С. Хобфол).

Методи дослідження: аналіз, синтез та узагальнення; емпіричні методики: «Рольовий опитувальник дітородіння» (РОД) М. Родштейн [13], «Шкала сприйнятого стресу» (PSS-10) [36], Ш. Кoen, «Шкала загальної самоефективності» (GSE) Р. Шварцер та М. Єрусалем [11]; математико-статистичні методи: відсотковий аналіз, кореляційний аналіз Пірсона.

Вибірка дослідження: 73 студенток денної і заочної форм навчання бакалаврату й магістратури, спеціальності «Психологія» ЛьвДУВС та НУ «Львівська політехніка».

Теоретичне значення дослідження полягає у поглибленні наукових уявлень про образ материнства як складного багатовимірного утворення та його місце у структурі психологічної картини світу. Результати дослідження сприяють інтеграції різних підходів до вивчення материнства як соціального-психологічного феномену та розкривають особливості його репрезентації у свідомості студентської молоді в умовах війни. Результати дослідження також дозволяють розширити наукове розуміння механізмів формування ціннісно-сислової сфери особистості, зокрема в контексті впливу екстремальних умов життєдіяльності.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання його результатів у психологічному консультуванні, психопрофілактичній та психоосвітній роботі зі студентською молоддю. Розроблені нами рекомендації можуть бути використані для розробки соціальних програм, спрямованих на підтримку сім'ї та материнства в умовах війни. Також, важливим є і використання результатів у професійній підготовці майбутніх психологів, зокрема в курсах сімейної психології, психології розвитку та кризової психології.

Структуру кваліфікаційної роботи складають вступ, два розділи й висновки до них, загальні висновки, список використаних джерел.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОБРАЗУ МАТЕРИНСТВА У ПСИХОЛОГІЧНІЙ КАРТИНІ СВІТУ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА-ПСИХОЛОГА В УМОВАХ ВІЙНИ

1.1 Феномен материнства як предмет психологічних досліджень

Науковий інтерес до материнства сформувався на відносно пізніх етапах розвитку науки, та сьогодні він набуває усе більш вираженого полідисциплінарного характеру. Материнство стає предметом досліджень не лише у традиційно пов'язаних із ним галузях (медицині, фізіології та біології поведінки) але й у гуманітарних дисциплінах: психології, історії, культурології, соціології тощо. Психологія, поєднуючи природничо-наукові та гуманітарні підходи, а також маючи можливість впроваджувати превентивні заходи щодо девіацій, опиняється в центрі вивчення проблем материнства.

Материнство є однією з найбільш фундаментальних цінностей людства, а сучасні психологічні розвідки підтверджують його значущість для особистісного розвитку дитини, розкривають структуру й шляхи формування материнської поведінки, демонструючи множинність культурних й індивідуальних варіантів цього феномену [7]. Відтак більшість дослідників розглядають материнство як самостійну реальність, що потребує цілісного наукового підходу [7; 19; 21]. Незважаючи на досягнення в медицині, фізіології, акушерстві та неонатальних практиках, саме психологічні проблеми материнства й раннього дитинства залишаються надзвичайно актуальними [30].

Аналіз наявних досліджень свідчить, що більшість із них відображають загальні особливості жінки, а не специфіку материнської сфери й її формування. Відсутній також й глибокий аналіз генези материнства [14; 17].

Розкриваючи зміст і сутність поняття материнства, доцільно зазначити, що в словнику української мови «материнство» автори трактують як стан жінки-матері, який охоплює періоди вагітності, пологів та вигодовування дитини [21].

Поняття «готовність до материнства» у зарубіжній науковій традиції сформувалося у 70-х р.р. XX століття. Зокрема, А. Маслоу розглядав

«материнство» як компонент системи вищих потреб особистості, передусім потреби у належності, любові й самоактуалізації. На його думку «реалізація себе в ролі матері» стає можливою тільки на рівні «вершинного досвіду», коли особистість намагається вийти за свої межі й досягти гармонії із іншими [23].

Відтак концепція А. Маслоу дає підстави трактувати материнство не лише як соціально зумовлену норму, а й як одну з вищих потреб, пов'язаних із любов'ю, відчуттям належності та реалізацією процесу самоактуалізації особистості. У межах цього підходу сформована психологічна готовність розглядається як показник особистісної зрілості та спрямованості жінки на розкриття власного потенціалу [23].

К. Роджерс наголошував, що повноцінне материнство можливе тільки за умови самоприйняття жінки, усвідомлення нею власних почуттів і потреб, оскільки саме високий рівень конгруентності дозволяє забезпечити дитині «безумовну любов» [27].

Дослідження індивідуально-психологічних характеристик і ресурсів, що забезпечують ефективне виконання материнської ролі, ґрунтується на теорії рис Г. Олпорта [26]. Його наукові напрацювання дозволяють визначити, які саме стабільні риси особистості, зокрема відповідальність, емпатійність та емоційна рівноваженість, що входять до структури пропріуму, виступають ключовими детермінантами здатності жінки до адаптації й підтримання психологічної рівноваги в нових життєвих умовах.

Д. Стерн уводить поняття «материнської констеляції», тобто специфічний психічний стан, що актуалізується під час вагітності. Вчений-психоаналітик наголошував, що материнство виходить за межі суто біологічного процесу, охоплюючи також психологічні, соціальні та культурні аспекти. Це особливий спосіб «переживання себе», у центрі якого перебуває орієнтація на благополуччя дитини [61, с. 174].

У аналітичній психології К. Юнга «архетип матері» є одним із базових образів «колективного несвідомого», який визначає здатність до турботи, захисту та глибокої відданості іншому. Учений підкреслював, що цей архетип не

обмежується лише біологічною функцією материнства, а відіграє досить важливу роль у формуванні соціальних ролей жінки й її внутрішньої готовності до опіки та підтримки [38].

Сучасні дослідники розвиваючи зазначені підходи, акцентують увагу на багатовимірності «психологічної готовності до материнства» (далі – ПГМ). Зокрема, у працях С. Канюки підкреслюється значення толерантності як важливої умови формування готовності до материнства, що сприяє адаптації жінки до нових соціальних й психологічних вимог [13]. Л. Магдисюк та В. Демчук зосереджують увагу на специфіці формування ПГМ у молоді в сучасних воєнних українських реаліях, враховуючи вплив стресогенних чинників [21].

Материнство у дослідженні Д. Кирилової [16] розглядається через призму трьох взаємопов'язаних вимірів: біологічного, соціального та психосоціального. Водночас психосоціальний підхід зосереджується передусім на індивідуальному досвіді жінки, процесі прийняття нею нової ролі й включенні материнських функцій у систему цінностей.

За визначенням І. Анчевої, ПГМ є інтегративним психічним станом, який дослідниця розглядає не тільки як сукупність окремих знань чи навичок, але і як цілісний психоемоційний феномен, що охоплює мотиваційні та ціннісні компоненти [3].

О. Божук трактує материнство як специфічний прояв потребнісно-мотиваційної сфери жінки, який поєднує прагнення до самореалізації, емоційної близькості та соціального визнання. Такий підхід підкреслює значення материнства як важливого чинника розвитку індивідуальності [5].

Психоаналітичні концепції зосереджуються на ролі матері як ключової фігури, яка забезпечує формування гуманістичних якостей дитини й закладає основу її емоційного розвитку. Материнство є важливим чинником соціалізації, який визначає базові особистісні установки дитини [9].

Традиційно у психології особистості та дитячій психології материнство розглядалося переважно в межах взаємодії «мати–дитина», починаючи із самого моменту народження дитини [12]. Однак такий підхід певною мірою звужує

розуміння феномена, оскільки не враховує автономності жінки як суб'єкта. Дослідження показують, що формування готовності до материнства розпочинається ще до народження дитини, коли починає поступово змінюватися свідомість і самосвідомість майбутньої матері. При цьому жінка зберігає власні потреби та переживання, а потреби дитини не завжди усвідомлюються нею повною мірою. Однак, хоча материнські функції реалізовувалися протягом тисячоліть, їх наукове осмислення активізувалося лише порівняно недавно [17].

Отже, сучасні психологічні дослідження феномену материнства спрямовані на вивчення того, як виконання материнських функцій відображається у внутрішньому світі жінки, які складові цього процесу є усвідомленими, а які залишаються на рівні несвідомого, а також як взаємодіють ці рівні для забезпечення повноцінного розвитку дитини. Водночас система «мати–дитина» розглядається як взаємодія двох автономних суб'єктів, які перебувають на різних етапах психічного розвитку й відрізняються способами регуляції діяльності

1.2. Образ материнства та його роль у психологічній картині світу особистості

Дослідження «картини світу» як наукової категорії набуває дедалі більшої актуальності у зв'язку з поширенням її використання та відсутністю однозначного визначення і вичерпного тлумачення. Це поняття має міждисциплінарний характер, оскільки формувалося паралельно в межах психології, етнології та лінгвістики. У різних галузях науки існує низка понять, що описують моделі об'єктивного світу й висвітлюють різні його аспекти залежно від предмету дослідження: модель світу, картина світу, світогляд, образ світу, концептуальна система тощо. Загалом їх об'єднує певна філософська орієнтація на репрезентацію суб'єктивного відображення об'єктивного світу, тобто на специфічне, цілісне бачення навколишнього середовища індивідом, що існує у скороченому та трансформованому вигляді [19].

У міру зміни систем тлумачення дійсності, що зумовлюється її практичним освоєнням, у різних галузях науки з'являлися спроби вивчити не лише об'єкти

навколишнього світу, але й спосіб, у який вони сприймаються людиною. Психологія й психофізіологія сприймання мають значну емпіричну базу, проте більшість фактів досі не отримали комплексного пояснення.

Уся історія людства -- це процес взаємодії із біосоціальним середовищем, його сприймання, інтерпретації й інтеріоризації, що проявляється через категоризацію та систематизацію накопичених знань. Водночас особистість ніколи не зможе повністю відобразити увесь обсяг навколишньої реальності, який завжди перевищує будь-які наявні уявлення. Щоб опанувати хоча б частину інформації, індивід змушений спрощувати її, підлаштовувати під власні категорії мислення та трансформувати в форму, придатну для прийняття рішень. Дж. О'Коннор та Дж. Сеймор порівнюють сприйняття людиною світу з роботою географічних карт: «Карти мають зображувальний характер: вони несуть інформацію, але водночас пропускають частину даних, залишаючись цінними допоміжними засобами для орієнтації на території. Ми фокусуємося на тих аспектах, які нас цікавлять, і ігноруємо інші» [59, с.12].

Психічна діяльність індивіда, що проявляється у взаємодії із явищем, предметом, іншою людиною чи групою, передусім вимагає наявності двох умов: об'єкта і суб'єкта сприймання. Під час процесу психологічного аналізу недостатньо лише вказати на фізичне існування об'єкта: навколишній світ має бути відкритим й представленим у формі, здатній стати певною психічною реальністю для людини. Саме це обґрунтовує введення поняття картини світу як психологічного [42].

Зважаючи на молодість психології як науки та інтенсивне формування її термінологічної бази, розповсюдженість і частота використання термінів не гарантують чіткого розмежування їх змісту. Розвиток концепцій відображення людиною навколишньої реальності розпочався лише століття тому, і його витoki походять із різних дисциплін.

У психолінгвістичних дослідженнях значну увагу приділено мовній концептуалізації дійсності, специфічній для кожної мови. Особливості такої концептуалізації відображають культуру, яка використовує конкретну мову

(В. фон Гумбольдт, Л. Вайсгербер, Л. Вітгенштейн). Слова із неявними смислами несуть у собі підґрунтя культурних знань і підсвідомо впливають на спосіб сприймання [54].

Елементи індивідуалізації картини світу забезпечують можливість формування унікальних людських особистостей через створення індивідуальних варіантів картини світу. Додаючи власні нюанси й деталі, особистість формує неповторну версію своєї картини світу, яка перебуває в постійній динаміці та може зазнавати значних змін протягом життя.

Категорія «картина світу» досліджується не лише психологами та лінгвістами, а й у когнітивістиці, де аналізується процес концептуалізації дійсності та її відображення [46]. Сьогодні разом із «картиною світу» використовують низку понять, які вважаються синонімами чи близькими за змістом. Так, світогляд визначають як систему поглядів на природу, життя, суспільство [49]. Цей термін має переважно філософський характер і носить глобалістичний зміст. Категорія «картина світу» описує закони функціонування реальності у свідомості людини, і на основі цього формує концепцію власної особистості, стратегію поведінки та цінності.

Вперше термін «карта світу» запропонував А. Карибські, підкресливши, що через кодування реальності людина створює власне бачення світу, яке може містити помилки [51]. Модель світу формується за допомогою «фільтрів сприймання», тобто, репрезентативних систем, стратегій, програм, вірувань, що впливають на пізнавальну діяльність [51]. Концепцію «картини світу» було сформульовано Р. Редфілдом на початку XX століття, які він розглядав як бачення світобудови, що властиве певному народові, уявлення членів суспільства про себе й власну активність у світі [52].

Категорія «образ світу» вперше була запропонована в контексті аналізу закономірностей побудови перцептивних образів в межах психологічної теорії діяльності, згідно якої «образ світу» є «організованою системою особистісних когніцій, що конструюють модель або образ реальності, спосіб існування речей» [28]. До нього входять амодальні якості (сприйняття яких неможливе певними

сенсорними каналами і які відкриваються через мислення або експеримент) та «надчуттєві» властивості. Формування образу світу виходить за межі безпосередньої чуттєвості людини, позаяк він включає не точне віддзеркалення предмету, а створений від нього психологічний образ [28].

Знання про світ існує лише як результат певної взаємодії суб'єкта та об'єкта; при цьому неможливо чітко відокремити внесок людини від того, що надходить від об'єкта. Пізнання світу через психобіологічні ресурси, активне й конструктивне, часто не дозволяє суб'єкту усвідомити ступінь відповідності власного уявлення реальності.

«Картина світу» пов'язана із відчуттям внутрішньої визначеності й самоочевидності, які необхідні для моральної цілісності й душевного здоров'я. Вона є одним із чинників, що впливають на психічне та фізичне благополуччя людини. Особистість формується через виділення себе із навколишнього світу, структурування відносин із ним й підпорядкування життєдіяльності стійкій структурі цих відносин. Означені функції реалізуються через смислову сферу особистості -- сукупність смислових структур та зв'язків, які забезпечують регуляцію цілісної життєдіяльності певного суб'єкта [29].

Зміни в навколишньому світі трансформують структурні елементи самосвідомості та картину світу, але їхня взаємодія формує стійку систему зв'язків зі світом, яка дозволяє зберігати цілісність особистості. «Картина світу» проявляється у внутрішніх переживаннях й відчуттях, сформованих особистісними смислами, які надають унікальні барви окремим образам та картині світу загалом. Тому кількість картин світу співпадає з числом людей.

Сьогодні концепція картини світу, інтегруючи риси образу та моделі світу, трактується як «ідеальне утворення, що може опредмечуватись у різних знакових формах, повністю не відображаючись у жодній із них, існує у нечіткому, невідрефлексованому, неоформленому стані» [35].

Поняття образу й картини світу є ключовими категоріями сучасного наукового пізнання. Хоча вони виникали та розвивалися паралельно, їхні

визначення часто взаємозамінюються, що відображає природний розвиток термінології наук, які описують складні явища із багатьма аспектами.

У нашій кваліфікаційній роботі «картина світу» розглядається нами як психічний феномен, у межах якого формується та розвивається образ материнства.

Кожне окреме дослідження феномену материнства відкриває певні аспекти цього складного явища. Зокрема, дослідження образу материнства розпочалися відносно недавно, коли набув поширення підхід до вивчення образів предметів й явищ у свідомості людини (образ батька, держави тощо) [35].

Вивчення образу материнства відкрило значні перспективи. Майже відсутні дані щодо формування цього образу у чоловіків, його впливу на особистісні якості, стосунки із близькими та життєві стратегії. Відомо лише, що позитивне ставлення чоловіків до вагітних та молодих матерів сприяє соціальній підтримці [24]. Водночас бракує досліджень щодо корекції материнського ставлення й впливу цих процесів на становлення жінки як матері.

Піклування матері про потомство зустрічається майже у всіх живих організмів, однак саме у людини воно набуває особливого значення. Як представниця виду *Homo sapiens*, саме мати забезпечує розвиток дитини як людської істоти із певними характерними особливостями діяльності, структурою мислення та формуванням «робочої моделі світу». Саме взаємодія із матір'ю (й іншими дорослими) вводить дитину у процес засвоєння видотипових засобів відображення реальності, включно із мовою, що сприяє видотиповим змінам у структурі головного мозку [18]. Отже, материнство забезпечує формування конкретних елементів у центральній частині «картини світу» дитини й передає їх через модель материнства.

Біологічна основа материнських реакцій жінки пов'язана зі складними гормональними процесами, які підвищують сприйнятливість до взаємодії із дитиною. Але інтерпретація цих станів залежить від особистості матері, сенсу вагітності для неї й соціально-сімейного контексту. Гормони можуть стимулювати любов чи відторгнення, але конкретна поведінка визначається ситуацією й минулим досвідом [18]. Хоч здатність бути матір'ю закладена у самій природі

жінки, соціальні норми й цінності істотно впливають на її ставлення до материнства й формування образу дитини [16]. На вищих стадіях розвитку людини поведінкові схеми формуються на основі життєвого досвіду, а чим складніша поведінка, тим довший та різноманітніший шлях її становлення [16].

Соціальні обмеження, осуд вагітності або акцент на соціальний статус можуть змусити жінку відмовитися від материнства або навіть завдати шкоди дитині. Неадекватне ставлення до пологів і штучне годування груддю можуть суттєво порушити материнські почуття [32].

Ієрархія цілей та потреб регулюється культурними нормами та цінностями, що інтегруються в різні культурні моделі та впливають на ціннісно-сміслові орієнтації людини [29]. Найскладніші моделі пов'язані із міжособистісними стосунками, які забезпечують досягнення суспільних цілей (система виховання, навчання, обряди тощо) [30].

Материнська сфера є специфічним варіантом батьківської, що входить до репродуктивної сфери. Реалізація материнської поведінки забезпечує не лише продовження роду, але й задоволення особистісних потреб -- продовження себе, реалізацію очікувань, відповідність культурній або індивідуальній моделі [28]. Усвідомлення зв'язку статевої й батьківської сфер є необхідним для задоволення цих потреб.

Материнська сфера є певним динамічним утворенням, яке розвивається протягом життя, зокрема від народження матері до вагітності, на якому формується система потенційних умов для розвитку базових якостей після пологів, закладених у соціальному контексті та взаємодії із власною матір'ю [35].

При народженні дитини мати має базовий рівень розвитку материнської сфери, а актуальне материнство (взаємодія із дитиною) модифікує її зміст залежно від умов [35]. Дослідники, використовуючи еволюційно-порівняльний підхід, визначили наступні етапи розвитку материнства [29].

I етап – взаємодія із власною матір'ю, який починається ще із внутрішньоутробного розвитку й триває протягом усього життя. Особливо критичними є немовлячий і ранній вік, коли саме формуються базові основи

особистості й ставлення до світу. Дитина засвоюючи емоційний досвід взаємодії із матір'ю, пізніше переносить його на контакти із іншими дітьми, тваринами чи іграшками. Спостереження за поведінкою дорослих у таких взаємодіях формує у дитини уявлення про турботу, розподіл ролей і емоційність, закладаючи цінність себе та інших дітей [29].

II етап – розвиток материнської сфери під час ігрової діяльності, коли дитина відпрацьовує елементи материнської поведінки й засвоює роль матері в процесі сюжетно-рольових ігор.

III – няньчення (4,5–6/10 років), коли дитина отримує досвід турботи про реальних немовлят, що сприяє розвитку емоційної ініціативи та навичок взаємодії. У сучасних нуклеарних сім'ях цей досвід часто обмежений, і діти спостерігають за доглядом за немовлям здалеку, що зменшує емоційне задоволення і може викликати ревності або деформацію цінностей турботи [29].

IV етап – диференціація мотиваційних засад материнської й статевої сфер, який триває від завершення етапу няньчення до вагітності. У цей період остаточно закріплюється цінність дитини й материнства, засвоюються певні культурні уявлення про «материнські норми» [29].

V етап – взаємодія із власною дитиною, який насичений реальним досвідом материнства, включає вагітність, пологи та грудне вигодовування. Базовий накопичений досвід конкретизується у практичній діяльності, формуючи неповторну взаємодію матері й дитини.

VI – стосунки із дитиною після завершення періоду немовляти. Ставлення матері стабілізується, що впливає на емоційне благополуччя дитини, розвиток її пізнавальної мотивації та стиль переживання стрес-факторів.

Процес формування материнства починає формуватися задовго до появи думок про народження дітей. Він передбачає багаторічний шлях особистісного розвитку жінки й становлення комплексу психологічних новоутворень, що забезпечують готовність до материнства.

Вагітність є періодом критичних психічних перебудов, які включають адаптацію статево-рольової ідентичності, стосунків із власною матір'ю й здатності

до адекватної взаємодії із батьком дитини. Успішне завершення цих процесів забезпечує інтеграцію особистості та готовність до нового соціального статусу матері. Навпаки, деформація материнської сфери може зробити вагітність джерелом тривоги й внутрішнього дискомфорту, пов'язаного із переживанням провини чи невідповідності власним очікуванням [12].

Е. Фром вважав материнську турботу й любов найприроднішою формою самореалізації людини. Любов до дитини надає сенсу власному життю й розкриває внутрішній потенціал жінки. Він підкреслював, що здатність любити – це здатність віддавати себе іншому, а не лише прагнення до власної значущості; материнська любов, яка «нічого не бажає для себе», є найскладнішою формою любові, оскільки потребує особистісної зрілості [13].

Материнська любов не має універсальної моделі поведінки і переживань [8]. Саме й тому феномен материнської любові проявляється у численних культурних і соціальних варіантах, а матір повинна бути не лише компетентною у ролі матері, а й щасливою людиною. Важливо не тільки любити дитину, а й вміти виражати цю любов через дії, відповідно до внутрішнього «інстинкту», створюючи для дитини оптимальні умови розвитку [8].

Образ материнства є глибоко психологічним явищем, що починає формуватися ще до народження дітей та продовжує розвиватися протягом усього життя [9]. Він містить збірні образи матері й дитини, що формуються через: переживання стосунків із власною матір'ю; контакти із дітьми, особливо із немовлятами; засвоєння соціокультурних цінностей материнства та дитинства; власний досвід вагітності й батьківства.

Під впливом соціокультурного й особистісного досвіду (соціально-економічний статус матері, ставлення до вагітності, тощо) окремі переживання набувають емоційного навантаження й ціннісного рангу, стаючи носіями власного смислу. Відтак формується система ставлень, очікувань й установок щодо материнства [9].

Розвиненість образу материнства визначає ПГМ («психологічна готовність до материнства»), ідентифікацію «Я-сама» з «Я-мати», прийняття своєї

материнської ролі, а також розвиток потребоно-мотиваційної сфери жінки [9]. Образ материнства відіграє досить важливу роль у формуванні життєвих стратегій і системи близьких стосунків. При цьому негативні чи болісні переживання можуть блокувати розвиток мотиваційної сфери та утруднювати прийняття батьківства [9].

Сьогодні трактування «психологічної готовності до материнства» у науковій літературі варіюється залежно від теоретичних підходів, проте у цілому воно трактується як багатовимірне утворення, яке поєднує як особистісні, так і діяльнісні характеристики жінки. Д. Кирилова трактує феномен ПГМ як складову життєвих смислів жінки [15].

У сучасному науковому дискурсі виокремлюють кілька підходів до розуміння ПГМ. Зокрема, як одну із форм реалізації особистісного потенціалу жінки (А. Маслоу) [23].

На думку ряду дослідників [11; 13; 26], ПГМ є специфічним особистісним утворенням у структурі якого основне місце займає ставлення жінки до ненародженої ще дитини як до суб'єкта взаємодії.

Дослідник О. Проскурняк ПГМ трактує як складний внутрішній та динамічний процес, який передбачає трансформацію особистості та ґрунтується на прагненні до самоактуалізації із збереженням власної ідентичності [26].

ПГМ розглядається загалом як інтеграція природно-материнських інстинктів й набутих особистісних утворень, котрі формуються протягом життя під впливом суспільно-культурного контексту, сімейних взаємин (передусім взаємодії із матір'ю) та системи цінностей. Така ПГМ забезпечує психологічну стійкість жінки до життєвих змін, пов'язаних із вагітністю, пологами, народженням дитини та формуванням нової системи соціально-емоційних зв'язків (О. Проскурняк, С. Канюка) [26].

У свою чергу Д. Кирилова акцентує увагу на значущості проблеми материнства в контексті сучасних соціально-демографічних викликів, серед яких зниження рівня народжуваності, зростання кількості розлучень, поширення соціального сирітства й різноманітних форм девіантної материнської поведінки. У цьому контексті ПГМ постає як визначальний чинник успішної реалізації

материнської ролі, яка формується під впливом соціокультурних та біологічних детермінант [15].

Розвиток образу «Я-матері» є важливим компонентом формування ПГМ, що розпочинається у підлітковому та юнацькому віці. Становленню позитивного образу «Я-матері» сприяє усвідомленню майбутньої материнської ролі й розвитку відповідальності [13]. Цей процес забезпечує внутрішню готовність жінки приймати на себе нові обов'язки й долати виклики, пов'язані із материнством.

На особливу увагу заслуговують праці С. Максименка, який підкреслює, що ПГМ передбачає розвиток особистісної зрілості жінки, її здатності до самопожертви, відповідальності, довіри до світу [22].

Отже, розвиненість образу материнства визначає ПГМ, ідентифікацію «Я-сама» з «Я-мати», прийняття своєї материнської ролі, а також розвиток потребо-мотиваційної сфери жінки. ПГМ охоплює когнітивний (знання та уявлення), емоційний (прийняття та почуття) та поведінковий (брати на себе відповідальність та готовність діяти) компоненти. Вони забезпечують ефективну адаптацію жінки до материнської ролі. Успішне формування ПГМ є одним із основних факторів позитивної взаємодії матері й дитини, яке визначає не тільки якість материнства, але й успішність психічного розвитку дитини. Але, навіть за сприятливих умов формування образу материнства не охоплює всіх аспектів майбутньої реальності (соціальних, економічних, фізіологічних). Вивчення індивідуального набору репрезентацій функціональних сторін материнства відкриває широкі можливості для психологічної корекції та підтримки.

1.3 Чинники формування готовності до материнства і становлення материнської ідентичності

Дослідники виділяють кілька груп чинників формування ПГМ, становлення материнської ідентичності й її ресурсного потенціалу умовно класифікуючи їх як мотиваційні, операційні, соціально-психологічні й психофізіологічні [1; 25; 26; 29].

Особливе значення у формуванні материнської сфери має період вагітності, що розглядається дослідниками як критичний та надзвичайно важливий етап у

житті жінки і її родини [25]. Саме у цей час відбувається інтенсивна підготовка до виконання материнських обов'язків.

Українські дослідження М. Гасюк, Ю. Карпюк, які присвячені віковим особливостям вагітних жінок, наголошують, що вагітність у неповнолітніх й молодих жінок має багатофакторний характер, поєднуючи соціально-культурні, економічні й особистісні чинники [10]. Особливості юнацького віку (слабка саморегуляція, відсутність життєвого досвіду, нестійкість емоційної сфери) значно ускладнюють адаптацію до ролі матері.

Дослідники М. Гасюк, Ю. Карпюк виділяють період ранньої молодості (18–25 років) як етап, коли жінка вже досягає фізіологічної зрілості для материнства, і зазначають, що саме цей вік є найбільш сприятливим для народження першої дитини [10]. Основні труднощі цього періоду здебільшого пов'язані із соціальною сферою. Так, материнство може ускладнити завершення навчання у ЗВО, створити напруженість у стосунках із партнером чи батьками, які не завжди готові прийняти появу дитини в родині. Часто вагітність може мати приховані мотиви. У поєднанні із гормональними змінами під час вагітності й після пологів це може погіршити емоційний стан й збільшити ризик післяпологової депресії (Г. Католик, І. Пелех) [6].

У період від 25 до 37 років створюються найсприятливіші психологічні умови для народження дітей, позаяк вагітність зазвичай є очікуваною й супроводжується усвідомленням відповідальності. За сприятливих психоемоційних обставин жінка переважно виявляє глибоку внутрішню потребу в народженні дитини, що дозволяє відкрити новий рівень її духовного розвитку [10]. Відтак, емоційно-психологічний стан жінки у період вагітності виступає важливим індикатором її ПГМ.

Для повного розуміння чинників ПГМ та формування образу материнства в умовах воєнного стану варто звернутись до одного із найбільш продуктивних сучасних підходів в психології, а саме до ресурсного підходу (С. Лукомська; О. Штепа) [20; 37]. Дослідження ресурсів материнства як особливого виду

суб'єктного досвіду, присвячені наукові розвідки Б. Гасюк, Ю. Карпюк, Г. Шевчук.

У зарубіжних дослідженнях ресурси розглядаються як механізми подолання стресу в кризових чи мінливих життєвих обставинах (А. Бандура, Е. Дінер, С. Фолкман, С. Хобфол С. Фолкман) [42; 56; 60]. Ресурси поділяють на внутрішні (суб'єктивні) й зовнішні (об'єктивні). До внутрішніх належать особистісні характеристики -локус контролю, життєстійкість, самоефективність, толерантність до невизначеності, фізіологічний потенціал організму. Зовнішні ресурси включають матеріальні умови та соціальне середовище, тоді як соціальні ресурси поєднують обидва рівні й включають підтримку, міжособистісні зв'язки, соціальні ролі.

Материнство, особливо в умовах війни, супроводжується значним підвищенням рівня стресу й потребує залучення цілого спектру ресурсів для адаптації жінки до нової ролі. Поява дитини спричиняє глибокі зміни в емоційній, когнітивно-поведінковій і соціально-ролевій сферах матері (Г. Католик, І. Пелех [14]). Важливе значення мають як об'єктивні умови (соціальний статус, здоров'я, економічна стабільність), так і психологічні чинники: рівень зрілості, система цінностей, стан готовності до батьківства [14].

Формування спотвореного або нереалістичного уявлення про материнство, у якому або переважають труднощі повсякденності, відмова від професійної самореалізації та соціальних досягнень, або ж, навпаки, домінує його надмірна ідеалізація як безперервного джерела щастя й радості, може зумовлювати як свідоме небажання народжувати дітей, так і подальше глибоке розчарування в материнській ролі. Наслідком цього часто стають внутрішні кризи, післяпологові депресивні стани, свідоме чи неусвідомлене відсторонення від материнства, а також неприйняття власної дитини. Усе це суттєво ускладнює для жінки процес осмислення материнства як значущого життєтворчого досвіду [26].

Особливої актуальності ця проблема набуває в умовах воєнного стану, коли зазнають змін базові уявлення про безпеку, майбутнє, сім'ю та батьківство. Війна як тривалий стресогенний чинник впливає на систему життєвих смислів молоді,

актуалізуючи екзистенційні питання виживання, відповідальності, продовження роду та збереження ідентичності. У таких обставинах образ материнства часто набуває амбівалентності, поєднуючи традиційні уявлення про турботу, любов і самореалізацію з переживаннями тривоги, невизначеності та страху за майбутнє дитини [6].

З урахуванням зростання інтересу науковців до ресурсного компоненту материнства, сучасні дослідження спрямовані на узагальнення даних як про універсальні ресурси матерів, так і про специфічні ресурси, що забезпечують ефективне виконання материнської ролі. Протягом останніх років у зарубіжній психології особлива увага приділяється зовнішнім ресурсам жінок у період материнства, зокрема в умовах підвищеного стресу. До таких ресурсів відносять належний рівень фізичного й психічного здоров'я, стабільне матеріальне забезпечення, відповідні житлові умови, офіційне працевлаштування із соціальними гарантіями (зокрема декретною відпусткою), а також вищу освіту жінки, яка сприяє ефективному подоланню труднощів, пов'язаних із доглядом за дитиною [10].

Водночас сучасні наукові підходи засвідчують, що сімейний статус, зокрема факт перебування в офіційному шлюбі, дедалі рідше розглядається як самостійний ресурс. Натомість вирішального значення набуває якість взаємин із партнером, яка інтегрується у ширшу систему соціальної підтримки жінки. Дослідження підтверджують, що партнерська, сімейна та суспільна підтримка позитивно впливають на психологічне благополуччя жінки, полегшують її адаптацію до материнства та підвищують загальну якість життя. Крім того, соціальна підтримка виступає важливим чинником профілактики та подолання післяпологової депресії [44].

Попри наявність медичних ризиків, пов'язаних із пізніми пологами, вік матері у багатьох сучасних дослідженнях розглядається як ресурс, оскільки старші жінки, як правило, характеризуються більшою особистісною зрілістю та сформованою материнською ідентичністю. Натомість дослідження підліткового материнства вказують на нижчий рівень суб'єктивної самоефективності молодих

матерів і складнощі їхньої адаптації до догляду за дитиною, що зумовлює потребу в системній фаховій підтримці [54].

У зарубіжних дослідженнях особистісного потенціалу матерів провідна увага приділяється таким психологічним характеристикам, як локус контролю, толерантність до невизначеності, самоефективність і життєстійкість [55]. Зокрема, внутрішній локус контролю виконує захисну функцію щодо психічного благополуччя у післяпологовий період, тоді як зовнішній, навпаки, пов'язаний із підвищеним ризиком дистресу й післяпологової депресії [59].

Толерантність до невизначеності набуває особливого значення у зв'язку із неминучістю нових і часто непередбачуваних життєвих ситуацій, що супроводжують материнство. Навіть наявність досвіду виховання старшої дитини не усуває потреби в адаптації до нових викликів, пов'язаних із взаємодією із кількома дітьми одночасно [60].

Самоефективність і життєстійкість розглядаються як ключові специфічні ресурси батьківської сфери. Дослідження ресурсності жінки у час вагітності та народження дитини тісно пов'язані із концепціями переходу до материнства й адаптації до материнської ролі, що охоплюють комплекс фізичних, психологічних, соціальних і міжособистісних змін, що відбуваються після появи дитини [60].

У межах теоретичного осмислення цього процесу виокремлюють кілька основних компонентів: фізичний, що пов'язаний із відновленням організму після вагітності та пологів; психологічний, який відображає спектр переживань від позитивних до негативних емоцій; соціальний, що передбачає трансформацію самоідентифікації жінки у суспільстві; та реляційний, який охоплює формування взаємин із дитиною й переосмислення партнерських зв'язків [49].

Соціальна підтримка та здатність протистояти соціально нав'язаним уявленням про «ідеальне» материнство істотно полегшують процес адаптації до ролі матері. Цей процес розпочинається ще в період вагітності й триває після народження дитини, вимагаючи доступу до ключових ресурсів [44].

Материнська ідентичність визначається як внутрішнє переконання жінки у власній компетентності щодо догляду за дитиною та взаємодії із нею. Її

становлення тісно пов'язане з оцінкою якості емоційного зв'язку з немовлям, упевненості у виконанні материнських функцій, а також із переживанням задоволення та смислової наповненості материнства [47]. Як правило, стабілізація материнської ідентичності відбувається протягом перших місяців після пологів, що значно підвищує здатність жінки ефективно долати стресові ситуації, пов'язані з доглядом за дитиною [47].

Сучасні зарубіжні дослідження також свідчать, що формування материнської ідентичності зумовлюється як індивідуальними, так і зовнішніми чинниками. До них належать вік жінки, її суб'єктивне сприйняття пологів, рівень соціальної підтримки, а також особистісні риси, що визначають образ материнства, ефективність адаптації до материнської ролі. Важливе значення має і попередній життєвий досвід жінки, зокрема її власні дитячо-батьківські взаємини, якість партнерських стосунків, досвід взаємодії із дітьми різного віку, а також соціокультурне середовище, у якому вона перебуває [50].

Отже, материнська ідентичність постає як складний багатокомпонентний феномен, що формується під впливом внутрішніх ресурсів, життєвого досвіду та зовнішніх соціокультурних умов і водночас визначає ефективність материнської поведінки та якість взаємодії з дитиною.

Материнська самоефективність розглядається як один із ключових індикаторів сформованості материнської ідентичності. Вона трактується як впевненість жінки у власній здатності доглядати за дитиною, розуміти її потреби та забезпечувати належний рівень турботи. Дослідники підкреслюють, що цей феномен є специфічним ресурсом, який є відмінним від загальної самооцінки, і безпосередньо впливає на стиль виховання, поведінкові реакції матері та її стратегії вирішення повсякденних ситуацій догляду [50].

Емпіричні дані свідчать, що матері із високим рівнем самоефективності демонструють більшу чутливість у взаємодії із дитиною та меншою мірою вдаються до директивних способів впливу, а також ефективніше використовують конструктивні копінг-стратегії у процесі батьківства [60]. Водночас рівень материнської самоефективності значною мірою залежить від позитивного досвіду,

зокрема успішного грудного вигодовування та сформованих батьківських навичок у повсякденному житті [53].

Зниження рівня материнської самоефективності та незадоволеність власною материнською роллю суттєво підвищують ризик розвитку післяпологової депресії у перші місяці після народження дитини, а також можуть негативно позначатися на формуванні емоційної прив'язаності між матір'ю та немовлям. Водночас результати лонгітюдних досліджень свідчать про відсутність значущого зв'язку між рівнем материнської самоефективності й показниками розвитку дитини у віці одного року [53].

У контексті нашого дослідження привертає увагу материнська резильєнтність як здатність ефективно долати труднощі, характерні для батьківського досвіду. У більшості досліджень її розглядають як актуалізацію загальної життєстійкості матері в умовах виховання дитини. Водночас окремі автори трактують материнську резильєнтність як специфічну здатність справлятися із викликами на різних етапах розвитку дитини, підкреслюючи її як складову загальної життєстійкості особистості [44]. Дослідження підтверджують, що високий рівень материнської резильєнтності зменшує ризик післяпологової депресії як у первородних матерів, так і у жінок із попереднім досвідом батьківства [58].

Таким чином, материнська самоефективність й резильєнтність виступають критично важливими ресурсами материнської сфери, що забезпечують психологічну адаптацію матері, здатність справлятися зі стресом та підтримують якісну взаємодію з дитиною. Материнські ресурси не лише підтримують психологічну адаптацію матері в ранньому післяпологовому періоді, але й мають тривалий вплив на розвиток і благополуччя дитини в подальшому.

Аналіз сучасних зарубіжних публікацій щодо особливостей формування образу материнства, ПГМ та порівняння зарубіжних підходів із вітчизняними дослідженнями дозволило виділити спільні й відмінні тенденції. Зокрема, українські дослідники (С. Канюка, О. Проскурняк, Д. Кирилова) переважно зосереджуються на структурно-компонентному аналізі ПГМ та її теоретичному

обґрунтуванні на основі класичної психології, що відрізняє їх від більш практично й ресурсно-орієнтованих закордонних досліджень.

ПГМ у сучасній науці переважно трактується як багатовимірна структура, яка включає низку взаємопов'язаних чинників, що умовно класифікують на мотиваційні, операційні, психофізіологічні, соціально-психологічні.

Українські дослідники особливу увагу приділяють віковим особливостям жінки як чиннику формування материнської сфери. Виділяють, зокрема, три вікові категорії: ювенальна, рання молодість й зріла вагітність. Ювенальна вагітність пов'язана із підвищеним ризиком стресу й соціальної ізоляції, тоді як період (25–37 років) вважається найбільш сприятливим, так як характер материнства має більш усвідомлений, відповідальний та плановий характер. Вагітність у цей період виступає основним етапом трансформації свідомості, та визначається як феномен усвідомленого материнства чи гестаційна домінанта, під час якої змінюються життєві цінності жінки.

Зарубіжні дослідники обґрунтовують ресурсний підхід до формування образу материнства, ПГМ, розглядаючи їх як подію, яка вимагає мобілізації ресурсів для адаптації й подолання стресу. До ключових чинників належать:

- ресурси: внутрішні (життєстійкість, локус контролю толерантність до невизначеності) та зовнішні/соціальні (освіта, матеріальна стабільність, соціальні гарантії). При цьому якість соціальної підтримки й партнерських взаємин досить часто важливіша за формальний сімейний статус.

- материнська ідентичність: внутрішнє переконання жінки у власній компетентності й відчуття сенсу у материнстві, формування якої пов'язане із процесом переходу до материнства, що включає певний комплекс психологічних, фізичних і реляційних змін.

- материнська самоефективність: специфічний психологічний ресурс, який визначається як впевненість матері у здатності піклуватися про свою дитину. Саме висока самоефективність виступає захисним фактором проти дистресу й післяпологової депресії, а також корелює із більшою чутливістю матері у взаємодії із дитиною.

- материнська резильєнтність розглядається дослідниками як здатність жінки долати труднощі, які притаманні саме батьківському досвіду. Висока материнська резильєнтність знижує ризики виникнення післяпологових депресій.

Таким чином, сучасні наукові підходи об'єднують структурно-компонентний і ресурсний підходи, підкреслюючи комплексний характер формування образу материнства, ПГМ і значення як індивідуальних, так й соціальних ресурсів у забезпеченні успішної адаптації до материнства.

Висновок до розділу 1

Теоретичний аналіз наукової літератури дозволив з'ясувати, що більшість сучасних психологічних досліджень феномену материнства спрямовані на вивчення того, як виконання материнських функцій відображається у внутрішньому світі жінки, які складові цього процесу є усвідомленими, а які залишаються на рівні несвідомого, а також як взаємодіють ці рівні для забезпечення повноцінного розвитку дитини. Материнство є складним соціально-психологічним феноменом, який формується під впливом особистісного досвіду, соціального контексту та кризових умов, зокрема війни, а питання готовності до материнства в кризових ситуаціях набуває нових змістових характеристик

Материнська сфера є певним динамічним утворенням, яке розвивається протягом життя, зокрема від народження матері до вагітності, на якому формується система потенційних умов для розвитку базових якостей після пологів, закладених у соціальному контексті та взаємодії із власною матір'ю.

Материнство забезпечує формування конкретних елементів у центральній частині «картини світу» дитини й передає їх через модель материнства. У структурі картини світу особистості важливе місце посідають соціально значущі образи, серед яких образ материнства є одним із ключових, оскільки він відображає не лише індивідуальний досвід, а й культурно-історичні, соціальні та ціннісні орієнтири суспільства. Картина світу розглядається нами як психічний феномен, у межах якого формується та розвивається образ материнства.

Розвиненість образу материнства визначає ПГМ («психологічна готовність до материнства»), ідентифікацію «Я-сама» з «Я-мати», прийняття своєї материнської ролі, а також розвиток потребоно-мотиваційної сфери жінки. Образ материнства відіграє досить важливу роль у формуванні життєвих стратегій і системи близьких стосунків. ПГМ є складним багатовимірним феноменом, що інтегрує біологічні, соціокультурні, когнітивні, особистісні, емоційні, мотиваційні компоненти. У контексті материнства ПГМ набуває специфічного змісту, який пов'язаний із прийняттям нової соціальної ролі, формуванням установок й поведінкових моделей, необхідних для догляду за дитиною.

Формування спотвореного або нереалістичного уявлення про материнство, у якому або переважають труднощі повсякденності, відмова від професійної самореалізації та соціальних досягнень, або ж, навпаки, домінує його надмірна ідеалізація як безперервного джерела щастя й радості, може зумовлювати як свідоме небажання народжувати дітей, так і подальше глибоке розчарування в материнській ролі. Наслідком цього часто стають внутрішні кризи, післяпологові депресивні стани, свідоме чи неусвідомлене відсторонення від материнства, а також неприйняття власної дитини. Усе це суттєво ускладнює для жінки процес осмислення материнства як значущого життєтворчого досвіду.

Особливої актуальності ця проблема набуває в умовах воєнного стану, коли зазнають змін базові уявлення про безпеку, майбутнє, сім'ю та батьківство. Війна як тривалий стресогенний чинник впливає на систему життєвих смислів молоді, актуалізуючи екзистенційні питання виживання, відповідальності, продовження роду та збереження ідентичності. У таких обставинах образ материнства часто набуває амбівалентності, поєднуючи традиційні уявлення про турботу, любов і самореалізацію з переживаннями тривоги, невизначеності та страху за майбутнє дитини.

Українські дослідження глибоко спираються на класичні структурно-функціональні моделі, детально досліджуючи при цьому складові образу материнства, ПГМ та її вікові особливості. Натомість зарубіжні публікації відображають переважно зміщення фокусу до ресурсного підходу, підкреслюючи

при цьому роль материнської самоефективності й материнської ідентичності як ключових прогностичних чинників успішної адаптації до материнської ролі. Інтеграція цих підходів дозволяє сформувати комплексне уявлення про особливості формування образу материнства, ПГМ як результату взаємодії особистісних диспозицій, соціального середовища й внутрішніх психологічних ресурсів жінки.

Таким чином, теоретичний аналіз підтверджує, що образ материнства формується на перетині особистісних ресурсів, соціального контексту та вікових особливостей жінки, її життєвого досвіду. Успішно сформований образ материнства є особливо важливим для ефективної адаптації до материнської ролі й підтримки психічного здоров'я. Поєднання мотиваційних установок, когнітивної обізнаності, емоційної зрілості та ресурсного потенціалу забезпечує успішне формування образу материнства, а відтак ефективне виконання ролі матері.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОБРАЗУ МАТЕРИНСТВА У ПСИХОЛОГІЧНІЙ КАРТИНІ СВІТУ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА-ПСИХОЛОГА В УМОВАХ ВІЙНИ

2.1 Опис вибірки та методів дослідження

Організація емпіричного дослідження була орієнтована на аналіз особливостей формування образу материнства у психологічній картині світу особистості студента-психолога в умовах війни. Зважаючи на багатовимірність цього феномену, дослідження передбачало застосування системи психодіагностичних методик, які дозволили оцінити ціннісно-сміслові ставлення до материнства, індивідуально-психологічні ресурси й особистісні особливості студентів-психологів.

Добір дослідницького інструментарію визначався потребою всебічного вивчення різних аспектів образу материнства та включав наступні методики:

1. Методика «Рольовий опитувальник дітородіння» (РОД) М. Родштейн [13].
2. Методика «Шкала сприйнятого стресу» (PSS-10), розроблена Ш. Коен [11].
3. Методика «Шкала загальної самоефективності» (GSE), розроблена Р. Шварцер та М. Єрусалем [36].

Розглянемо детальніше обрані нами методики.

Методика «Рольовий опитувальник дітородіння» (РОД) М. Родштейн [13] є спеціалізованим психодіагностичним інструментом, спрямованим на вивчення структури та змісту репродуктивних установок жінок, а також рівня їх ПМГ. Методика дозволила проаналізувати провідні репродуктивні настанови студенток-психологів, виявити їх емоційні реакції, поведінкові стратегії й ціннісні орієнтації у сфері материнства.

Теоретичною основою створення опитувальника виступають інтеракціоністський та психосемантичний підходи, відповідно до яких репродуктивна поведінка розглядається як результат інтеріоризації соціальних

ролей і значень, пов'язаних із материнством, а також як система особистісних смислів, що визначають ставлення жінки до материнства [13].

Застосування опитувальника РОД дозволяє комплексно оцінити сформованість репродуктивної установки як інтегрального психологічного утворення, що містить когнітивні, емоційні й поведінкові компоненти.

Стимульний матеріал методики представлений у вигляді системи біполярних суджень, що відображають різноманітні аспекти ставлення до дітородіння; респондент повинен обрати ступінь згоди із кожним із них згідно шкали інтенсивності, що дозволяє виявити напрям та вираженість відповідних установок.

Структурно методика базується на двох основних біполярних шкалах. Шкала: «генофілія – генофобія» репрезентує емоційно-ціннісний компонент репродуктивної установки [13]. Генофілія характеризує позитивне ставлення до народження дитини, наявність бажання її мати, прийняття материнської ролі, тоді як генофобія фіксує страхи, тривожність, уникання або внутрішній конфлікт щодо дітородіння [13].

Шкала: «репродуктивна активність - репродуктивна пасивність» відображає поведінковий компонент та ступінь готовності особистості до реалізації материнства у практичній площині, включаючи наміри, плани та реальні дії щодо народження дитини [13]. У сукупності ці дві шкали дозволяють не лише визначити загальний рівень ПГМ, але й розкрити внутрішню структуру репродуктивної мотивації.

Доцільність використання методики РОД у дослідженні зумовлена низкою науково-методичних переваг. По-перше, вона безпосередньо спрямована на вивчення репродуктивних установок, які є ядром образу материнства як складного психічного утворення. Через показники генофілії/генофобії та репродуктивної активності/пасивності методика дозволяє виявити не лише декларативні уявлення про материнство, але й глибинні емоційні переживання та поведінкові тенденції, що особливо важливо в умовах сучасної соціально-політичної нестабільності.

По-друге, застосування РОД є релевантним у контексті воєнного стану, оскільки саме екстремальні умови життєдіяльності здатні трансформувати

репродуктивні установки, посилюючи тривожність, невизначеність майбутнього та страх відповідальності за дитину. Методика дозволяє емпірично зафіксувати ці зміни, зокрема через зростання показників генофобії або зниження репродуктивної активності, що відображає вплив стрес-факторів на образ материнства.

По-третє, для вибірки студентів-психологів дана методика є особливо цінною, оскільки ця категорія респондентів характеризується підвищеним рівнем рефлексії та сформованістю професійних уявлень про сім'ю і батьківство. Це створює умови для глибокого аналізу взаємозв'язку між когнітивним образом материнства й особистісними установками щодо його реалізації.

Таким чином, методика РОД виступає валідним і теоретично обґрунтованим інструментом дослідження, який дозволяє комплексно вивчити емоційно-ціннісні та поведінкові аспекти ставлення до материнства. Її використання у межах означеної тематики забезпечує можливість глибокого аналізу трансформацій образу материнства в умовах війни та виявлення психологічних чинників, що визначають готовність студентів-психологів до реалізації батьківської ролі.

Методика «Шкала сприйнятого стресу» Ш. Коена (PSS-10) [11], є одним із поширених психодіагностичних інструментів для оцінювання суб'єктивного рівня стресу. Вона спрямована на вимірювання того, наскільки людина сприймає життєві ситуації як напружені, неконтрольовані та перевантажувальні [11]. Теоретичною основою методики є когнітивно-транзакційний підхід до стресу, відповідно до якого ключову роль відіграє не сам об'єктивний стресор, а його індивідуальна оцінка та інтерпретація особистістю.

Версія PSS-10 складається з 10 тверджень, що описують переживання та думки, пов'язані зі стресом, які респондент оцінює за 5-бальною шкалою (від «ніколи» до «дуже часто»), орієнтуючись на власний досвід [11]. Частина пунктів має пряме спрямування (відображає відчуття напруження, втрати контролю, перевантаженості), тоді як інша частина є зворотно сформульованою (характеризує здатність контролювати ситуацію, впевненість у власних силах), що дозволяє знизити ефект соціальної бажаності та підвищити надійність результатів. Після

реверсії відповідних пунктів обчислюється сумарний показник сприйнятого стресу: чим вищим є бал, тим вищим є рівень суб'єктивного стресу [11].

Українська адаптація PSS-10 забезпечує адекватність мовного та культурного контексту, зберігаючи психометричні характеристики оригінальної методики. У дослідженнях підтверджено її задовільну внутрішню узгодженість, надійність та валідність, що дозволяє використовувати шкалу для оцінювання стресу у різних вибірках, зокрема студентської молоді. Методика є чутливою до змін психоемоційного стану та може застосовуватися як у крос-секційних, так і у лонгітюдних дослідженнях.

Доцільність використання PSS-10 у нашому дослідженні є методологічно обгрунтованою. По-перше, шкала дозволяє кількісно оцінити рівень суб'єктивного стресу, який виступає важливим психологічним чинником трансформації уявлень про майбутнє, сім'ю та материнство. В умовах воєнного стану підвищена невизначеність, загроза безпеці та емоційне напруження можуть істотно впливати на репродуктивні установки та образ материнства, зокрема спричиняючи зростання тривожності, амбівалентності або відтермінування материнських планів.

По-друге, результати PSS-10 можуть бути використані для проведення кореляційного аналізу із показниками, отриманими за іншими методиками (зокрема, методикою РОД), що дозволяє виявити взаємозв'язки між рівнем стресу та емоційно-ціннісними і поведінковими аспектами ставлення до материнства. Все це створює підґрунтя для глибшого розуміння психологічних механізмів, через які стрес впливає на формування образу материнства.

По-третє, застосування цієї шкали є особливо релевантним саме для вибірки студентів-психологів, які, із одного боку, перебувають у віковому періоді активного життєвого самовизначення, а із іншого, зазнають значного інформаційного та емоційного навантаження в умовах війни. Оцінка сприйнятого стресу дозволяє врахувати індивідуальні відмінності у переживанні цих умов і, відповідно, більш точно інтерпретувати особливості їхнього образу материнства.

Таким чином, шкала PSS-10 у адаптованому українському варіанті виступає валідним, надійним і чутливим інструментом вимірювання суб'єктивного стресу,

що забезпечує важливий емпіричний компонент дослідження та дозволяє інтегрувати аналіз емоційного стану особистості у вивчення образу материнства в умовах воєнного контексту.

Методика «Шкала загальної самоефективності» (GSE), розроблена Р. Шварцер та М. Єрусалем [36], є стандартизованим психодіагностичним інструментом, спрямованим на вимірювання узагальненого переконання особистості у своїй здатності ефективно діяти в різноманітних складних і стресогенних ситуаціях. Теоретично методика ґрунтується на концепції самоефективності в межах соціально-когнітивної теорії, відповідно до якої віра у свою спроможність впливати на перебіг подій виступає ключовим регулятором поведінки, емоційних реакцій та мотивації.

Шкала GSE складається із 10 тверджень, що відображають різні аспекти впевненості у власних силах. Респондент оцінює твердження згідно 4-бальної шкали («повністю не згоден» - «повністю згоден») [36]. Обробка результатів включає підрахунок суми балів: вищі значення свідчать про вищий рівень загальної самоефективності. Методика характеризується високими показниками внутрішньої узгодженості, надійності та кроскультурної валідності, що забезпечило її широке застосування у психологічних дослідженнях у різних країнах світу, включаючи адаптовані версії для української вибірки [36].

Змістовно шкала вимірює інтегральну характеристику особистості, яка відображає її когнітивно-мотиваційний ресурс саморегуляції. Високий рівень самоефективності асоціюється зі здатністю до активного подолання труднощів, конструктивного копіngu, оптимістичного бачення майбутнього та більшої стійкості до стресу, тоді як низький рівень може проявлятися у невпевненості, униканні складних ситуацій та підвищеній вразливості до стресогенних впливів [36].

Доцільність застосування методики GSE у дослідженні образу материнства у психологічній картині світу особистості студента-психолога в умовах війни є теоретично та емпірично обґрунтованою. По-перше, самоефективність виступає важливим психологічним чинником, що визначає готовність особистості до

прийняття нових соціальних ролей, ролі матері, зокрема. Переконання у власній здатності впоратися із труднощами материнства впливає на формування позитивного або амбівалентного образу цієї ролі, а також на рівень внутрішньої готовності до її реалізації.

По-друге, в умовах воєнного стану рівень самоєфективності набуває особливого значення як ресурс психологічної адаптації. Особи з високою самоєфективністю демонструють більшу стійкість до невизначеності, краще контролюють емоційні реакції та більш активно будують життєві плани, включаючи репродуктивні наміри. Водночас низька самоєфективність може посилювати тривожність, відчуття безсилля та відтермінування рішень щодо материнства.

По-третє, використання GSE у поєднанні з іншими психодіагностичними методиками (зокрема, шкалою сприйнятого стресу та рольовим опитувальником дітородіння) дозволяє здійснити комплексний аналіз взаємозв'язків між когнітивно-мотиваційними ресурсами особистості, її емоційним станом та особливостями уявлень про материнство. Це створює можливість виявлення психологічних механізмів, через які особистісні ресурси впливають на формування образу материнства в умовах війни.

Таким чином, методика GSE є валідним і надійним інструментом вимірювання особистісного ресурсу саморегуляції, який відіграє суттєву роль у формуванні образу материнства. Її застосування у межах означеного дослідження забезпечує поглиблене розуміння індивідуально-психологічних чинників, що визначають готовність студентів-психологів до майбутнього материнства в умовах воєнного контексту.

Опитування проводилося протягом березня 2026 року й охопило 73 респондентки (студенти денної і заочної форм навчання бакалаврату та магістратури, спеціальності «Психологія» ЛьвДУВС та НУ «Львівська політехніка»).

Соціально-демографічні характеристики учасниць дослідження свідчать про різноманітність вибірки за віком, сімейним статусом й досвідом материнства.

Зокрема 16,2 % респонденток, заміжні та мають 1-2 дітей, 24,32% - перебувають у цивільному шлюбі, не мають дітей. Решта респонденток 59,48 % не перебувають у стосунках та не мають дітей. Віковий діапазон респонденток становив від 19 до 32 років. Опитування було організовано за допомогою платформи Google Forms. Такий підхід забезпечив можливість залучення респонденток і сприяв оперативній обробці отриманих даних.

Нами була висунута *гіпотеза* про те, що образ материнства, образ ПІГ визначається комплексним поєднанням особистісних й психосоціальних чинників. Ми припустили, що: вищий рівень загальної самоефективності, корелює із більш високим рівнем ПГМ; підвищений рівень сприйнятого стресу асоціюється зі зниженням ПГМ.

Відповідність висунутої гіпотези обраним методикам забезпечувалася логічною структурою дослідження. ПГМ за методикою РОД, де вищі бали свідчать про сформованість образу материнства, більш усвідомлене та відповідальне ставлення до майбутньої ролі матері.

Для перевірки гіпотези дослідження застосовувався як кореляційний аналіз за Пірсоном, який дозволив оцінити силу й напрямок взаємозв'язку між ПГМ та рівнем саме ефективності й рівнем сприйнятого стресу. Такий підхід дозволив забезпечити комплексне дослідження особливостей образу материнства у студентів-психологів, зокрема, враховуючи внутрішні особистісні ресурси та зовнішні соціальні чинники.

2.2 Аналіз результатів дослідження

Результати отримані згідно з методикою «РОД» вказують на виражену диференціацію показників за основними шкалами: генофобія, генофілія, репродуктивна активність й репродуктивна пасивність, а також за загальним індексом репродуктивної орієнтації.

Аналіз шкали генофілії, показав переважання серед студентів-психологів середніх, вище середніх й високих показників, що засвідчує про сформованість позитивного емоційно-ціннісного ставлення до материнства та схильність сприймати народження дітей як значущу життєву подію, що узгоджується із

сучасними уявленнями про ПГМ як інтегративне особистісне утворення, описане Л. Магдісюк, С. Канюкою й іншими дослідниками (детальніше див. рис. 2.1).

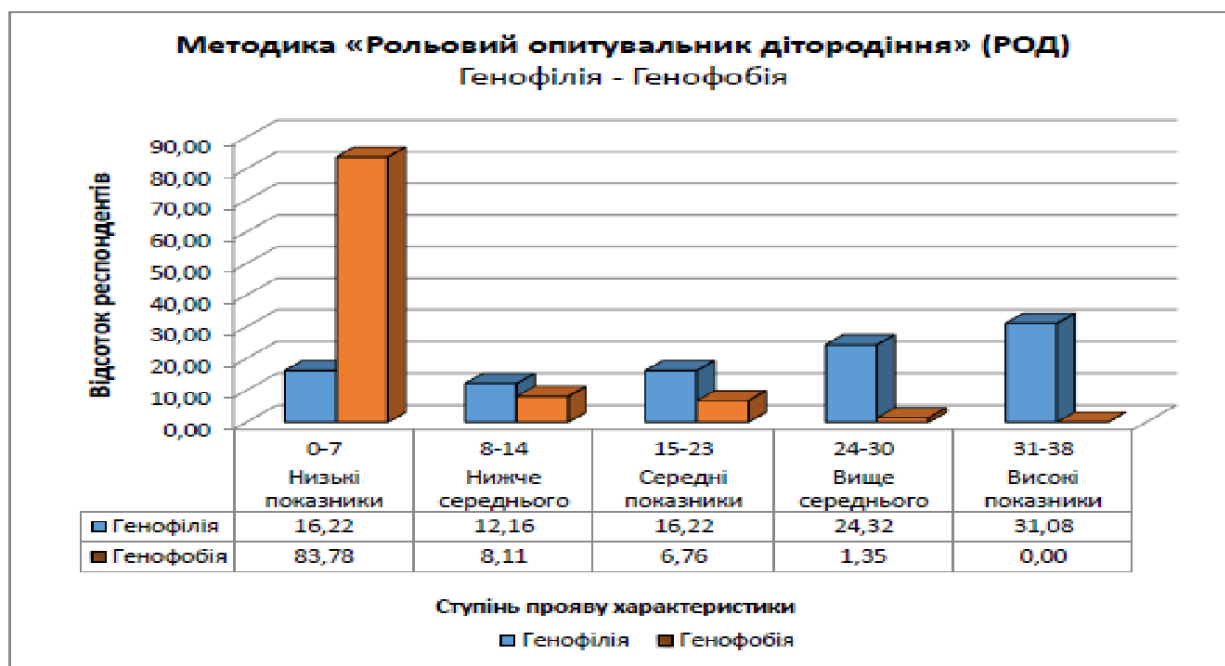


Рис. 2.1. Результати дослідження студенток-психологів за шкалою «Генофілія- Генофобія» згідно методики «РОД».

Шкала генофілії (див. рис. 2.1.), що відображає позитивні установки щодо дітей і материнства, показує, що більшість респонденток мають високі та вище середнього показники - відповідно 31,08% і 24,32%. Середні значення зустрічаються у 16,22% студенток, нижче середнього - у 16,22%, а низькі - у 12,16%. Тобто, у більшості респонденток сформовані зрілі мотиваційні установки, пов'язані із бажанням та готовністю до материнства, усвідомленням його цінності та відповідальності.

Шкала генофобії, що фіксує страхи, уникання теми материнства й негативні очікування відносно дітонародження, показує зворотну тенденцію. Високих показників серед студенток не зафіксовано (0%), а більшість респонденток (83,78%) мають низькі значення. Показники нижче середнього й середні зустрічаються у 8,11% та 6,76% відповідно, а лише 1,35% вище середнього. Це засвідчує відсутність виражених страхів чи заперечення материнства, а наявні помірні значення можуть відображати легку тривожність або невизначеність, характерну для періоду формування репродуктивних планів.

Таким чином, результати шкал Генофілія–Генофобія підтверджують переважання у студенток психологів позитивного ставлення до материнства та достатньої психологічної готовності до репродуктивної діяльності. Ці дані узгоджуються з результатами шкал репродуктивної активності та загальної репродуктивної орієнтації, підкреслюючи, що когнітивний, мотиваційний та поведінковий компоненти готовності до материнства у більшості респонденток сформовані на достатньому рівні.

Шкала репродуктивної активності також продемонструвала достатній рівень сформованості психологічної готовності. Високі й вище середнього показники зафіксовано у 37,84% вибірки, тоді як у 22,97% респонденток -- середні значення, що підтверджує тенденцію значної частини студентів-психологів до відповідального ставлення до материнства. (Рис. 2.2.).

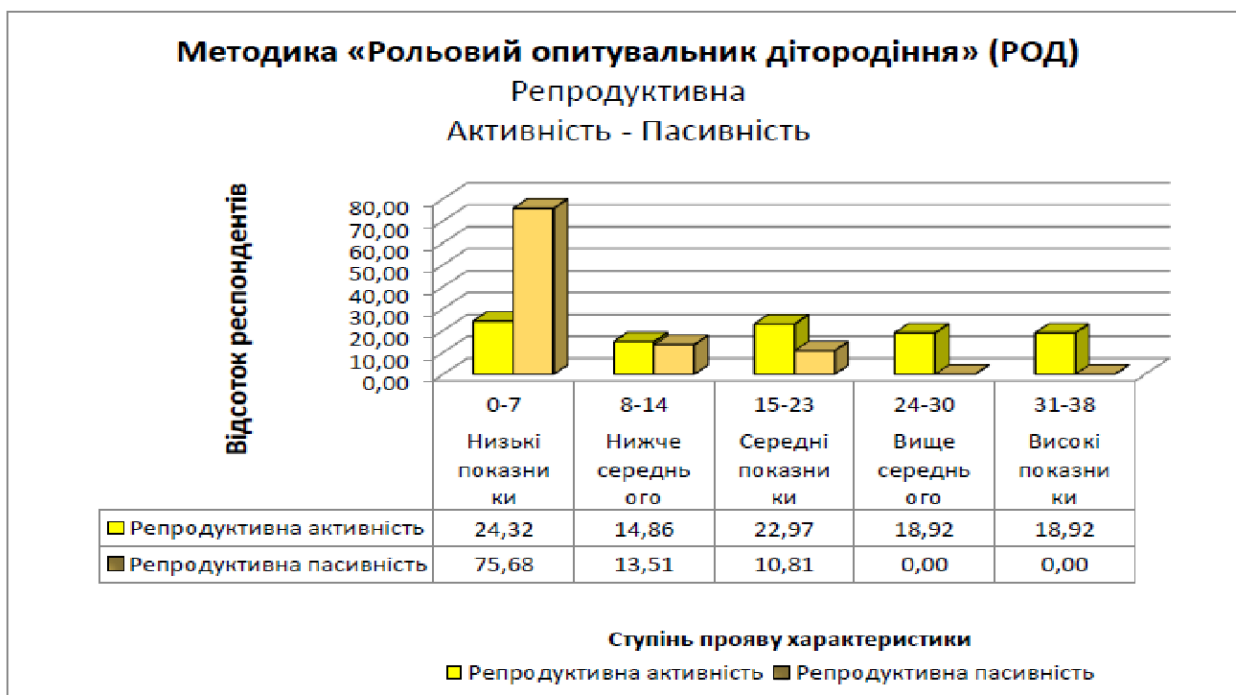


Рис.2.2 Результати дослідження студенток-психологів за шкалою «Репродуктивна активність - Репродуктивна пасивність» згідно методики «РОД».

Як бачимо на рис. 2.2., результати дослідження демонструють явну диференціацію між показниками репродуктивної активності та пасивності. У категорії низьких показників спостерігається домінування репродуктивної

пасивності - 75,68% респонденток перебувають у цій зоні, тоді як лише 24,32% демонструють активність.

У межах показників нижче середнього активність і пасивність майже зрівнюються (14,86% та 13,51% відповідно), що засвідчує про формування більш збалансованої орієнтації на репродуктивну роль, але вона ще не стала стабільною.

Для середніх показників відбувається зсув на користь репродуктивної активності (22,97% проти 10,81%), що відображає формування усвідомленої готовності до материнства та позитивного ставлення до репродуктивної функції.

У групах із високими показниками спостерігається абсолютне домінування репродуктивної активності (18,92%), при цьому пасивність відсутня (0%). Це вказує на сформовану мотивацію до реалізації материнської ролі, готовність брати активну участь у відтворенні поколінь.

Таким чином, аналіз шкали свідчить про те, що серед студенток-психологів переважає тенденція до поступового переходу від пасивної позиції щодо репродуктивної діяльності до активної. Це може бути зумовлено як індивідуальними психологічними характеристиками, так і соціальними впливами, включно з підготовкою до професії психолога, що передбачає усвідомлене ставлення до сімейних і репродуктивних цінностей.

Загалом, результати вказують на наявність різнорівневого розвитку репродуктивної мотивації та підтверджують переважання у студенток-психологів позитивного ставлення до материнства і достатньої психологічної готовності до репродуктивної діяльності. Частина студенток-психологів перебуває на стадії формування активної орієнтації, а частина ще характеризується низькою готовністю до реалізації материнської ролі та проявляє обмежену мотивацію до материнства, що може бути пов'язано із актуальними життєвими пріоритетами, навчальним навантаженням та умовами воєнного стану. Отримані нами дані узгоджуються із результатами шкал репродуктивної активності та загальної репродуктивної орієнтації, підкреслюючи, що когнітивний, мотиваційний та поведінковий компоненти готовності до материнства у більшості респонденток сформовані на достатньому рівні. Результати відповідають сучасним уявленням

про складові образу материнства, що формуються під впливом сімейної моделі, соціального досвіду і своєї самооцінки репродуктивних перспектив.

Аналіз загального показника РОД у вибірці студенток-психологів свідчить про переважання достатнього рівня репродуктивної орієнтації. Середнє значення показника склало 25,68, що потрапляє у категорію «вище середнього» (24–30 балів), що свідчить про сформовану психологічну готовність до материнства у більшості респонденток (див.рис.2.3).

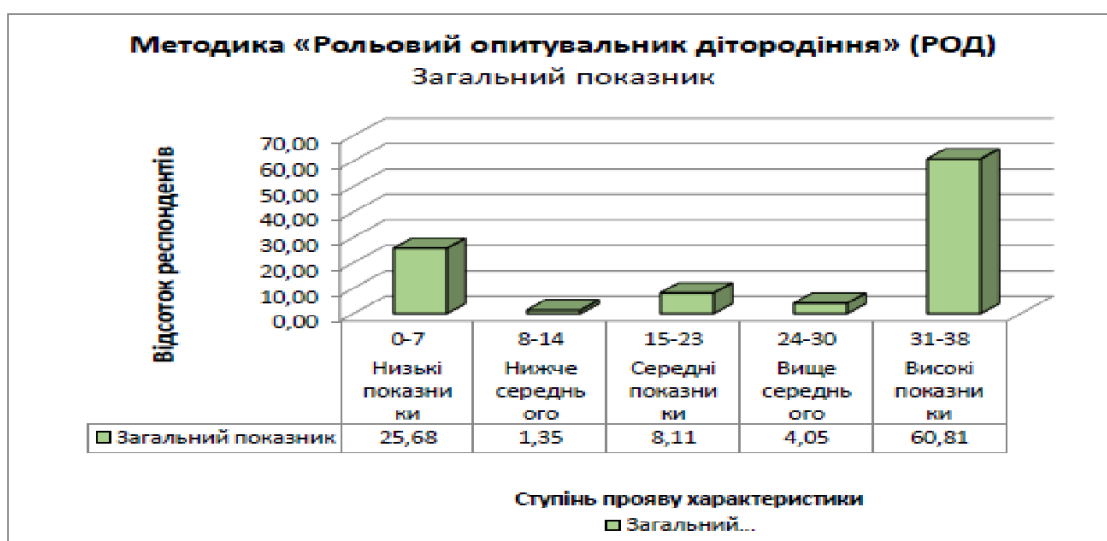


Рис.2.3 Результати дослідження інтегрального загального показника репродуктивної орієнтації у студентів-психологів згідно методики «РОД»

Розподіл результатів демонструє, що 60,81 % студенток мають високі чи вище середнього показники, що вказує на домінування зрілих мотиваційних установок щодо народження дитини, відповідального ставлення до батьківства та усвідомленості репродуктивних перспектив. При цьому, незначна частка вибірки показала нижчі рівні: 8,11 % - нижче середнього та 4,05 % - середні показники. Відсутність респонденток із низькими результатами підтверджує, що явних страхів, уникання теми материнства або негативних очікувань щодо репродуктивної діяльності серед студенток-психологів не виявлено.

Отже, загальний показник РОД демонструє переважно високий рівень репродуктивної орієнтації, що узгоджується з даними щодо генофілії та репродуктивної активності. Ці результати свідчать про сформованість у студенток

психологічної готовності до майбутнього батьківства, що включає мотиваційний, когнітивний та поведінковий компоненти, і підкреслює важливість соціального та особистісного досвіду у формуванні репродуктивної установки.

Детальний аналіз результатів за методикою «РОД», зокрема узагальнення відповідей на пункт «Діти -це...» показав переважання позитивно-емоційного забарвленого ставлення. Переважна більшість відповідей перебуває в інтервалі 2–3, що у межах шкали означає сприйняття дитини як певної цінності, «джерела радості» й «сенсу життя». Такий висновок підтверджується й стабільністю високої оцінки в наступних блоках: у питаннях щодо інтересів дитини, значення турботи й особистого ставлення до материнства студенти-психологи переважно обирали варіанти, які свідчать про готовність приймати материнську роль. Отже, можна констатувати, що у більшості студентів-психологів домінує ціннісно-орієнтований мотив материнства.

Порівняльний аналіз отриманих відповідей на такі твердження як: «Думаючи про народження дітей, ...» і «Народження дітей -це...», продемонстрував тенденцію до усвідомленого прийняття рішення. Більшість студентів-психологів обирали оцінки 1–2, що засвідчує раціональний підхід, врахування своїх ресурсів й відповідальності. Поодинокі високі оцінки (4–5) відображають групу респонденток, які розглядають народження дітей як виклик чи значну життєву зміну. Враховуючи віковий діапазон вибірки, така диференціація є закономірною: більш молодші жінки висловлюють оптимізм й надію, старші -обережність і прагматизм.

Результати згідно з твердженням «Якщо народження дитини погіршить мій рівень життя, я...» виявили досить помірковану готовність до жертвування певними ресурсами. Переважні оцінки 2–3 свідчать про готовність частково знизити комфорт, зберігаючи стабільність. Поодинокі оцінки «5» належать до респонденток із високою автономією та небажанням жертвувати матеріальними благами. Така зафіксована нами полярність відображає сучасний соціально-економічний та соціально-політичний (умови війни) контекст, де материнство

сприймається не тільки як психологічна, але й безпекова й фінансова відповідальність.

Аналіз відповідей на твердження «Інтереси дитини...» показав, що більшість респонденток (оцінки 1–2) вказує на пріоритетність інтересів дитини над дорослими. Подібна закономірність спостерігається і в пункті «Турбота про дітей...», де більшість учасниць обирає значення 1–2, що засвідчує їх високу суб'єктивну готовність виконувати виховні та доглядові функції.

Щодо готовності відмовлятися від задовольень заради материнства, спостерігаються досить різні реакції. Частина респонденток (оцінки 1–2) демонструє високу готовність до самопожертви, інша частина (оцінки 3–4) прагне балансу між потребами дитини й власними, що загалом відповідає сучасній тенденції гармонійного батьківства. Поодинокі «5» засвідчують про наявність певної групи жінок, які мають установку на збереження автономії навіть в ролі матері.

Відповіді на запитаннях про бажану кількість дітей («Я хотіла б мати...») здебільшого перебували у межах 1–2, що засвідчує загалом орієнтацію на 1–2 й відповідає національно-культурним сучасним демографічним трендам. Наявність поодиноких оцінок 3–4, хоча й статистично незначна (2 студентки), вказує на орієнтацію на багатодітність, що можна пояснити особистими чи релігійними переконаннями.

Твердження, які стосуються життєвих рішень респонденток («Приймаючи серйозне рішення, я думаю про те, як це відіб'ється на моїй дитині...»), демонструють досить високий рівень відповідальності, адже більшість відповідей зосереджена в діапазоні 1–2. Це свідчить про сформовану та усвідомлену готовність студентів-психологів оцінювати свої життєві кроки через призму свого майбутнього материнства. Відповіді, що стосуються ролі чоловіка («Важливо, щоб мій чоловік...») також загалом підтверджують узгоджену позицію: більшість респонденток (оцінки 2–3) підтримує активну участь партнера у вихованні, тоді як високі оцінки «5» зустрічаються поодинокі, що відображає загальну підтримку моделей партнерського батьківства.

У відповідях, які стосуються незапланованої вагітності, загалом переважають оцінки 1–2, що демонструє схильність сприймати вагітність як важливу життєву подію, навіть якщо вона не є запланованою. Це резонує із попередніми результатами, які підтверджують цінність дитини як «сенсу життя». Поодинокі відповіді студенток - «5» у цьому блоці переважно належать респонденткам із високим рівнем автономності.

У пунктах («Материнство...», «Життя жінки...», «Народження дитини - це...») домінують оцінки 1-3, що засвідчує сприйняття материнства як фундаментальної складової жіночої самореалізації, проте не єдиного її компонента. Це формує уявлення про інтегрований образ материнства, де жінка поєднує свою батьківську роль із особистісною, професійною та соціальною сферами життя.

Отримані нами результати засвідчують, що репродуктивні настанови студентів-психологів поєднують традиційне уявлення про материнство, про цінність дитини із сучасними тенденціями відповідального й усвідомленого батьківства. Респонденти демонструють переважно високий та достатній рівень ПГМ, що проявляється у позитивно-емоційному ставленні до дитини, пріоритетності її інтересів й відповідальному підході до рішення щодо народження. Водночас спостерігається індивідуалізація ставлення, що виявляється у прагненні зберегти баланс між материнською роллю й іншими аспектами життя.

Таким чином, результати отримані згідно методики «РОД» підтверджують достатній рівень сформованості ПГМ у більшості студентів-психологів. Результати відповідають сучасним уявленням про складові образу материнства, що формуються під впливом сімейної моделі, соціального досвіду і своєї самооцінки репродуктивних перспектив. Загалом зафіксовано переважання позитивних орієнтацій, низький рівень генофобійних переживань й достатній рівень репродуктивної активності, що відповідає сучасним концепціям ПГМ, включаючи емоційний, когнітивний та поведінковий аспекти. Водночас частині студенток-психологів притаманна низька ПМГ й обмежена мотивація до материнства, що може бути пов'язано із актуальними життєвими пріоритетами, навчальним навантаженням та умовами воєнного стану. Наявність таких студентів-психологів

підкреслює необхідність подальшого дослідження впливу індивідуальних й соціокультурних чинників, що значною мірою визначають становлення образу материнства, материнської ідентичності й ресурсного потенціалу жінки.

Аналіз даних за шкалою (PSS-10) дозволяє виділити декілька ключових тенденцій. По-перше, у значної частини студентів спостерігаються показники нижче середнього (24,3 %) та помірного рівня стресу (55,41 %), що засвідчує задовільний рівень їх адаптаційних можливостей та ефективне використання внутрішніх ресурсів для регуляції емоційного стану.

По-друге, певна група студентів-психологів демонструє вищі за середній рівень значення сприйнятого стресу (18,92 %) та 1,35 % високий рівень, які вказують на підвищену чутливість до стресових факторів й потенційні труднощі у підтриманні психологічної рівноваги (див. рис. 2.4). Такі результати можуть бути пов'язані із індивідуальними особливостями особистості, рівнем життєвого досвіду, емоційною зрілістю, а також із соціально-психологічними умовами навчання та впливом зовнішніх стресогенних чинників, зокрема вимогами освітнього процесу, конкуренцією та перспективами професійної реалізації, умовами війни в нашій країні.

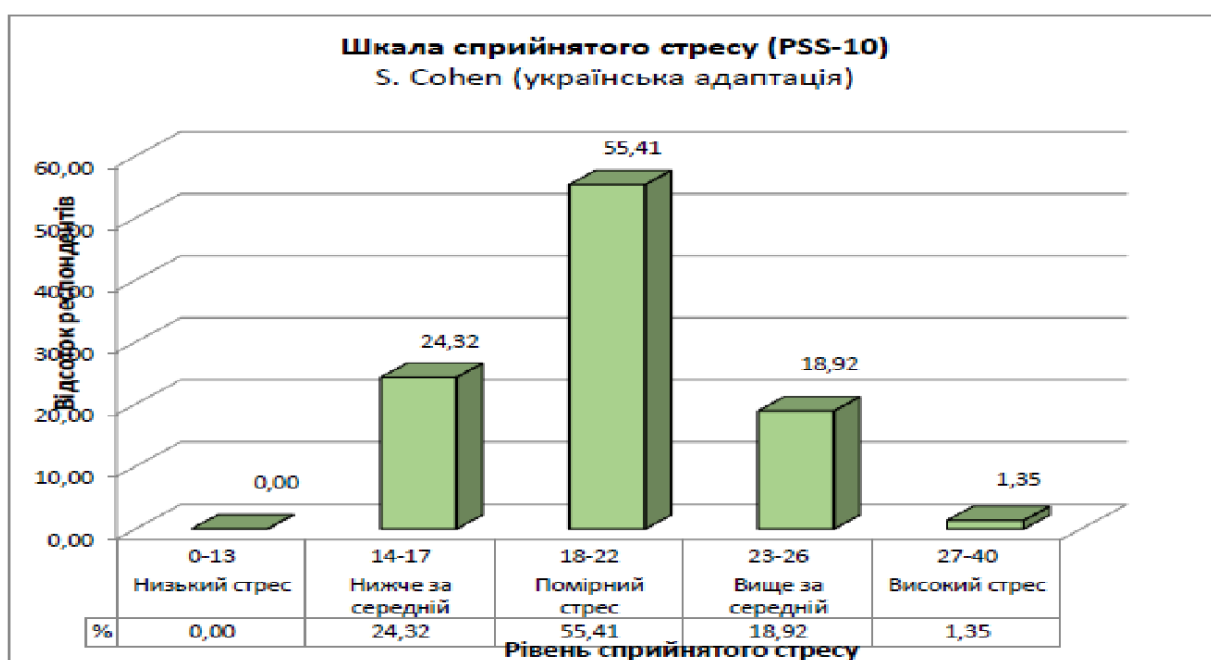


Рис.2.4 Результати дослідження рівнів сприйняття стресу у студентів-психологів згідно шкали (PSS-10)

Емпіричні дані демонструють, що рівень сприйнятого респондентами стресу має значну варіативність, яка зумовлена як індивідуальними характеристиками, так і особистісними ресурсами їх саморегуляції. Домінування відповіді «часто» й «дуже часто» на 1, 2, 4 та 6 питання, що формують підшкалу сприйняття безпорадності, вказує на наявність групи студентів-психологів, які відчують перевантаження через життєві події і певний дефіцит контролю над обставинами. У цих студенток це проявляється у вигляді систематичного відчуття нагромадження труднощів, що «досить важко подолати», чи -- порушення прогнозованості важливих процесів для них, що узгоджується із концептуальними характеристиками, які притаманні особистості з високим рівнем сприйнятої стресовості.

Паралельно, відповіді на запитання, що стосуються сприйняття самоефективності (п. 3, 5, 7, 8), демонструють значну варіативність «рідко» - «дуже часто». Це засвідчує неоднорідність вибірки студентів-психологів щодо їх здатності покладатися на свої ресурси для подолання труднощів. Частина студентів-психологів, переважно (25+), із подружнім досвідом, частіше оцінюють власний стан як керований, проявляючи при цьому впевненість у здатності вирішувати особисті проблеми й протидіяти стресогенним чинникам. Натомість молодші респондентки частіше демонструють дещо більшу вразливість до майбутніх подій.

Варто зауважити, що зниження контролю й переживання безпорадності не завжди пов'язано із життєвими об'єктивними обставинами: жінки із подібними соціальними й сімейними умовами можуть демонструвати як високі, так й низькі рівні стресу. Це загалом відповідає концепції PSS, згідно із якою саме суб'єктивне сприйняття, а не інтенсивність (фактична) стресових факторів, визначає рівень стресу. Середній рівень стресу може спостерігатися як і у жінок із тривалим подружнім стажем, так і у жінок, які не мають дітей, що підкреслює вплив індивідуальних відмінностей у когнітивній оцінці подій і ресурсах подолання.

Аналіз відповідей «дуже часто» в пунктах 1, 2, 4 дозволив виокремити групу студенток із підвищеним відчуттям перевантаженості, для них характерними є

труднощі в поєднанні багатьох завдань, схильність сприймати труднощі як надважкі, відчуття непередбачуваності життя (що може бути пов'язано з умовами війни).

Інша частина студентів-психологів продемонструвала більш адаптивну картину: відповіді «рідко» чи «ніколи» на пункт про безвихідність (п. 10) засвідчує у них достатній рівень психологічної стійкості й наявність ефективних механізмів долаття стресу.

Відповіді студентів-психологів на запитання, які стосуються очікування негативних подій в майбутньому, засвідчують у значної частина респондентів переживань періодичної нервозності, яка рідко набуває форм стійкої тривожності.

Загалом, результати свідчать, що рівень сприйнятого стресу серед студентів-психологів переважно знаходиться на помірному рівні. Відповіді на запитання, пов'язані із очікуванням негативних подій, вказують на періодичну нервозність, що рідко трансформується у стійку тривожність. Це свідчить про адаптивний характер ситуативного занепокоєння, яке є природною реакцією на щоденні обов'язки, особливо для матерів з малими дітьми. Водночас частина студентів-психологів продемонструвала високий рівень стресу, що відображає потребу у додаткових психоемоційних ресурсах, розвитку копінг-стратегій та підвищенні рівня самоефективності. Така диференціація підкреслює індивідуальні відмінності у здатності регулювати емоції, ефективно справлятися з навантаженнями та приймати нові життєві ролі, зокрема пов'язані з материнством.

Розглянемо далі результати дослідження за методикою GSE (див. рис. 2.5). Аналіз отриманих даних показує, що серед досліджуваних студенток-психологів найпоширенішим є помірний та вище середнього рівні само ефективності, які охоплюють 74,32% вибірки (40,54% – помірний рівень, 33,78% – вище за середній). Це говорить про те, що більшість студенток мають достатній рівень досліджуваної психологічної характеристики, що дозволяє їм ефективно справлятися з відповідними психоемоційними або поведінковими завданнями у навчальній та соціальній сфері.



Рис.2.5 Результати дослідження загальної самоефективності у студентів-психологів згідно шкали (GSE).

Рівень нижче середнього зафіксовано у 8,11% студенток-психологів, а низький рівень само ефективності (10–16 балів) взагалі не виявлено, що вказує на відносну стабільність показників серед вибірки та низьку частоту виражених психологічних труднощів у цій сфері.

Водночас високий рівень само ефективності спостерігається у 17,57% студенток, що може свідчити про наявність у цієї групи вираженої схильності або підвищеної активації відповідної психологічної характеристики. Така вибіркова диференціація показників вказує на індивідуальні відмінності у психологічному функціонуванні само ефективності студенток.

Загалом, результати дослідження демонструють переважання середніх та помірно високих показників само ефективності, що може розцінюватися як позитивна тенденція для психологічної готовності студенток до материнства, а також професійної діяльності та соціальної адаптації.

Індивідуальні відповіді студенток-психологів на твердження шкали в цілому демонструють загальну тенденцію: більшість студенток-психологів віддавали перевагу варіантам «повністю вірно» й «скоріше вірно». Особливо це проявилось у відповідях на твердження 1, 3, 4, 6, 10, що формують ядро конструкту загальної самоефективності.

Серед типових висловлювань зустрічалися такі формулювання: «Я завжди можу вирішити складну проблему, якщо достатньо постараюся», а також, «У

несподіваних ситуаціях я не гублюся», «Коли я опиняюся в складній ситуації, я переважно знаю, що робити». Такі відповіді свідчать про цілісне переконання студенток-психологів у власних можливостях організовано діяти у складних обставинах. Регулярність таких формулювань вказує на сформовані навички когнітивного контролю, високий рівень внутрішньої мотивації подолання труднощів та схильність до активних стратегій coping-поведінки. Це узгоджується з позицією А. Бандури, згідно з якою саме ефективність є ключовим чинником саморегуляції та опору стресовим впливам.

Водночас у частини респонденток (8,11%) було зафіксовано нижчий за середній рівень саме ефективності. Деякі відповіді містили заперечення власної компетентності («скоріше не вірно», «зовсім не вірно»), переважно щодо тверджень 2, 7 та 8, які стосувалися здатності знаходити альтернативні рішення, зберігати спокій у складних ситуаціях та впливати на перебіг подій попри опір оточення. Такі висловлювання, як «Я не завжди знаю, що робити у складних ситуаціях» або «Іноді я не можу зберігати спокій перед труднощами», свідчать про більш обмежені ресурси саморегуляції й потенційну тривожність у процесі прийняття відповідальних рішень, що може мати значення у формуванні образу матері та материнської ролі зокрема.

Порівняння результатів шкали GSE із даними шкали сприйнятого стресу (PSS-10) підтверджує очікуване нами припущення: підвищений рівень сприйнятого стресу відповідає зниженим показникам самоефективності, тоді як респондентки із високою самоефективністю мають переважно помірний чи низький рівень стресу. У групі студенток-психологів із високими показниками PSS-10 частіше траплялися заперечувальні відповіді у твердженнях згідно шкали GSE, зокрема пов'язаних із контролем над ситуацією, що узгоджується із концепцією реципрокної тріади Бандури, яка підкреслює взаємозв'язок когнітивних оцінок, поведінки та зовнішніх факторів.

Особливо показовою є взаємодія показників самоефективності із результатами методики «РОД». Студенти із високим рівнем генофілії й репродуктивної активності демонстрували високі показники GSE. Їх відповіді

характеризувалися впевненістю у своїх можливостях долати труднощі й відповідальність, що є важливим компонентом ПГМ. Натомість студентки-психологи із вираженою репродуктивною пасивністю й високою генофобією часто виявляли невизначеність у власних ресурсах («зовсім невірно», «скоріше невірно» у пунктах 2, 7, 8), що засвідчує сумніви у своїй компетентності, наявність страху перед новими соціальними ролями, підвищену емоційну напругу.

Узагальнюючи отримані результати, можна констатувати, що шкала GSE виступила важливим показником внутрішніх ресурсів студенток-психологів. У більшості респонденток сформовані уявлення щодо власної здатності самостійно вирішувати проблеми й контролювати труднощі, що виступає не лише позитивним прогностичним фактором психологічної адаптації, але й є критично важливим компонентом структури ПГМ, образу материнства, позаяк забезпечує стійкість у ситуаціях стресу, інтенсивних змін, високої відповідальності.

Водночас група студентів-психологів із зниженими показниками за GSE потребує цілеспрямованої психологічної підтримки, яка повинна бути спрямована на зниження рівня стресу, розвиток навичок саморегуляції, підвищення впевненості у своїх можливостях, що, у свою чергу, сприятиме формуванню більш цілісного й адаптивного образу материнства у психологічній картині світу.

Для більш детального аналізу взаємозв'язків між отриманими показниками методик нами було здійснено кореляційний аналіз Пірсона.

Аналізуючи кореляції між шкалами РОД та рівнем сприйнятого стресу, виявлено, що показники генофілії та репродуктивної активності у студентів-психологів негативно корелюють із PSS-10 ($r = -0,421$, $p \leq 0,01$ та $r = -0,428$, $p \leq 0,01$ відповідно) (див. табл. 2.1.). Тобто, вищий рівень позитивного ставлення до дітородіння та активна репродуктивна позиція асоціюються із нижчим рівнем сприйнятого стресу.

Таблиця 2.1.

**Результати кореляційного аналізу (Пірсона) показників згідно методик
РОД, PSS-10, GSE**

Пара змінних	коефіцієнт кореляції (r)	p
РОД (генофілія) – PSS-10	-0,421	$p \leq 0,01$
РОД (репродуктивна активність) – PSS-10	-0,428	$p \leq 0,01$
РОД (генофобія) – PSS-10	0,322	$p \leq 0,05$
РОД (репродуктивна пасивність) – PSS-10	0,312	$p \leq 0,05$
РОД (генофілія) – GSE	0,524	$p \leq 0,01$
РОД (репродуктивна активність) – GSE	0,512	$p \leq 0,01$
РОД (генофобія) – GSE	-0,331	$p \leq 0,05$
РОД (репродуктивна пасивність) – GSE	-0,343	$p \leq 0,05$
PSS-10 – GSE	-0,522	$p \leq 0,01$

Натомість генофобія та репродуктивна пасивність показують позитивні кореляції із PSS-10 ($r = 0,322$, $p \leq 0,05$ та $r = 0,312$, $p \leq 0,05$), що вказує на підвищений рівень стресу у студентів-психологів із негативним ставленням до дітородіння та пасивною репродуктивною позицією. Таким чином, результати демонструють обернено-пропорційну залежність між психологічно адаптивними

репродуктивними установками, прагненням до материнства та стресовим сприйняттям у студентів-психологів в умовах війни.

Кореляційний аналіз між показниками РОД та самоефективності (GSE) показав, що генофілія та репродуктивна активність мають позитивний взаємозв'язок із рівнем самоефективності ($r = 0,524, p \leq 0,01$ та $r = 0,512, p \leq 0,01$ відповідно), що вищий рівень віри в власні можливості та компетентність у життєвих ситуаціях пов'язаний з більш позитивним ставленням до материнства та активною репродуктивною позицією, сформованістю образу материнства. У той же час, генофобія та репродуктивна пасивність негативно корелюють із GSE ($r = -0,331, p \leq 0,05$ та $r = -0,343, p \leq 0,05$), що вказує на те, що знижена самооцінка та впевненість у власних здібностях у студентів є негативним предиктором образу материнства, може посилювати негативне ставлення до дітородіння пасивну репродуктивну позицію.

Взаємозв'язок між рівнем сприйнятого стресу та самоефективністю студентів-психологів виявився значущим і негативним ($r = -0,522, p \leq 0,01$), що підкреслює, що вищий рівень стресу супроводжується зниженням віри в власні можливості, а зменшення стресу пов'язане із більш високою самооцінкою та ефективністю.

У цілому, отримані дані демонструють, що образ материнства в психологічній картині світу студентів-психологів тісно пов'язаний із їхнім рівнем стресу та почуттям власної ефективності: позитивне ставлення до материнства та активна репродуктивна позиція асоціюються із нижчим стресом і вищою самоефективністю, тоді як негативне уявлення про материнство та пасивна позиція

-із підвищеним стресом та зниженим рівнем самоефективності. Ці результати підкреслюють важливість психологічної підтримки та розвитку ресурсів самоефективності у студентів-психологів, особливо в умовах підвищеного стресу, зумовленого воєнними обставинами.

2.3. Рекомендації з метою психологічної підготовки жінок до материнства в умовах війни.

Психологічна підготовка жінок до материнства в умовах війни потребує комплексного, гнучкого й контекстуально чутливого підходу, який поєднує розвиток внутрішніх ресурсів особистості з організацією зовнішньої системи підтримки. Війна як тривалий стресогенний фактор підвищує рівень тривожності, невизначеності та емоційного виснаження, тому ключовими завданнями стають зміцнення самоефективності, розвиток навичок саморегуляції та формування психологічної готовності до материнства як усвідомленого життєвого вибору.

Передусім доцільно зосередитися на формуванні реалістичного й позитивного образу материнства. Практична робота може включати психоосвітні модулі, спрямовані на переосмислення ідеалізованих або тривожних уявлень про материнство, обговорення типових страхів (невпевненість у власній компетентності, страх за безпеку дитини, економічна нестабільність) та їх нормалізацію. Ефективним є використання технік наративної психології, де жінка конструює власну історію майбутнього материнства, інтегруючи як ресурси, так і виклики.

Другий важливий напрям -підвищення рівня самоефективності. Доцільно впроваджувати тренінги, що базуються на принципах теорії самоефективності, зокрема через:

- моделювання успішного досвіду (аналіз реальних історій жінок, які народили в умовах кризи);
- формування досвіду досягнення (постановка малих, досяжних цілей у підготовці до материнства);
- вербальну підтримку (психологічний коучинг, групи підтримки);

- розвиток здатності інтерпретувати власні емоційні стани не як слабкість, а як адаптивну реакцію на стрес [18].

Третій компонент -розвиток навичок саморегуляції. У цьому контексті доцільно використовувати:

- дихальні техніки (наприклад, діафрагмальне дихання для зниження рівня фізіологічного напруження);
- методи майндфулнес, що допомагають утримувати увагу на теперішньому моменті;
- когнітивно-поведінкові техніки (ідентифікація й реструктуризація катастрофічних думок);
- тілесно-орієнтовані практики для зниження соматизованої тривоги [19].

Особливої уваги потребує робота із травматичним досвідом війни. Жінкам варто пропонувати безпечний простір для опрацювання переживань втрати, страху, вимушеного переміщення або розлуки з близькими. Доцільним є застосування короткострокових стабілізаційних технік (заземлення, ресурсні візуалізації) та, за потреби, скерування до спеціалізованої психотерапевтичної допомоги.

Не менш значущим є формування соціальної підтримки. Практичні рекомендації включають:

- створення груп взаємопідтримки для вагітних і майбутніх матерів (онлайн та офлайн);
- залучення партнерів і родини до підготовки до батьківства;
- розвиток навичок запиту про допомогу та делегування обов'язків;
- використання ресурсів громади (соціальні служби, волонтерські ініціативи, медичні установи) [25; 30].

В умовах різних життєвих обставин (внутрішнє переміщення, самотнє материнство, економічні труднощі) важливо забезпечити індивідуалізацію психологічного супроводу. Для жінок із підвищеним рівнем стресу доцільно передбачати більш інтенсивну підтримку, включно з кризовим консультуванням, тоді як для ресурсніших груп -профілактичні та розвивальні програми.

Окремим напрямом є підготовка до післяпологового періоду. Жінок варто ознайомлювати із можливими емоційними станами після народження дитини (включно з післяпологовою тривожністю чи депресивними проявами), навчати базових стратегій самодопомоги та заздалегідь формувати мережу підтримки.

Таким чином, ефективна психологічна підготовка до материнства в умовах війни має ґрунтуватися на інтеграції психоосвіти, розвитку особистісних ресурсів, формуванні адаптивних копінг-стратегій і забезпеченні стабільної соціальної підтримки. Це сприяє не лише зниженню рівня стресу, а й формуванню внутрішнього відчуття контролю, усвідомленості образу материнства, впевненості та готовності до материнської ролі навіть у ситуації тривалої невизначеності.

Висновок до розділу 2

Результати проведеного нами емпіричного дослідження підтвердили, що образ материнства є багатовимірним феноменом, на який пов'язаний як із психосоціальними умовами так і особистісними характеристиками. Загальний масив отриманих нами даних вказує на поєднання традиційних уявлень про материнство із зростанням індивідуалістичних мотивів й прагматичного підходу до народження дитини.

Результати вказують на наявність різнорівневого розвитку репродуктивної мотивації та підтверджують переважання у студенток-психологів позитивного ставлення до материнства і достатньої психологічної готовності до репродуктивної діяльності. Частина студенток-психологів перебуває на стадії формування активної орієнтації, а частина ще характеризується низькою готовністю до реалізації материнської ролі та проявляє обмежену мотивацію до материнства, що може бути пов'язано із актуальними життєвими пріоритетами, навчальним навантаженням та умовами воєнного стану. Загальний показник РОД демонструє переважно високий рівень репродуктивної орієнтації, що узгоджується з даними щодо генофілії та репродуктивної активності. Ці результати свідчать про сформованість у студенток психологічної готовності до майбутнього материнства, що включає мотиваційний, когнітивний та поведінковий компоненти, і підкреслює важливість соціального та

особистісного досвіду у формуванні репродуктивної установки. Отримані нами дані узгоджуються із результатами шкал репродуктивної активності та загальної репродуктивної орієнтації, підкреслюючи, що когнітивний, мотиваційний та поведінковий компоненти готовності до материнства у більшості респонденток сформовані на достатньому рівні. Результати також відповідають сучасним уявленням про складові образу материнства, що формуються під впливом сімейної моделі, соціального досвіду і своєї самооцінки репродуктивних перспектив.

Рівень сприйнятого стресу серед студентів-психологів переважно знаходиться на помірному рівні, свідчить про адаптивний характер ситуативного занепокоєння. Водночас частина студентів-психологів продемонструвала високий рівень стресу, що відображає потребу у додаткових психоемоційних ресурсах, розвитку копінг-стратегій та підвищенні рівня самоефективності. Така диференціація підкреслює індивідуальні відмінності у здатності регулювати емоції, ефективно справлятися з навантаженнями та приймати нові життєві ролі, зокрема пов'язані з материнством.

У більшості студентів-психологів сформовані уявлення щодо власної здатності самостійно вирішувати проблеми й контролювати труднощі, що виступає не лише позитивним прогностичним фактором психологічної адаптації, але й є критично важливим компонентом структури ПГМ, образу материнства, позаяк забезпечує стійкість у ситуаціях стресу, інтенсивних змін, високої відповідальності.

Водночас група студентів-психологів із зниженими показниками самоефективності потребує цілеспрямованої психологічної підтримки, яка повинна бути спрямована на зниження рівня стресу, розвиток навичок саморегуляції, підвищення впевненості у своїх можливостях, що, у свою чергу, сприятиме формуванню більш цілісного й адаптивного образу материнства у психологічній картині світу.

Виявлені статистично значущі кореляційні взаємозв'язки між показниками РОД, GSE та PSS-10 продемонстрували, що образ материнства в психологічній картині світу студентів-психологів тісно пов'язаний із їхнім рівнем стресу та

почуттям власної ефективності: позитивне ставлення до материнства та активна репродуктивна позиція асоціюються із нижчим стресом і вищою самоефективністю, тоді як негативне уявлення про материнство та пасивна позиція -із підвищеним стресом та зниженим рівнем самоефективності. Ці результати підкреслюють важливість психологічної підтримки та розвитку ресурсів самоефективності у студентів-психологів, особливо в умовах підвищеного стресу, зумовленого воєнними обставинами.

Психологічна підготовка жінок до материнства в умовах війни потребує комплексного, гнучкого й контекстуально чутливого підходу, який поєднує розвиток внутрішніх ресурсів особистості з організацією зовнішньої системи підтримки. Ефективна психологічна підготовка до материнства в умовах війни має ґрунтуватися на інтеграції психоосвіти, розвитку особистісних ресурсів, формуванні адаптивних копінг-стратегій і забезпеченні стабільної соціальної підтримки. Це сприяє не лише зниженню рівня стресу, а й формуванню внутрішнього відчуття контролю, усвідомленості образу материнства, впевненості та готовності до материнської ролі навіть у ситуації тривалої невизначеності.

ВИСНОВКИ

Теоретичний аналіз наукової літератури дозволив з'ясувати, що більшість сучасних психологічних досліджень феномену материнства спрямовані на вивчення того, як виконання материнських функцій відображається у внутрішньому світі жінки, які складові цього процесу є усвідомленими, а які залишаються на рівні несвідомого, а також як взаємодіють ці рівні для забезпечення повноцінного розвитку дитини. Материнство є складним соціально-психологічним феноменом, який формується під впливом особистісного досвіду, соціального контексту та кризових умов, зокрема війни, а питання готовності до материнства в кризових ситуаціях набуває нових змістових характеристик

Материнська сфера є певним динамічним утворенням, яке розвивається протягом життя, зокрема від народження матері до вагітності, на якому формується система потенційних умов для розвитку базових якостей після пологів, закладених у соціальному контексті та взаємодії із власною матір'ю.

Розглянуто образ материнства і його роль у психологічній картині світу особистості. Материнство забезпечує формування конкретних елементів у

центральної частині «картини світу» дитини й передає їх через модель материнства. У структурі картини світу особистості важливе місце посідають соціально значущі образи, серед яких образ материнства є одним із ключових, оскільки він відображає не лише індивідуальний досвід, а й культурно-історичні, соціальні та ціннісні орієнтири суспільства. Картина світу розглядається нами як психічний феномен, у межах якого формується та розвивається образ материнства. Розвиненість образу материнства визначає ПГМ («психологічна готовність до материнства»), ідентифікацію «Я-сама» з «Я-мати», прийняття своєї материнської ролі, а також розвиток потребова-мотиваційної сфери жінки. Образ материнства відіграє досить важливу роль у формуванні життєвих стратегій і системи близьких стосунків. ПГМ є складним багатовимірним феноменом, що інтегрує біологічні, соціокультурні, когнітивні, особистісні, емоційні, мотиваційні компоненти. У контексті материнства ПГМ набуває специфічного змісту, який пов'язаний із прийняттям нової соціальної ролі, формуванням установок й поведінкових моделей, необхідних для догляду за дитиною. Формування спотвореного або нереалістичного уявлення про материнство, у якому або переважають труднощі повсякденності, відмова від професійної самореалізації та соціальних досягнень, або ж, навпаки, домінує його надмірна ідеалізація як безперервного джерела щастя й радості, може зумовлювати як свідоме небажання народжувати дітей, так і подальше глибоке розчарування в материнській ролі. Особливої актуальності ця проблема набуває в умовах воєнного стану, коли зазнають змін базові уявлення про безпеку, майбутнє, сім'ю та батьківство. Війна як тривалий стресогенний чинник впливає на систему життєвих смислів молоді, актуалізуючи екзистенційні питання виживання, відповідальності, продовження роду та збереження ідентичності. У таких обставинах образ материнства часто набуває амбівалентності, поєднуючи традиційні уявлення про турботу, любов і самореалізацію з переживаннями тривоги, невизначеності та страху за майбутнє дитини.

Виокремлено чинники формування готовності до материнства і становлення материнської ідентичності. Українські дослідження спираються на класичні структурно-функціональні моделі, детально досліджуючи при цьому складові

образу материнства, ПГМ та її вікові особливості. Натомість зарубіжні публікації відображають переважно зміщення фокусу до ресурсного підходу, підкреслюючи при цьому роль материнської самоефективності й материнської ідентичності як ключових прогностичних чинників успішної адаптації до материнської ролі. Інтеграція цих підходів дозволяє сформувати комплексне уявлення про особливості формування образу материнства, ПГМ як результату взаємодії особистісних диспозицій, соціального середовища й внутрішніх психологічних ресурсів жінки. Теоретичний аналіз підтверджує, що образ материнства формується на перетині особистісних ресурсів, соціального контексту та вікових особливостей жінки, її життєвого досвіду. Успішно сформований образ материнства є особливо важливим для ефективної адаптації до материнської ролі й підтримки психічного здоров'я. Поєднання мотиваційних установок, когнітивної обізнаності, емоційної зрілості та ресурсного потенціалу забезпечує успішне формування образу материнства, а відтак ефективне виконання ролі матері.

Результати проведеного нами емпіричного дослідження підтвердили, що образ материнства є багатовимірним феноменом, на який пов'язаний як із психосоціальними умовами так і особистісними характеристиками. Загальний масив отриманих нами даних вказує на поєднання традиційних уявлень про материнство із зростанням індивідуалістичних мотивів й прагматичного підходу до народження дитини. Результати вказують на наявність різномірного розвитку репродуктивної мотивації та підтверджують переважання у студенток-психологів позитивного ставлення до материнства і достатньої психологічної готовності до репродуктивної діяльності. Частина студенток-психологів перебуває на стадії формування активної орієнтації, а частина ще характеризується низькою готовністю до реалізації материнської ролі та проявляє обмежену мотивацію до материнства, що може бути пов'язано із актуальними життєвими пріоритетами, навчальним навантаженням та умовами воєнного стану. Загальний показник РОД демонструє переважно високий рівень репродуктивної орієнтації. Результати свідчать про сформованість у студенток психологічної готовності до майбутнього материнства, що включає мотиваційний, когнітивний та поведінковий компоненти,

і підкреслює важливість соціального та особистісного досвіду у формуванні репродуктивної установки. Отримані нами дані узгоджуються із результатами шкал репродуктивної активності та загальної репродуктивної орієнтації, підкреслюючи, що когнітивний, мотиваційний та поведінковий компоненти готовності до материнства у більшості респонденток сформовані на достатньому рівні.

Рівень сприйнятого стресу серед студентів-психологів переважно знаходиться на помірному рівні, свідчить про адаптивний характер ситуативного занепокоєння. Водночас частина студентів-психологів продемонструвала високий рівень стресу, що відображає потребу у додаткових психоемоційних ресурсах, розвитку копінг-стратегій та підвищенні рівня самоефективності. Така диференціація підкреслює індивідуальні відмінності у здатності регулювати емоції, ефективно справлятися з навантаженнями та приймати нові життєві ролі, зокрема пов'язані з материнством. У більшості студентів-психологів сформовані уявлення щодо власної здатності самостійно вирішувати проблеми й контролювати труднощі, що є критично важливим компонентом структури ПГМ, образу материнства, позаяк забезпечує стійкість у ситуаціях стресу, інтенсивних змін, високої відповідальності. Водночас група студентів-психологів із зниженими показниками самоефективності потребує цілеспрямованої психологічної підтримки, яка повинна бути спрямована на зниження рівня стресу, розвиток навичок саморегуляції, підвищення впевненості у своїх можливостях, що, у свою чергу, сприятиме формуванню більш цілісного й адаптивного образу материнства у психологічній картині світу.

Виявлені статистично значущі кореляційні взаємозв'язки між показниками РОД, GSE та PSS-10 продемонстрували, що образ материнства в психологічній картині світу студентів-психологів тісно пов'язаний із їхнім рівнем стресу та почуттям власної ефективності: позитивне ставлення до материнства та активна репродуктивна позиція асоціюються із нижчим стресом і вищою самоефективністю, тоді як негативне уявлення про материнство та пасивна позиція -із підвищеним стресом та зниженим рівнем самоефективності. Ці результати

підкреслюють важливість психологічної підтримки та розвитку ресурсів самоефективності у студентів-психологів, особливо в умовах підвищеного стресу, зумовленого воєнними обставинами.

Розроблено рекомендації із метою психологічної підготовки жінок до материнства в умовах війни. Психологічна підготовка жінок до материнства в умовах війни потребує комплексного, гнучкого й контекстуально чутливого підходу, який поєднує розвиток внутрішніх ресурсів особистості з організацією зовнішньої системи підтримки. Ефективна психологічна підготовка до материнства в умовах війни має ґрунтуватися на інтеграції психоосвіти, розвитку особистісних ресурсів, формуванні адаптивних копінг-стратегій і забезпеченні стабільної соціальної підтримки. Це сприяє не лише зниженню рівня стресу, а й формуванню внутрішнього відчуття контролю, усвідомленості образу материнства, впевненості та готовності до материнської ролі навіть у ситуації тривалої невизначеності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аксьонова С. Ю. Підліткове материнство: демографічний аспект проблеми : монографія / НАН України, Ін-т демографії та соц. дослідж. ім. М. В. Птухи. Київ : Сочінський М. М., 2016. 184 с. URL: https://idss.org.ua/monografii/2016_Aksyonova.pdf
2. Антонова З. В., Галицька Т. П. Психологічна готовність жінок внутрішньо переміщених осіб до материнства як психологічний феномен. *Psychology Travelogs*, 2024, 2(78), 221–234. URL: <https://pt.khmnu.edu.ua/index.php/pt/article/download/235/220/649>
3. Анчева І. А. Сучасний погляд на психологічну готовність до материнства. *Здоров'я жінки*. 2017. № 6(122). С. 50–51.
4. Багінська А. Т. Формування у старшокласниць готовності до усвідомленого материнства: погляд на проблему. *Вісник Науки та освіти*, 2024, № 7(25). С. 615–624.

5. Божук О. А. Материнство як особливий прояв нужди та потребнісно-мотиваційної сфери особистості жінки [Електронний ресурс]. Архів психіатрії, 2013, Т. 19, № 1. С. 120–123. URL: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/apsuh_2013_19_1_29.pdf
6. Виговська І. Б. «Я ніколи не почувалася такою дорослою»: про те, як бути мамою під час війни [Електронний ресурс]. Wonderzine Україна, 2022. URL: <https://www.wonderzine.com.ua/wonderzine/life/life-column/10955-Yak-tse-buti-mamoyu-pid-chas-viyni-kolonka-irini-vigovskoyi>
7. Стрельник О. О. Материнство та турбота про дітей в суспільстві ризику. Український соціум, 2017, № 1. С. 72–83.
8. Вишньовський В. В., Куца С. В. Формування психологічної готовності жінки до материнства. Актуальні задачі сучасних технологій: матеріали V Міжнар. наук.-техн. конф. молодих учених та студентів. Тернопіль, 2016. С. 301–302. URL: <https://files.core.ac.uk/download/pdf/80501286.pdf>
9. Волошина В. В., Бондарчук О. Ю. Психологічні особливості становлення Я-образу матері у дівчат старшого віку [Електронний ресурс]. Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент, 2014, Вип. 15. С. 130–139. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnf_2014_15_16
10. Гасюк М. Б., Карпюк Ю. Я. Перинатальна психологія материнства. Курс лекцій : навч. посіб. Івано-Франківськ : Місто НВ, 2023. 144 с.
11. Галецька І. М. Шкала загальної самоефективності (GSE) – адаптація. Клініко-психологічне дослідження: навчальний посібник. Львів:ЛНУ ім.І. Франка.2015. 242с.
12. Гомонюк О. В., Яськова Н. В. Особливості психологічної готовності до материнства. Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України, 2017, № 4. С. 5–6.
13. Канюка С. І. Формування толерантності жінок як умови їх психологічної готовності до майбутнього материнства : дис.... канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2018. URL:

https://npu.edu.ua/images/file/vidil_aspirant/dicer/%D0%94_26.053.10/Kanyuka.pdf

14. Католик Г., Пелех І. Емоційні стани вагітної жінки: порівняльний аналіз. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки, 2022, Вип. 13. С. 106–114.
15. Кирилова Д. С. Психологічна готовність до материнства в структурі життєвих смислів жінки: теоретико-методологічний аналіз [Електронний ресурс]. Психологія: реальність і перспективи, 2017, Вип. 8. С. 101–104. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp_2017_8_25
16. Кирилова Д. С., Анчева І. В. Психологічні особливості гендерної ідентичності в контексті материнства. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки», 2019, Вип. 4. С. 136–140.
17. Кулик А. В. Вивчення материнства в історичному аспекті. Філософія в сучасному світі: матеріали І Міжнар. наук.-практ. конф., 20–21 листоп. 2020 р. Харків, 2020. С. 282.
18. Куц С. В. Формування особистісної готовності жінки до материнства : навч.-метод. посіб. Тернопіль : Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, 2017. 114 с.
19. Кучманич І. М. Усвідомлене батьківство : навч.-метод. посіб. Миколаїв : Миколаївський національний університет імені В. О. Сухомлинського, 2019. 245 с.
20. Лукомська С. О. Ресурсний підхід до подолання особистістю кризових ситуацій. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки, 2020, Вип. 1. С. 190–196.
21. Магдисюк Л. І., Демчук В. Б. Психологічна готовність української молоді до материнства. Science, Research, Development #50: матеріали міжнар. наук. конф., 27–28 лют. 2022 р. Луцьк, 2022. С. 68–69.
22. Максименко С. Д. Особистісний розвиток у кризових періодах. Київ : КМ Академія, 2016. 224 с.
23. Маслоу А. Мотивація і особистість. Київ : Основи, 1970. 374 с.

24. Никоненко О. О., Самохвалова І. В. Психологічні особливості готовності до материнства в залежності від віку. Вчені записки Університету «КРОК», 2025, 2(78), 460–466. URL: <https://snku.krok.edu.ua/index.php/vcheni-zapiski-universitetu-krok/article/view/1032>
25. Пелех І. В. Особливості психоемоційних станів вагітних жінок під впливом стресогенних чинників. Дис. на здобуття ступеня доктора філософії зі спеціальності 053 «Психологія». Львівський державний університет внутрішніх справ, Львів, 2024
26. Проскурняк О. О. Психологічна готовність до материнства як аспект рольової самореалізації жінки. Актуальні проблеми психології, Київ : Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2015, Т.10, вип.28, С.31–38. URL: <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v10/i28/35.pdf>
27. Роджерс К. Р. Погляд на психотерапію. Становлення людини / пер. з англ. О. А. Залізняка. Київ : Ніка-Центр, 2002. 382 с.
28. Савенко Д. О. Структурна організація самосвідомості матері [Електронний ресурс]. Психологія: реальність і перспективи, 2016, Вип. 7. С. 193–195. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp_2016_7_51
29. Сингаївська І. В., Страмоусова І. М. Психологічні особливості готовності до материнства в залежності від віку. Вчені записки Університету «КРОК», 2024, 2(78), 460–466. URL: <https://snku.krok.edu.ua/index.php/vcheni-zapiski-universitetu-krok/article/view/1032>
30. Таран О. П., Гаража Н. Д. Соціально-психологічні чинники ставлення сучасних жінок до материнства. Габітус, 2021, № 30. С. 91–96.
31. Томаржевська І. В. Теоретичні аспекти проблеми психологічної готовності до материнства в молодих жінок. Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія «Психологія», 2021, № 1. С. 141–146.
32. Чаркіна О. А., Гукасян К. О. Психологічні ресурси подолання депривованого материнства в умовах війни [Електронний ресурс]. Наукові перспективи, 2023, № 1(31). С. 567–584. URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/np/article/view/3577/3597>

- 33.Чаркіна О. А., Ляшенко О. О. Програма психопрофілактики стресових станів і підвищення материнської компетентності для дівчат студентського віку : навч. посіб. Кривий Ріг : КПІ ДВНЗ «КНУ», 2015. 50 с.
- 34.Чепелєва Н. Чинники формування уявлень жінки про материнство та трансформація образу матері в період народження дитини. Габітус: наук. журн. Причорномор., 2023, С. 47–50.
- 35.Шевчук Г. Розвиток материнської ідентичності в структурі Я-концепції жінки. Соціальна психологія, 2010, № 3. С. 137–151.
- 36.Шкала сприйнятого стресу (PSS-10) <https://www.samopomi.ch/get-tested/perceived-stress-scale-pss>
- 37.Штепа О. С. Психологічна ресурсність у структурі суб'єктності особистості. Проблеми сучасної психології, 2015, Вип. 27. С. 661–675. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2015_27_57
- 38.Юнг К. Г. Архетипи і колективне несвідоме / пер. з англ. О. А. Залізняк. Львів : Астролябія, 2017. 488 с.
- 39.Яремчук Н. В. Психологічна готовність жінки до материнства: вікові особливості. Неперервна професійна освіта: теорія і практика, 2019, (1-2), 167–173. URL: <http://npo.kubg.edu.ua/article/view/187606>
- 40.Яремчук Н. В. Психологічні особливості готовності молодшої жінки до майбутнього материнства. Вісник післядипломної освіти: зб. наук. пр., Київ : Геопринт, 2018, Вип. 7. С. 234–239.
- 41.Abidin R. R. Parenting Stress Index (PSI). 3rd ed. Lutz, FL : Psychological Assessment Resources, 1995. 112 p.
- 42.Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. New York : W. H. Freeman, 1997. 604 p.
- 43.Bowlby J. Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment. New York : Basic Books, 1969. 400 p.
- 44.Cohen S., Kamarck T., Mermelstein R. A global measure of perceived stress. Journal of Health and Social Behavior, 1983, 24(4), 385–396.

45. Condon J. T. The assessment of antenatal emotional attachment: Development of a questionnaire instrument. *British Journal of Medical Psychology*, 1993, 66(2), 167–183.
46. Erikson E. H. *Childhood and Society*. 2nd ed. New York : W. W. Norton & Company, 1963. 450 p.
47. Feldman R. Parent-infant synchrony and the development of moral orientation in childhood. *Developmental Science*, 2007, 10(1), 1–14.
48. Fonagy P., Target M. Attachment and reflective function: Their role in self-organization. *Development and Psychopathology*, 1997, 9(4), 679–700.
49. Greenberg M. T., Speltz M. L., DeKlyen M. The role of attachment in the development of externalizing behavior problems. *Development and Psychopathology*, 1993, 5(1–2), 191–207.
50. Harter S. *The construction of the self: A developmental perspective*. New York : Guilford Press, 1999. 444 p.
51. Karreman A., van Tuijl C., van Aken M. A. G., Deković M. Parenting and self-efficacy: A meta-analysis. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2006, 47(5), 405–423.
52. Kotelchuck M. The Adequacy of Prenatal Care Utilization Index: Its use and measurement. *American Journal of Public Health*, 1994, 84(9), 1485–1489.
53. Leerkes E. M., Burney R. V. The development of parenting self-efficacy. *Infant Behavior and Development*, 2007, 30(4), 518–534.
54. MacPhee D., Fritz J., Miller-Heyl J. Enhancing parental self-efficacy: An intervention with teen mothers. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 1996, 17(2), 253–276.
55. Mahoney G., Wheeden C. A., Gabriel M. Parent training and self-efficacy in mothers of children with disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 1997, 18(2), 127–140.
56. Muller M. E. Prenatal attachment: Contributions to maternal-fetal bonding. *Nursing Research*, 1993, 42(3), 125–129.

57. Papousek H., Papousek M. Parental competence: The role of emotion and sensitivity in early parent-child interaction. *Infant Behavior and Development*, 2002, 25(2), 219–233.
58. Parker G., Tupling H., Brown L. B. A parental bonding instrument. *British Journal of Medical Psychology*, 1979, 52(1), 1–10.
59. Renk K., Creasey G., Endriga M. C. Parenting stress, psychological functioning, and social support in families with young children. *Journal of Child and Family Studies*, 2004, 13(4), 459–471.
60. Schunk D. H., Pajares F. The development of academic self-efficacy. In: A. Wigfield, J. S. Eccles (Eds.), *Development of Achievement Motivation*. San Diego, CA : Academic Press, 2002, pp. 15–31.
61. Stern D. N. *The interpersonal world of the infant*. New York : Basic Books, 1985. 540 p.