

Особливості формування готовності жінок до материнства

Ірина Олійник

*магістрантка кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: OliinykIV@krok.edu.ua*

Олена Никоненко

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: nikonenkoev@krok.edu.ua,
ORCID: 0000-0002-0794-7905*

Постановка проблеми. Питання психологічної готовності до материнства є надзвичайно важливим у сучасній психології, оскільки воно впливає як на особистісне становлення жінки, так і на забезпечення повноцінного розвитку майбутньої дитини. В умовах теперішніх соціально-економічних труднощів, воєнних подій, загальної нестабільності та зростання рівня стресу все більше жінок відчують сумніви та невпевненість у власній здатності до материнства. Це, у свою чергу, може призводити до серйозних психологічних труднощів як для них, так і для їхніх майбутніх дітей.

В Україні за статистичними даними, спостерігається низький рівень народжуваності, який зумовлений не лише об'єктивними факторами, такими як соціально-економічна ситуація, а й психологічною неготовністю жінок до материнства. У розвинених країнах приділяється значна увага підготовці жінок до материнської ролі, що допомагає зменшити ризик післяпологової депресії, покращити якість взаємодії матері з дитиною та сприяти усвідомленому батьківству. В Україні ж ця проблема поки що недостатньо вивчена, що підкреслює важливість проведення відповідних досліджень (Никоненко & Самохвалова, 2025).

А. В. Кулик визначає: «Материнство – це складне явище, що є результатом взаємодії багатьох факторів: генетичних, біологічних, впливу родинного та соціального середовищ. Материнство – це унікальний психологічний феномен, що має фізіологічні механізми, еволюційну історію, культурні та індивідуальні особливості» (Кулик А. В., 2020).

Психологічна готовність до материнства – це комплексний феномен, що включає мотиваційну, когнітивну, емоційну, поведінкову та соціальну складові. Формування готовності до материнства залежить від багатьох чинників: індивідуальних особливостей жінки, її особистісної зрілості, досвіду взаємодії з дітьми, виховання в батьківській сім'ї, соціального середовища та культурних норм.

Психологічна готовність до материнства охоплює емоційний стан жінки, який може проявлятися у вигляді тривоги, страхів чи невпевненості щодо процесу вагітності та народження дитини. До цього поняття також входять обізнаність про особливості вагітності й пологів, уміння доглядати за новонародженим,

здатність приймати важливі рішення та відповідально ставитися до материнської ролі. На рівень такої готовності впливають різні чинники: соціальне оточення, підтримка близьких, наявні ресурси для майбутнього виховання, особисте ставлення жінки до материнства, а також її готовність до життєвих змін і здатність пристосовуватися до нового етапу розвитку (Турина О. Л., Круз Б. М., 2021).

Психологічна готовність до материнства розглядається як багатокомпонентний психічний стан, що включає усвідомлене прагнення жінки мати дитину, а також неусвідомлені мотиви та очікування, пов'язані з майбутньою материнською роллю. Це поняття охоплює як пізнавальні, так і емоційні складові, які сприяють формуванню внутрішньої підготовленості жінки до виконання функцій матері (Магдисюк & Демчук, 2023).

Сучасні дослідження психологічної готовності до материнства охоплюють вивчення різних чинників, таких як особистісні особливості, життєвий досвід, рівень адаптації в подружніх стосунках, характер взаємодії з власною матір'ю та особливості сімейних моделей материнства. Важливим є також досвід контакту з немовлятами та сформований у дитинстві інтерес до них. Додатковим значущим чинником можуть виступати несприятливі життєві умови, зокрема вплив війни (Сингаївська & Страмоусова, 2024).

Психологи виділяють кілька ключових компонентів готовності до материнства:

Особистісна готовність включає загальну особистісну зрілість, що охоплює адекватну статеву ідентифікацію, здатність ухвалювати рішення та нести відповідальність, міцну прихильність, відсутність залежностей. Важливими є й особистісні якості, необхідні для ефективного материнства, такі як емпатія, здатність до спільної діяльності, вміння бути «тут і тепер», творчі здібності, інтерес до вирощування та виховання дитини, а також культура тіла.

Збалансована модель батьківства передбачає відповідність засвоєної моделі материнської та батьківської ролей нормам і цінностям культури, у якій виховувалася жінка. До її складових належать батьківські установки, позиція, виховні стратегії та материнське ставлення, що забезпечують гармонійне виховання дитини.

Мотиваційна готовність проявляється у зрілості мотивації до народження дитини, коли материнство не стає засобом статево-ролевої, вікової чи особистісної самореалізації жінки, способом утримання партнера або зміцнення сім'ї, засобом компенсації власних дитячо-батьківських відносин чи досягнення певного соціального статусу (Нероба, 2015).

Сформованість материнської компетентності включає такі аспекти: сприйняття дитини як суб'єкта не лише фізичних, а й психічних потреб і суб'єктивних переживань (суб'єктивізація дитини); сензитивність – чутливість до сигналів від дитини (плач, дихання, рухи); респонсивність – здатність адекватно реагувати на потреби дитини; володіння засобами контролю за станом дитини та її розвитком; ставлення до режиму, що включає гнучкість і врахування індивідуального ритму життєдіяльності дитини; знання про фізичний і психічний

розвиток дитини, вікові особливості її взаємодії зі світом; уміння розуміти стан дитини, аналізувати її поведінку та емоції; навички виховання та навчання, що відповідають віковим особливостям дитини.

Психологічна готовність до материнства розвивається під впливом тісно взаємопов'язаних біологічних і соціальних факторів. Вона має інстинктивне підґрунтя, але водночас є унікальним особистісним процесом, в центрі якого знаходиться свідоме ставлення жінки до майбутньої, ще ненародженої дитини.

Список використаних джерел

1. Никоненко, О., & Самохвалова, І. (2025). Психологічні особливості готовності до материнства в залежності від віку. *Вчені записки Університету «КРОК»*, (2(78), 460–466. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-78-460-46>
2. Кулик А. В. (2020). Вивчення материнства в історичному аспекті. *Філософія в сучасному світі: Матеріали I Міжнародної науково-практичної конференції, 20–21 листопада 2020 р. Харків. 282 с.*
3. Туриніна О. Л., Круз Б. М. (2021). Особливості формування психологічної готовності жінок до материнства. *The 1st International scientific and practical conference «Modern science: innovations and prospects».* Stockholm, Sweden. 330-336.