

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
УКРАЇНСЬКИЙ КАТОЛИЦЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

На правах рукопису,  
остаточна версія

---

/Підпис студента/

**Васильків Руслана Ярославівна  
ОСОБЛИВОСТІ САМОСТАВЛЕННЯ МАТЕРІВ З ПЕРШИМ  
ДОСВІДОМ МАТЕРИНСТВА**

Спеціальність 053 - Психологія

Магістерська робота на здобуття кваліфікації магістра

**Кафедра клінічної психології**

**Науковий керівник**

Ніздрень-Федорович Олександра Андріївна  
доцент кафедри клінічної психології УКУ,  
кандидат психологічних наук

---

/Підпис наукового керівника/

Львів – 2022

**Заклад вищої освіти «Український католицький університет»**

**Факультет наук про здоров'я**

**Кафедра клінічної психології**

**Пояснювальна записка**

до магістерської роботи

магістр

(освітній ступінь)

на тему:

«Особливості самоствавлення матерів з першим досвідом материнства»

**Виконала:**

**студентка 6 курсу групи ЗПК 20/М  
спеціальності 053 «Психологія»**

Васильків Р.Я.

**Керівник: доцент кафедри клінічної  
психології УКУ, кандидат  
психологічних наук**

Ніздрень – Федорович О.А.

**Рецензент: кандидат психологічних  
наук, доцент кафедри психології та  
психотерапії**

Миколайчук М.І.

**Заклад вищої освіти «Український католицький університет»**

**Факультет наук про здоров'я**

**Кафедра клінічної психології**

**Освітній ступінь магістр**

**Спеціальність 053 Психологія**

**Освітня програма Клінічна психологія з основами когнітивно-поведінкової терапії**

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

**Завідувач кафедри**

**Аврамчук О.С.**

**“18” квітня 2022 року**

**З А В Д А Н Н Я  
НА МАГІСТЕРСЬКУ РОБОТУ СТУДЕНТУ**

**Васильків Руслані Ярославівні**

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема роботи «Особливості самоствавлення матерів з першим досвідом материнства» керівник роботи Ніздрань-Федорович Олександра Андріївна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри клінічної психології УКУ, затверджені Вченою Радою факультету від 18 квітня 2022р. № протоколу 9.
  2. Строк подання студентом роботи 30.05.2022р.
  3. Вихідні дані до роботи: у структуру роботи входить вступ, I, II, III розділи, загальні висновки, список використаних джерел, додатки.
  4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки.
- Здійснити теоретичний аналіз наукових підходів, у яких висвітлюється питання самоствавлення, материнської ідентичності. Визначити та описати

зв'язок між самостваленням та задоволеністю життям у матерів. Виокремити особливості концепту самоствалення матерів з першим досвідом материнства. На підґрунті проведеного теоретичного та емпіричного дослідження перевірити дані методом математичної статистики та сформулювати висновки.

5. Перелік графічного матеріалу: магістерське дослідження містить 4 рисунки та 3 таблиці.

6. Консультанти розділів роботи.

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

7. Дата видачі завдання \_\_\_\_\_.

## КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
	Подання на затвердження теми роботи на засіданні кафедри	17.10.21	
	Обговорення методології та структури дослідження	02.11.21	
	Здача опису роботи та бібліографії	19.11.21	
	Опрацювання I розділу роботи	01.12.21	
	Представлення I розділу дослідження	20.12.21	
	Опрацювання II розділу	09.03.22	
	Презентація II розділу дослідження	28.03.22	
	Опрацювання III розділу	01.04.22	
	Представлення III розділу	10.05.22	
	Попередній захист магістерської роботи	20.05.22	

Студентка \_\_\_\_\_ **Васильків Р.Я.**  
( підпис ) ( прізвище та ініціали )

Керівник роботи \_\_\_\_\_ **Ніздрень-Федорович О.А.**  
( підпис ) ( прізвище та ініціали )

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ I ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОСТАВЛЕННЯ У ЖІНОК-МАТЕРІВ	
1.1 Феномен самоствалення у контексті сфери психічного здоров'я.....	11
1.2 Поняття материнства у психологічній науці.....	14
1.3 Сучасні емпіричні дослідження особливостей самоствалення у жінок- матерів.....	16
Висновки до першого розділу.....	21
РОЗДІЛ II МЕТОДОЛОГІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОСТАВЛЕННЯ МАТЕРІВ З ПЕРШИМ ДОСВІДОМ МАТЕРИНСТВА	
2.1 Характеристика групи досліджуваних.....	23
2.2 Процедура дослідження.....	24
Висновки до другого розділу.....	26
РОЗДІЛ III РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ САМОСТАВЛЕННЯ МАТЕРІВ З ПЕРШИМ ДОСВІДОМ МАТЕРИНСТВА	
3.1 Порівняльний аналіз показників серед матерів з першим та другим досвідом материнства.....	27
3.2 Аналіз зв'язків досліджуваних показників в залежності від досвіду материнства.....	31
3.3 Виявлення залежності між задоволеністю життям та іншими факторами у матерів.....	33
Висновки до третього розділу.....	35
ВИСНОВКИ.....	36
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	38
ДОДАТКИ.....	43

## ВСТУП

**Актуальність дослідження:** Самоствавлення – динамічна складна система, оцінка власного “Я” та власних цінностей, яка впливає на всю діяльність особистості. Burns R., вважає, що людина – незалежний експерт свого життя, сама оцінює себе, свою працю, звички, поведінку (Burns, 1984). Особистість, яка оцінює себе і знає, вдосконалюється і набуває нового досвіду – є менш вразливою до оцінки інших. Це свідчить про те, що коли людина намагається стати кращою версією себе, дивлячись на своє “Я”, таким чином формує позитивне ставлення до себе. Досвід допомагає особистості адаптуватись за певних змін (народження дитини), для цього потрібні знання по догляду за дитиною, навички, знання себе. Досвід формується зі співпраці двох просторів в яких перебуває людина – внутрішнього та зовнішнього, так як формується і самоствавлення – на межі цих просторів. Народження дитини є критичним досвідом у житті жінки, що тягне за собою низку змін як на індивідуальному (фізичному та психологічному), так і на міжособистісному рівні. Існують розбіжності між очікуваннями материнства та реальним досвідом. Жінка зазнає змін на особистісному рівні і це пов’язано із переходом у материнство, набуття нової соціальної ролі (Перун, 2010). Сучасні жінки налаштовані на досягнення, але стаючи матір’ю отримують інші реалії, такі як, самотність та ізоляція, захоплення в пастку, немає відчуття свободи, відсутність досягнень і визнання, а також порушення особистих інтересів, відповідно змінюється ставлення до себе. Почуття провини і сорому – це емоції, у більшій мірі, пов’язані з материнством, адже ці емоції є результатом передбачуваних розбіжностей між реальним та ідеальним “Я”.

У нашому дослідженні акцентуємо увагу на особливостях самоствавлення жінки, котра стала матір’ю вперше, вивчаємо яким є самоствавлення матері і чи є відмінність між першим та другим досвідом материнства та задоволеності життям. Важливим є вивчення

самоствалення матері, котра народила вперше, адже у цей кризовий період, жінка втрачає себе і формує нове “Я”. Народження першої дитини – кризовий період, може впливати на різні аспекти життя жінки, зокрема, психологічний стан та психічне здоров’я. Це важливо розуміти психологам, лікарям, акушерам, гінекологам, щоб проводити профілактичні заходи різними способами та засобами, для розуміння психологічного стану жінки після пологів. Окрім того, різка зміна і погіршення ставлення жінки до себе, у перший час після пологів, може привести до інших психологічних проблем і загалом до погіршення стану матері. Маючи знання про стан жінки, її рівень задоволеності життям те, як вона почувається допоможе спеціалістам розробити певні заходи для покращення умов проживання нового досвіду, підтримки не лише фізичного, а й психологічного благополуччя жінки. Матір не тільки формує себе, вона ще й дає фундамент для формування особистості дитини.

**Об’єктом дослідження** є самоствалення.

**Предметом** є особливості самоствалення жінок, які мають перший досвід материнства.

**Мета дослідження:** з’ясувати особливості самоствалення у жінок з першим досвідом материнства.

**Гіпотези дослідження:**

1. Припускаємо, що самоствалення жінок з першим досвідом материнства відрізняється від самоствалення жінок з другим досвідом материнства.

2. Припускаємо, що чим яскравіше виражене самоствалення, тим вищий рівень задоволеності життям.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз наукових підходів, у яких висвітлюється питання самоствалення, материнської ідентичності.



2. Визначити та описати зв'язок між самостваленням та задоволеністю життям у матерів.

3. Виокремити особливості концепту самоствалення матерів з першим досвідом материнства.

4. На підґрунті проведеного теоретичного та емпіричного дослідження перевірити дані методом математичної статистики та сформулювати висновки.

**Група досліджуваних:** матері з першим досвідом материнства (фокус-група), матері з другим досвідом материнства.

**Методики дослідження:** для визначення рівня самоствалення у матерів було використано Тест-опитувальник самоствалення Століна В.В., (1989), для визначення рівня задоволеності життям – Satisfaction With Life Scale або SWLS (Шкала задоволеності життям) Diener Ed в адаптації Леонтєва Д., Осіна Є., (2008). Для дослідження когнітивного, оціночного поведінкового компонентів “Я-концепції” матері використали Тенесійську шкалу Я-концепції, розроблена професором Фітсом У., адаптована Кисляк О., Нагорною І., (2005).

**Наукова новизна:** розкриває поняття самоствалення у жінок з першим досвідом материнства, робить важливий акцент на ставленні до свого “Я” жінки-матері, котра вперше прийняла цю роль. Також виявляє зв'язок між рівнем задоволеності життям та досвідом материнства.

**Практичне значення одержаних результатів:** розширення поняття самоствалення у матерів з першим досвідом материнства. Результати можуть бути використані перинатальними психологами, сімейними консультантами. Важливо досліджувати самоствалення матерів, адже народження дитини – це кризовий період, жінка втрачає себе і формує нове “Я”. Це важливо розуміти психологам, щоб проводити профілактичні заходи, для сімейних лікарів, акушерів, гінекологів, для розуміння психологічного стану жінки після пологів. Самоствалення

важливо досліджувати, адже різка зміна і погіршення ставлення жінки до себе, у перший час після пологів, може призвести до інших психологічних проблем і загалом до погіршення стану жінки.

Народження першої дитини – кризовий період, може впливати на різні аспекти життя жінки, психологічний стан та психічне здоров'я. Це важливо розуміти, оскільки є поширена післяпологова депресія у жінок, які народили вперше та зустрічаються з новим викликом у житті.

**Структура та обсяг роботи:** робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Крім цього робота містить таблиці, рисунки. Загальний обсяг роботи – 45 сторінок. Основний зміст роботи – 38 сторінки.

## РОЗДІЛ І ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОСТАВЛЕННЯ У ЖІНОК-МАТЕРІВ

### 1.1 Феномен самоствавлення у контексті сфери психічного здоров'я

Кожному з нас притаманно оцінювати себе, роздумувати над своїми діями, дивитись на себе під різними кутами в певних обставинах. Ми оцінюємо себе, будучи у різних соціальних ролях, оцінюємо свої можливості, намагаємось зрозуміти хто ми є. Питання ставлення особистості до себе цікавило багатьох науковців зокрема: Rogers С., Каламаж Р., Кідалова К., Колодяжна А., Штепа О., Гуменюк О., Телецька Л., Гірчук О., Андрійчук І., Васьківська М., Співак Я., Титаренко Т., Шевченко О., Столін В., Рубінштейн С., які вивчали самоствавлення у різних контекстах.

Українська вчена Кідалова К., яка вивчала самоствавлення у структурі поведінкових проявів особистості, зазначає, що позитивне самоствавлення забезпечує гармонійне існування та високий рівень самоідентифікації особистості. Автор наголошує на тому, що на формування позитивної “Я-концепції” впливає позитивне самоствавлення, прийняття себе, це забезпечить психічне благополуччя та психічне здоров'я (Кідалова, 2018). Самоприйняття, як складова самоствавлення, допомагає особистості емоційно оцінити себе (Колодяжна, 2016). Тобто йдеться про самоприйняття у контексті почуття приязні, доброзичливості, симпатії до свого “Я”. Самоствавлення є складним психічним процесом, адже особистість сприймає себе в різних ролях, ситуаціях, у взаємодії з іншими, аналізує це все і поєднує в один цілісний образ власного “Я” (Радул, 2017). Штепа О., підкреслює те, що самоприйняття – позитивне ставлення до себе, відчуття власної цінності і поваги, яке виявляється у вмінні визнавати свої сильні та слабкі сторони (Штепа, 2003). Прийняття себе допомагає особистості розуміти куди рухатись, щоб вдосконалити

себе, зрости. Гуменюк О., зазначає, що бажання до особистісного зростання, висока самооцінка та позитивне самоствавлення є складовими зрілої та ефективної “Я-концепції” (Гуменюк, 2004). За допомогою діяльності нашої свідомості відбувається оцінка себе і формується ставлення до себе. Самоствавлення є основною властивістю нашої свідомості, яке впливає на взаємодію з іншими та зі собою (Терлецька, 2005). В основі самоствавлення присутні дві системи: оцінювальна та емоційна, про це зазначає Гірчук О. Базуючись на оцінках власних досягнень, результатів, формується такі компоненти самоствавлення, як самоповага та почуття ефективності. Рівень самооцінки знижується, якщо особистість незадоволена результатом своєї діяльності і недооцінює себе, в порівнянні з тим, якою вона є насправді. Емоційна система самоствавлення розкриває симпатію до себе, самоприйняття і цінності (Гірчук, 2018). Вчений Сарджвеладзе Н., наголошував, що самоствавлення це певна емоційна система оцінки свого Я, “Я” як об’єкт та “Я”, як суб’єкт. Наша когнітивна активність, емоційні реакції, схеми дій щодо ситуацій і щодо свого поведження у цих ситуаціях вибудовують ставлення до себе. Самоствавлення – це ядро особистості, яке забезпечує взаємодію зі світом та із собою (Сарджвеладзе, 1989). Соціальний досвід особистості впродовж її життя формує характер самоствавлення. Основи самоствавлення закладаються у дитинстві, на основі дитячо-батьківських стосунків, далі формується ставлення до себе, вміння оцінювати себе реально (Каламаж, 2010). Тому так важливо, щоб жінка, котра вперше здобула роль мами формувала добре самоствавлення, адже у стосунку з нею формуватиметься нова особистість і від цього буде залежати соціальна успішність особистості. Самоствавлення є складною динамічною системою, яка побудована на емоційній оцінці, має свої компоненти та рівні, механізми формування. Ставлення особи до себе впливає на можливості самореалізації (Яворська-Ветрова, 2017).

Англійський вчений, Burns R., вважає, що людина оцінює свою працю, життєвий досвід, звички, поведінку. Людина має здатність оцінювати себе як незалежний експерт свого життя. Це формує здатність людини самокритично мислити і задумуватись над тим яка я є і хто я є (Burns, 1984). Опираючись на думку Burns R., хочемо зазначити, що особистість, яка знає себе і критично оцінює, беручи з життєвого досвіду навички і прагнення змінюватись на краще, ставати досконалішою по відношенню до самої себе – є менш вразливою до оцінки інших, відповідно формує позитивне самоствавлення.

Ще однією динамічною системою, яка допомагає людині пізнати себе, усвідомити свої фізичні, інтелектуальні, та інші якості – “Я-концепція”. “Я-концепція” поєднує в собі три складові: когнітивну – зміст “Я-образу” людини, емоційну – ставлення до цього знання та поведінкову – готовність діяти на основі самооцінки (Бодалев, 2000). Самоствавлення є дзеркалом “Я-концепції”. Слід зазначити, що на особистість впливає соціум у якому вона перебуває, яке доповнює уявлення людини про себе, дає зворотній зв’язок про її діяльність. На життєвому шляху людини трапляються успіхи і невдачі, та з цього особа формується і отримує певний вектор вдосконалення свого “Я”. Дудник О., наголошує на тому, що “Я-концепція”, як найвище утворення самосвідомості має складну структуру, є динамічною, розвивається впродовж життя, регулює поведінку, забезпечує взаємодію з соціумом, допомагає асимілювати досвід, сприяє усвідомленню себе. Розглядає “Я-концепцію” як індивідуальну стрижневу характеристику в структурі особистості (Дудник, 2020). Самоповага є надзвичайно важливим компонентом “Я-концепції” (Шевченко, 2015). Особистість має потребу у високій оцінці та визнання іншими себе. Тому вона оцінює і цінує себе сама, свої моральні якості, повага до себе виступає як духовна та моральна якість особистості. Процес формування самоповаги як складного психологічного феномена, що

відображає міру ціннісного ставлення особистості до себе, зумовлюється зовнішніми та внутрішніми чинниками (Шевченко, 2021). Лактіонов А., одним із перших в Україні, звернувся до дослідження проблеми індивідуального досвіду особистості. Дослідник розглядає і досвід, як буття людини, який допомагає адаптуватись до змін, маючи певні знання, навички та ставлення до себе, стосунки з іншими. Досвід людини – це спільне утворення від взаємодії двох просторів: особистісного та соціального, в процесі життя цей досвід набуває смислове поповнення просторів (Лактіонов, 2010). Власне самоствавлення і формується на межі досвіду цих просторів.

## **1.2 Особливості материнства у контексті сфери психічного здоров'я**

Жінки, котрі вперше стали матір'ю зазнають змін у власному “Я”, адже відбувається прийняття дитини і прийняття себе у новій ідентичності. Самоствавлення виступає регулятором у поведінці і відіграє важливу роль у становленні матері у новій ролі, у стосунку між жінкою та дитиною, у поставленні цілей і досягнення, у розв'язанні певних проблем і завдань, які постають перед матір'ю. Власне жінка, котра знає себе і приймає своє материнство і дитину може подолати внутрішні конфлікти і сформуватись як зріла мати, добре вбутись у новій ідентичності (Перун, 2015). Щоб якісно взаємодіяти з дитиною, добре виховувати і стати хорошою матір'ю – потрібно усвідомити та прийняти себе у новій ролі. Слід зазначити, що народження першої дитини є складним періодом у житті жінки, адже пов'язане з відчуттям невпевненості, безпорадності, відчуттям певної нерішучості. Це й не дивно, адже мати зустрічається з обов'язками, викликами і завданнями вперше у новому становищі. Автор зазначає, що від того, як свідомість окреслить бачення материнства – залежатиме прийняття себе у цій ролі, яким чином материнство знайде відображення у свідомості жінки буде залежати прийняття ролі матері (Савенко, 2016).

Народження дитини, з точки зору німецьких дослідників Lier-Schehl Н., Turmes L., є найскладнішою подією в досвіді жінки. Матері, котрі вперше народили є вразливі до цілого спектру загальних психічних розладів, фізичних і психологічних змін (Lier-Schehl, Turmes, 2011). Жінки є чутливими у цьому періоді і симптоми постнатальної депресії підсилюють чутливість матерів, спираючись на висновки дослідників з Гонконгу (Lau, Li, 2022). Симптоми постнатальної депресії опосередковують зв'язок між перенатальним перевантаженням ролей і чутливістю матерів, які народжують вперше.

Сукупність прийняття, усвідомлення і переживання жінкою себе як матері, а також власної самореалізації в цій ролі – так автор Шевчук Г., пропонує розглядати материнство. Зазначає також, що материнська ідентичність є центральним утворенням материнської потребнісно-мотиваційної сфери, соціально-психологічним результатом когнітивно-емоційних та ціннісних процесів ідентифікації жінки з роллю матері (Шевчук, 2010).

Сучасний американський психолог, Blackburn N., у своїх працях наголошує на тому, що жінки приймають материнство вже з існуючою ідентичністю. Самосприйняття жінки змінюється, оскільки вона поступово включає материнство у свою загальну ідентичність (Blackburn, 2006). Ідентичності пов'язуються між собою, і материнство стає центральним на якій будується ідентичність мами, вплітаючи її в своє "Я". Щоб побудувати добрі стосунки матері із собою та зі своїм немовлям, у цей нелегкий період є важлива і соціальна підтримка, спогади про турботу батьків жінки, стосунків з партнером, грудне вигодовування, різні аспекти вже сформованої ідентичності жінки, яка вплітає ще одну роль – матері. Власне було досліджено зв'язок між прихильністю матері і дитини та перинатальними та постнатальними змінними. Увага до цих факторів може

допомогти захистити благополуччя матері та дитини. Ранні позитивні стосунки матері і дитини є центральним чинником розвитку психологічно зрівноваженої особистості у майбутньому житті новонародженого (Cataudella, Lampis, 2021).

### **1.3 Сучасні емпіричні дослідження особливостей самоствавлення у жінок-матерів**

Тому ми можемо співвідносити самоствавлення із поняттями самооцінки, впевненості у собі, відчуттям власної компетентності. Дослідники Coleman P., Karraker K., які досліджували впевненість матерів у самоефективності, компетентності у вихованні, поведінку та стан розвитку немовлят. Це дослідження мало на меті перевірити, що переконання батьків щодо самоефективності є пов'язані з факторами здатності матерів виховувати дітей та розвитку немовлят. Дослідження показало, що переконання матерів щодо власної ефективності в ролі матері безпосередньо пов'язані з більш конструктивною поведінкою матерів, що допомагає створити позитивне середовище для розвитку дітей. Також науковці зазначили, що матері мають більшу впевненість у своїй ефективності в материнських ролях, а їхні діти краще розвиваються, більш схильні до активної взаємодії та зменшення негативної поведінки (Coleman, Karraker, 2003).

Отже, впевненість матері у своїй ефективності покращує її психологічне благополуччя та здоров'я і відповідно впливає на розвиток дітей. Адже самовпевненість матері у тому що вона справиться з материнськими завданнями, безпосередньо допомагає більш енергійно і радісно приступати до їхнього вирішення та впевненість у тому, що вона "добра мама". Vandura A., трактує, що впевненість у своїй материнській ефективності веде до сильного внутрішнього інтересу до виховання та включення до процесу розвитку дитини і навпаки, коли мати вважає себе



“невдахою” у питанні виховання дітей, то не прагне приділяти зусилля на неприємну для неї справу, яка не приносить, задоволення від материнської ролі (Bandura, 1995).

Португальські дослідниці Neves Carvalho J., Ribeiro Fonseca Gaspar M. та Ramos Cardoso A., виявили основні труднощі, які вперше відчують матері в післяпологовий період. З отриманих даних висунули три категорії проблем у цей період: відновлення після пологів; догляд за дитиною; подружні стосунки. Бачимо, що жінкам непросто входити у материнство, адже одразу зустрічаються з конфліктом “Я-мама”, “Я-жінка”, коли потрібно відновитись, тобто приділити час собі і водночас дбати про іншу особистість, яка повністю залежить від неї (Neves Carvalho, Ribeiro Fonseca Gaspar, 2017).

Mouton P. та Tuma J., порівняли показники стресу, локус-контролю показників задоволеності роллю материнства. Встановлено, що відчуття власної компетентності та задоволення від материнства пов’язані із добрими успіхами у вихованні дітей і власним психічним благополуччям (Mouton, Tuma, 1988).

Dunford E. та Granger C., стверджують, що жінки можуть відчувати почуття сорому і провини у час материнства. Вони досліджували, чи материнські почуття сорому і провини були пов’язані з постнатальними депресивними симптомами і ставленням до пошуку допомоги. Сором і провини вимірювалися як диспозиційні фактори, так і контекстуальні фактори, тобто по відношенню до материнства (пов’язані з подіями сором і провини). Результати показали, що схильність до сорому значно передбачала постнатальні депресивні симптоми. Крім того, схильність до сорому не давала можливості просити про допомогу (Dunford, Granger, 2017).

Почуття провини і сорому – це емоції, зазвичай пов’язані з материнством. Так стверджують дослідники Liss M., Schiffrin H. та Rizzo K.

Теорія саморозбіжностей припускає, що провина і сором є результатом передбачуваних розбіжностей між реальним і ідеальним “Я”. Страх негативної оцінки з боку інших може посилити наслідки невідповідності, особливо для сорому, що включає страх докору інших. Метою цього дослідження було вивчення взаємозв'язків між розбіжністю в собі, провиною, соромом і страхом негативної оцінки в перехресному дослідженні матерів. Материнське почуття провини і сорому не були притаманні матерям, які мали низький страх негативної оцінки (Liss, Schiffrin, 2013).

Lier-Schehl H., Turmes L., Pinnow M., El-Khechen W. та Kramer M. Народження дитини, з точки зору психологічної медицини, є найскладнішою подією в людському досвіді. Матері, які нещодавно народили вразливі до цілого спектру загальних психічних розладів, а також тих, що виникають внаслідок фізичних і психологічних змін під час пологів (Lier-Schehl, Turmes, 2011).

Britton J., дослідив 296 матерів першого місяця після пологів, було досліджено зв'язок темпераменту немовляти з материнською тривогою та депресивним настроєм. Тут ще раз підкреслюється складність у період після пологів, адже є занепокоєння, збільшення тривоги, бо мама зустрічається з новими викликами (Britton, 2011).

Дослідники Shloim N., Lans O., Brown M., Mckelvie S., Cohen S. та Cahill J., вивчали питання материнства, яке пов'язує із уявленнями про ідеалізоване материнство, яке приносить багато труднощів та переживань. Був описаний досвід 41-єї матері із Англії та Ізраїлю: досвід материнства, образу тіла, годування та благополуччя. Після опитувань виділили три групи материнства: ідеальне, достатньо хороше та обтяжене. В результаті між ізраїльськими та британськими матерями важливим було позитивне самоствалення. Заохочення матерів відкрито ділитися своїм уявленням про

материнство може привести до покращення самопочуття матері та більш позитивної взаємодії з новонародженим (Shloim, Lans, 2020).

Adams M., Byrn M., Penckofer S., Bryant F. та Almonte A., вивчали розбіжності між очікуваннями материнства та реальним досвідом в перші 6-12 тижнів після пологів, та взаємозв'язки між якістю життя матері, настроєм, ставленням батьків та очікуваннями. Виявилось 44% учасниць мали очікування материнства, які не виправдалися (Adams, Byrn, 2021).

Італійські дослідниці Molgora S. та Accordini M., зазначили, що, народження дитини є критичним і потенційно стресовим досвідом для жінки, що тягне за собою ряд змін як на індивідуальному, так і на міжособистісному рівні. Ця подія може привести до різних форм дистресу, різної інтенсивності та тривалості. Результати показали, що період після пологів сприймається як особливо складний і стресовий і має істотний вплив на самопочуття жінки (Molgora, Accordini, 2020).

У Великобританії, дослідниці Lee K., Vasileiou K. та Barnett J., намагались зрозуміти досвід самотності матерів з першим досвідом материнства. Виділили три теми, які відображали самотність, яка виникає внаслідок несприятливого порівняння самих себе з усвідомленими “нормами” материнства, через знижені соціальні контакти та стосунки без емпатії. Висновки вказували на те, що молодій мамі потрібна емпатія у стосунках і спілкування про реалістичне материнство, а не неіснуючі ідеали (Lee, Vasileiou, 2019). Об'єднання дослідників із США та Канади MacKinlay E. та Baker F., вивчали виховання себе-мами, виховання дитини. Створення позитивних вражень для матерів, які вперше народжують через спів колискової. Автори також наголошують на те, що мама відчуває тиск суспільства, що вона не відповідає ідеалу, має носити маски “неіснуючих ідеалів”. Правда материнства полягає в тому, що не кожна жінка справляється, і тривале відчуття, що не впорається, може привести до ряду проблем із психічним здоров'ям матері та її дитини. Вони також можуть

вплинути на її стосунки з партнером (MacKinlay, Baker, 2005). MacKinlay E. та Baker F., зазначали, що є сильний тиск з боку інших на матір, вона відчуває себе не ідеальною і це впливає на стосунки з партнером. Проте, як бачимо за результатами нашого дослідження саме стосунки з чоловіком впливають на задоволеність життям і таким чином формується добре самоствавлення (MacKinlay, Baker, 2005).

Baldwin S., Malone M., Sandall J. та Vick D., створили дослідження, в якому вказали три основні фактори, які впливають на психічне здоров'я та самопочуття матері вперше під час переходу до материнства: формування материнської ідентичності, конкуруючі виклики нової ролі материнства та негативні почуття та страхи, пов'язані з цим. Було встановлено, що рольові обмеження та зміни в способі життя часто впливають на відчуття стресу (Baldwin, Malone, 2018).

На основі теоретичного аналізу було створено теоретичну модель самоствавлення та досвіду материнства (Рис. 1.1).

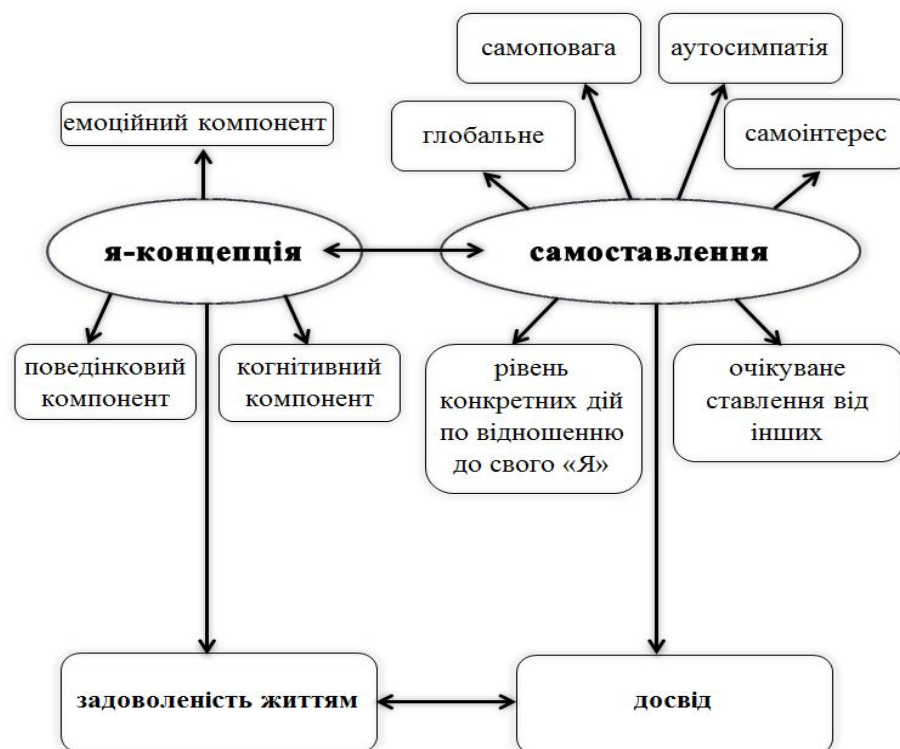


Рис. 1.1 Теоретична модель самоствавлення матерів.

## Висновки до першого розділу

Самоставлення є складним динамічним поняттям, когнітивно-афективним утворенням. Як зазначає Гордієнко І., важливим є емоційне та раціональне ставлення до себе, як особа оцінює свої дії та себе в цілому, на рівні емоцій і когніцій (Гордієнко, 2020). Поняття материнства є досить широким, у своїй роботі ми акцентуємось на ставленні жінки до свого “Я” у ролі матері. Самоставлення є ключовим в процесі формування і розвитку особистості, завдяки йому відбувається оцінювання та прийняття чи неприйняття власного “Я”. Оцінювання себе, своєї праці, досвід, поведінку, особистість мислить критично і краще розуміє те, ким вона є насправді. Відповідно це допомагає знати своє “Я” і ставати кращою по відношенню до себе самої, відповідно формувати позитивне самоставлення. Відношення людини до своєї “Я-концепції”, самооцінка, впевненість у собі, відчуття власної компетентності є складовими самоставлення. Хочемо зазначити, що сором і відчуття провини, які часто супроводжують жінок, котрі вперше стали матерями витісняються яскраво вираженою аутосимпатією та самовпевненістю, саморозумінням. Дослідження показують, що жінки, які стають вперше матерями зустрічаються з розбіжностями між “Я ідеальним” та “Я реальним”. Жінці-матері потрібна емпатія у стосунках і спілкування про реалістичне материнство, а не про існуючі ідеали. Впевненість матері у своїй ефективності покращує її психологічне благополуччя та здоров’я і відповідно впливає на розвиток дітей і задоволеність життям. Для формування “Я” мами важливий і когнітивний, і емоційний компоненти. Адже, чим більше позитивно забарвлене емоціями очікування, мрії і знання жінки про дитину, тим краще, інтенсивніше проходить процес адаптації жінки у роль мами і ідентифікації себе в цій ролі, тоді ця роль краще влітається до загальної складової “Я-концепції”. Цей процес вимагає чимало зусиль, адже відбувається прийняття нової ролі, узгодження материнських установок

жінки і її уявлень про себе, як про матір, а також соціальних очікувань інших, перебудовою власних цілей. Ще раз підкреслимо, самоствалення є основним ядром особистості, яке забезпечує взаємодію зі світом та із собою. Це усвідомлення “Я-концепції”, того ким я є, у цьому процесі допомагає соціум, який відзеркалює “Я” людини, яке дає зворотній зв’язок людині про її цінність чи успішність.

Отже, опираючись на дослідження та думки вчених припускаємо, що, існують певні особливості у жінок-матерів, особливо у жінок з першим досвідом материнства.

## РОЗДІЛ II МЕТОДОЛОГІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОСТАВЛЕННЯ МАТЕРІВ З ПЕРШИМ ДОСВІДОМ МАТЕРИНСТВА

### 2.1 Характеристика групи досліджуваних

Емпіричне дослідження здійснили за допомогою Google-форми. В онлайн-опитуванні, яке проводилось у лютому 2022 року, взяло участь 83 респонденти. Учасниці були поінформовані про час, який потрібно виділити на опитування та попереджені про анонімність і конфіденційність результатів, давши згоду. Нашою вибіркою стали жінки-матері – з першим і більше досвідом материнства. Вік досліджуваних від 20 до 50 років. З них 58% матерів з першим досвідом материнства, середній вік яких 31 рік та 42% матерів з другим досвідом материнства, середній вік яких 34 роки (Табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Розподіл групи досліджуваних

Загальна кількість респондентів 83		
	Перший досвід материнства	Другий досвід материнства
	58% (n=48)	42% (n=35)
Середній вік	31 (6)	34 (5,7)
Небажана вагітність	10,4% (n=5)	2,8% (n=1)
Сімейний статус (одружена)	79,2% (n=38)	91,4% (n=32)
Допомога чоловіка	79,2% (n=38)	91,4% (n=32)

## 2.2 Процедура дослідження

Пошук досліджень, пов'язаних із тематичними статтями, був здійснений нами через Google Scholar. Для огляду та підбірки досліджень ми використали статті, опубліковані не пізніше 10-ти років тому, основними досліджуваними були жінки, котрі вперше стали матерями.

Пошук здійснювався за такими ключовими словами: “самоствалення”; “материнство”; “самоповага”; “1 досвід”; “Я-концепція”; “самооцінка”; “задоволеність життям”; “стан після пологів”.

Процедура дослідження, відбувалася за допомогою Google форми.

**Критеріями включення:** а) вік від 18 років; б) жінки, котрі народили вперше; в) жінки, котрі народили вдруге.

**Критеріями виключення:** а) вагітні; б) жінки, котрі втратили дитину; в) неклінічна вибірка. Було проведено коротке скринінгове опитування на наявність депресивного стану, тих осіб, які мали депресивний стан було виключено з дослідження.

**Віковий діапазон:** 18 – 50 років.

**Методики:** Для вивчення особливостей самоствалення матерів з першим досвідом материнства, було підбрано три методики дослідження. Проаналізувавши різні методики, ми вирішили обрати саме ці три. Адже, на нашу думку, найбільш доцільним відповідно до завдань нашого дослідження є наступні, ті, які показують рівень самоствалення і задоволеності життям у жінок з різним досвідом материнства, а також допомагають розглянути “Я-концепцію” жінки-матері.

Для визначення рівня самоствалення у матерів було використано Тест-опитувальник самоствалення Століна В.В., (1983). Цей опитувальник дозволяє виявити три рівні самоствалення: 1) глобальне самоствалення; 2) самоствалення, диференційоване за самоповагою, аутсимпатією, самоцікавості; 3) рівень конкретних дій (готовностей до них) щодо свого “Я”. Для визначення рівня суб’єктивної задоволеності їх життям –



Satisfaction With Life Scale, або SWLS (Шкала задоволеності життям) Diener Ed в адаптації. Леонтьєва Д. О., Осіна Є. М., (2008). Для дослідження когнітивного, оціночного та поведінкового компонентів “Я-концепції” матері, використали Тенесійську шкалу Я-концепції, розроблена професором Фітсом У., адаптована Кисляк О. П., Нагорною І. І., (2005) дозволяє дослідити та порівняти когнітивний, оціночний, поведінковий компоненти Я-концепції індивіда.

#### **Етапи:**

1. Вибір методик дослідження;
2. Розроблення анкети;
3. Збір даних за допомогою Google форми;
4. Формування таблиць та кодування даних;
5. Розподіл на групи (перший та другий досвід материнства);
6. Визначення кореляційних зв'язків між самоставленням та задоволеністю життям у матерів з різним досвідом материнства;
7. Порівняльний аналіз показників серед матерів;
8. Регресійний аналіз;
9. Спростування чи підтвердження гіпотези;
10. Формування висновків.

Слід зазначити, що через малу вибірку, у зв'язку із повномасштабним вторгненням країни-агресора в Україну, ми змушені були змінити завдання нашого дослідження і відмовились від факторного аналізу, який би був доречним у нашому дослідженні.

**Конфіденційність:** в рамках даного дослідження не будуть збиратися дані персонального характеру (прізвище, ім'я). Дані є виключно загальними, тому по них неможливо ідентифікувати досліджуваних. Вся інформація зберігатиметься в електронному форматі у комп'ютері основного дослідника. До зібраних даних матиме доступ науковий керівник. Дані зберігатимуться до моменту захисту магістерського

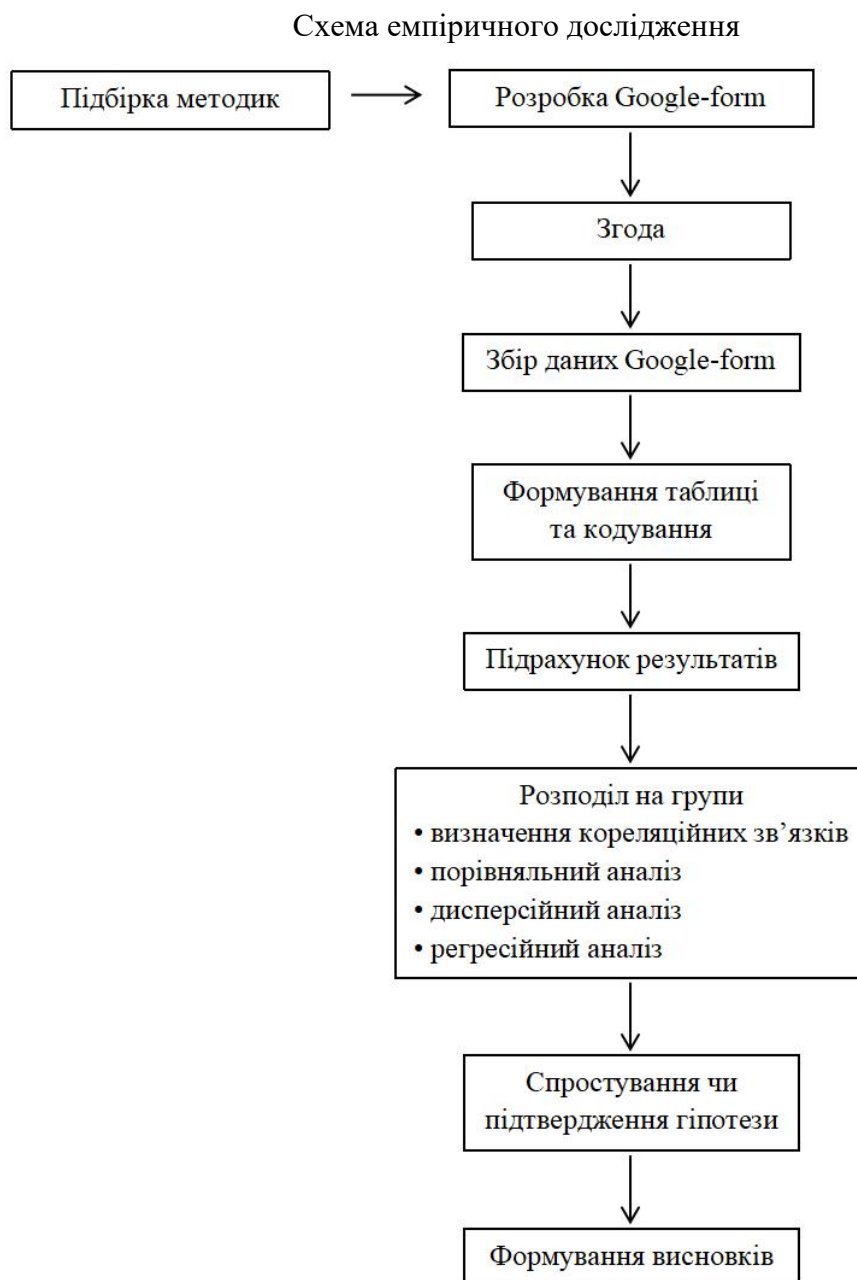
дослідження. Після закінчення терміну зберігання та документи з даними будуть знищені.

**Згода:** відмітка про згоду зазначена в Google-анкетуванні – як обов’язкова, тільки давши згоду, досліджуваний зможе перейти до безпосереднього проходження анкетування.

### Висновки до другого розділу

Таким чином була розроблена схема емпіричного дослідження.

Таблиця 2.2



## РОЗДІЛ III РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ САМОСТАВЛЕННЯ МАТЕРІВ З ПЕРШИМ ДОСВІДОМ МАТЕРИНСТВА

### 3.1 Порівняльний аналіз показників серед матерів з першим та другим досвідом материнства

Виявлення відмінності та особливості самоствавлення, “Я-концепції”, рівень задоволення життям у матерів з першим та другим досвідом материнства. У процесі проведення дослідження, за допомогою методу описової статистики було виявлено середні показники (Табл. 3.1), особливостей самоствавлення у матерів з різним досвідом материнства. Статистично значуща відмінність виявлена за шкалою “самоприйняття”. Виявлено, що у матерів з першим досвідом материнства є нижчий рівень прийняття себе, у порівнянні з матерями з другим досвідом.

Таблиця 3.1

Середні значення показників самоствавлення та рівня задоволеності життям

Шкали	1 Досвід		2 Досвід		P<0,05
	Середні значення	Стандартні відхилення	Середні значення	Стандартні відхилення	
Самоповага	9,5	2,9	9,6	3,3	0,83
Аутосимпатія	9,5	3	10,4	2,8	0,19
Відносини з іншими	9,3	2,2	9,9	2,3	0,23
Самоінтерес	5,9	1,7	6	2	0,81
Самовпевненість	5,5	1,7	5,5	2,1	0,92
Самоприйняття	4,8	2	5,6	1,6	0,04
Самопослідовність	4,2	1,1	4,2	1,4	0,86
Самозвинувачення	4,3	1,3	4,3	1,7	0,86
Самоінтерес	5,5	1,4	5,7	1,6	0,58
Саморозуміння	3,4	1,2	3,7	1,3	0,40
Фізичне Я	65,6	9,3	63,8	10,3	0,41
Моральне Я	73,4	7,2	72,1	7,8	0,45
Особистісне Я	68,8	7,8	68,6	8,6	0,89
Сімейне Я	68,3	8,7	68,5	8,7	0,92
Соціальне Я	68,8	7,7	70,6	8,2	0,31
Самокритика	35,2	4,6	33,3	5,7	0,09
Задоволення життям	24,8	6,1	24,2	4,9	0,63

Для того, щоб виявити відмінності в особливостях самоствавлення у жінок з різним досвідом материнства було використано порівняльний аналіз. За допомогою непараметричного порівняльного методу для двох груп (критерій Манна-Уїтні), було встановлено статистично значущу відмінність між жінками з 1 та 2 досвідом материнства. У матерів з першим досвідом материнства є нижчий рівень “самосприйняття” у порівнянні з матерями, які мають другий досвід. (Mean 1- 4,8; Mean 2- 5,7).

Отже, у жінок з першим досвідом материнства є нижчий рівень самоприйняття. Вони також мають нижчий рівень симпатії, прийняття себе. На відміну від матерів з другим досвідом, які мають знання свого “Я” зі всіма проблемами та недоліками, краще відчують гармонію між цими всіма рисами свого “Я”. У матерів з першим досвідом материнства є менш виражене прийняття свого цілісного “Я”, та притаманна менша зацікавленість про себе справжню, з різними сторонами себе. Народження першої дитини, незважаючи на те, що це щаслива подія, ставить матір у кризу та сильний стрес і ставить перед нею нові ролі та обов’язки (Dave, Johnson, 2008). Перший рік після пологів – це важливий період для фізичного, емоційного та психологічного розвитку, значний час для випробування здібностей матері, які вперше народжували дитину, щоб пристосуватися до своїх материнських ролей, зазначають дослідники (Pridham, Chang, 1992). У процесі становлення матері, жінка переживає період змін, нестабільності та перебудови життя, зазначає у своєму дослідженні Marser R., (Mercer, 2004). Чим краще жінка-матір розвинена, тим краще вона може прийняти свою материнську роль. Дослідження (Javadifar Majlesi, 2016) показує, що протягом перших днів і тижнів після пологів мати переживає суперечливі емоційні стани, які вказують на її нездатність усвідомити свою поточну ситуацію та обставини, а також її нову материнську роль. Вона відчуває, що вона недостатньо готова зустрітися з новою ситуацією як мати, і відчуває себе збентеженою,

супроводжується відчуттям невпевненості в собі, спотворене колишнє уявлення матері про своє “Я”. Тому важливим є досліджувати самоставлення, самооцінку матерів, адже це є кризовий період у житті жінки. Власне, дослідження говорять про те, що жінка може втрачати впевненість в собі. Матері нелегко проходити цей шлях успіхів та невдач вперше, пізнавати себе в новій ролі.

Цікаво також, що на рівні тенденції також спостерігаються відмінності. Так група жінок з першим досвідом материнства має нищий показник за шкалами “Аутосимпатія” (Mean 1- 60; Mean 2- 65) та “Саморозуміння” (Mean 1- 50; Mean 2-63) та “Очікування відносин з іншими” (Mean 1- 72; Mean 2-76).

На відміну від матерів з першим досвідом материнства, матерям, котрі мають другий досвід материнства притаманна “дружність” до себе, прийняття себе у тій ролі, вони схильні схвалювати себе в цілому, виражена довіра до себе і тих процесів, що відбуваються. Можна сказати, що такі матері цінують себе, не мають емоційних реакцій презирства чи глузування над власними недоліками чи слабкостями. Цікавим є й те, що жінки, котрі мають другий досвід материнства очікують позитивного ставлення від інших, адже вони знають себе і самі оцінюють свої дії і не чекають негативної оцінки з боку інших. Загалом такі жінки усвідомлюють власну цінність і найчастіше розуміють, що відбувається з ними.

Дискримінантний аналіз загалом підтвердив показники порівняльного аналізу. Оскільки показник лямбда Уїлкса має статистично значущий показник ( $\lambda = 0,89$ ,  $F = 4,9$ ,  $p < 0,05$ ). До моделі увійшли наступні особистісні риси – самоприйняття, самовпевненість (Рис.3.8). Зокрема, виявлено, що така риса особистості як самоприйняття ( $F = 6,5$   $p < 0,05$ ) найбільш виражена у матерів з другим досвідом материнства. Якщо жінка має перший досвід материнства, проходить критичний момент у своєму

житті – має нижчі показники за рівнем самоствалення, є нижчий рівень прийняття себе та впевненості у собі. Матері, які вже не вперше зустрічаються з викликами та завданнями материнства є впевненіші у власних силах, відчувають, що мають за що поважати себе, ставляться як до самостійної та вольової особистості. Показник шкали самовпевненості показує, що матір впевнена в собі та цінує себе досить високо, знає що має достатньо здібностей, знань та енергії для виконання своїх материнських функцій. На відміну від матерів з першим досвідом материнства, які немов принижують самі себе, не вірять, що можуть справитись самостійно, відчувають брак сил та енергії, волі та цілеспрямованості, менш грамотно виконують материнську роль. Крім того, матері з першим досвідом не приймають себе такою як є, адже ще і не знають, які недоліки чи проблеми є у них, наче ще не відбулась асиміляція досвіду, тому і немає ще гармонії між певними рисами свого “Я”, вони ще не знають себе у цій ролі, з якою зустрілись вперше.

Variable Enter/Remove	Summary of Stepwise Analysis										
	Step	F to entr/rem	df 1	df 2	p-level	No. of vars. in	Lambda	F-value	df 1	df 2	p-level
Самоприйняття-(E)	1	6,494810	1	81	0,012708	1,000000	0,925769	6,494809	1	81	0,012708
Самовпевненість-(E)	2	3,195570	1	80	0,077625	2,000000	0,890210	4,933213	2	80	0,009543

Рис. 3.8 Модель особистісних рис матері.

Жінки, котрі є матерями вперше мають нижчі показники “самоприйняття” і “самовпевненості”, на відміну від жінок з другим досвідом. Дослідження Mercer E., підтверджує думку про те, що жінка встановлює материнську ідентичність, коли стає матір’ю через свою прихильність і участь у визначенні свого нового “Я” (Mercer, 2004). Мама у новій ролі продовжує розвиватись, вже маючи певні знання, навички та вміння. Цікавиться собою, набуває нові знання, розвивається, оцінює що їй ще потрібно для кращого функціонування, відновлює впевненість у собі, навіть тоді коли виникають нові виклики.

### 3.2 Аналіз зв'язків досліджуваних показників в залежності від досвіду материнства

Для того, щоб дослідити зв'язки між рівнем вираження самоствавлення та рівня задоволеності життям в залежності від досвіду материнства був здійснений кореляційний аналіз.

Ми отримали такі результати: “Самоповага”  $r=0,53$ ,  $p >0,05$ ; “аутосимпатія”  $r=0,40$ ,  $p >0,05$ ; “самовпевненість”  $r=0,46$ ,  $p >0,05$ ; “самоприйняття”  $r=0,33$ ,  $p >0,05$ ; “самоінтерес”  $r=0,37$ ,  $p >0,05$ ; “самозвинувачення”  $r=-0,36$ ,  $p >0,05$  (Рис. 3.1).

Отже, можемо побачити сильні зв'язки між “самоповагою”, “самовпевненістю” і рівнем задоволеності життям у матерів з першим досвідом материнства. Чим яскравіше виражена самоповага, тим більш виражене є задоволення життям. Також слід зазначити, що чим вищий рівень задоволеності життям тим нижчий рівень самозвинувачення у матерів з першим досвідом материнства.

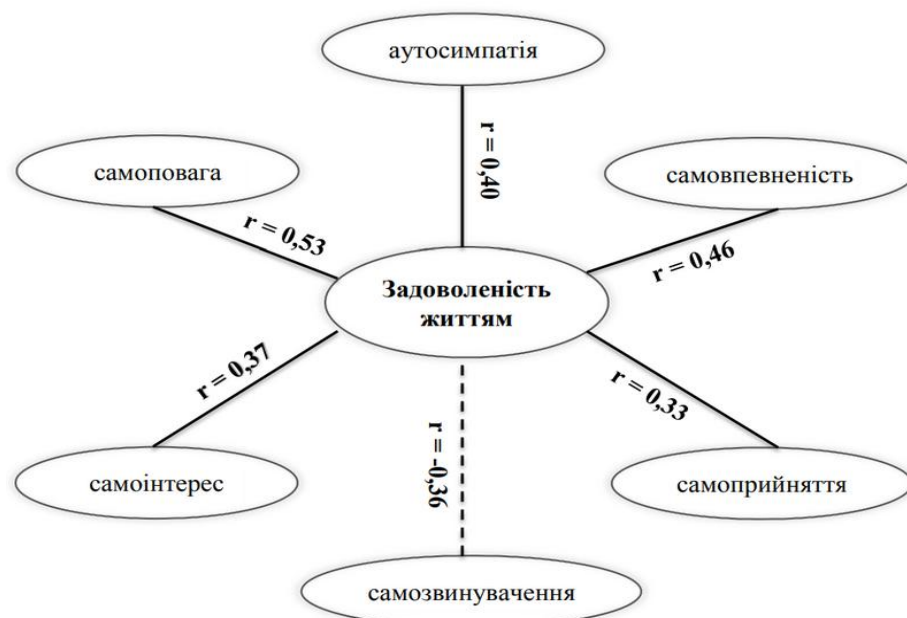


Рис. 3.1 Кореляційна плеяда самоствавлення та задоволеності життям у матерів з 1 досвідом материнства.

“Самоповага”  $r=0,37$ ,  $p > 0,05$ ; “аутосимпатія”  $r=0,61$ ,  $p > 0,05$ ; “самовпевненість”  $r=0,48$ ,  $p > 0,05$ ; “самоприйняття”  $r=0,42$ ,  $p > 0,05$ ; “самозвинувачення”  $r=-0,46$ ,  $p > 0,05$  (Рис. 3.2). Спостерігаємо сильний зв’язок між “аутосимпатією”, “самовпевненістю” та задоволеністю життям. Чим вищий рівень аутосимпатії- емоційне ставлення до свого “Я” та самовпевненості, тим вищий рівень задоволеності життям, а також нижчий рівень самозвинувачення у матерів з другим досвідом материнства.

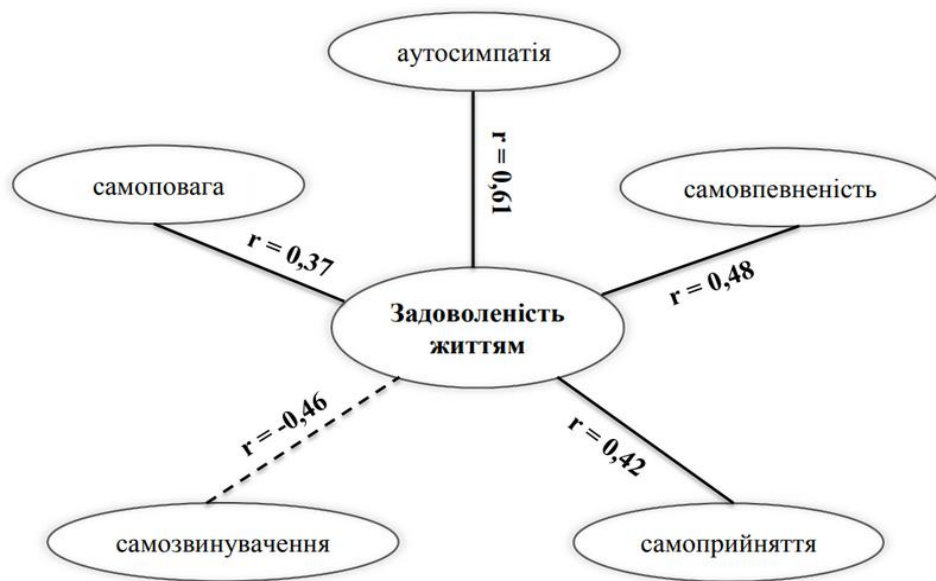


Рис. 3.2 Кореляційна плеяда самоствавлення та задоволеності життям у матерів з 2 досвідом материнства.

Отже, група з першим досвідом материнства відрізняється від другої силою зв'язків між показниками задоволеності життям та самоствавленням. Задоволеність собою, впевненість у власних силах допомагають жінці відчувати радість життя. Це й не дивно, адже добра позитивна енергія, яка вирує в середині, буде “заряджати” позитивом і зовнішній простір буття і буде відчуття задоволеності, радості і відчуття, що все йде своїм шляхом і все гаразд. Матері з першим досвідом пізнають себе в цій новій ролі, а також їхній досвід формується на межі внутрішнього та зовнішнього і відбувається усвідомлення. Жінки, котрі є мамою вдруге, більше орієнтуються на симпатії до себе, схваленні себе в



цілому, довірі до себе та позитивну самооцінку, впевненості у собі. Відповідно такі матері відчувають задоволеність життям і менше звинувачують себе. Власне ці зв'язки показують унікальність двох груп.

### **3.3 Виявлення залежності між задоволеністю життям та іншими факторами у матерів**

Результати множинної (ієрархічної) регресії засвідчують, що рівень задоволеності життям для матерів з першим та другим досвідом материнства статистично може бути передбачений за допомогою двох факторів таких як підтримка і стан після пологів на 35 % ( $F = 7,4$ ). Також слід зазначити, що рівень задоволеності життям для усієї вибірки статистично може бути передбачений за допомогою двох факторів: самовпевненості та самозвинувачення на 31% ( $F = 7,4$ ). Незалежно від того скільки дітей народила жінка, її рівень задоволеності життям буде залежати від показників підтримки з боку чоловіка, стану після пологів, а також впевненості у собі та рівня самозвинувачення. При цьому матері більш вразливі до цих показників. Результати кореляційного аналізу також вказують на зв'язок між “самоповагою”, “самовпевненістю” і рівнем задоволеності життям. Чим яскравіше виражена самоповага, тим більш виражене є задоволення життям. Також слід зазначити, що чим вищий рівень задоволеності життям тим нижчий рівень самозвинувачення у матерів з першим досвідом материнства. Показник “аутосимпатії” (емоційне ставлення до свого “Я”) має сильний зв'язок зі задоволеністю життям у матерів з другим досвідом, але не робить прямого внеску у задоволеність життям.

Результати множинної (ієрархічної) регресії засвідчують, що загальний показник вираженості задоволеністю життям жінки з першим досвідом материнства, статистично може бути передбачений самоповагою у 32 % ( $F = 21,7$ ). Також стан після пологів у матерів з першим досвідом материнства може бути статистично передбачений за допомогою

самоповаги на 11 % ( $F = 5,9$ ). Можна прослідкувати, що досвід першого материнства через самоповагу у контексті модифікуючих факторів, як вік жінки, у якій народила першу дитину, підтримка з боку чоловіка, відсутність проблем зі здоров'ям у після пологовий період пояснює рівень показника задоволеності життям на 44,5 % ( $F = 4,3$ ).

Отже, на задоволеність життям у матерів з першим досвідом материнства впливають багато факторів, а саме: вік, стан після пологів, добре самопочуття, підтримка зі сторони чоловіка, рівень самоповаги. У повні відчувати себе, дитину, життя і нову роль допомагає матері добре самопочуття і допомога та підтримка. Слід зазначити, що самоповага має вплив на стан жінки після пологів. Ставлення матері до себе на емоційному і змістовому рівні допомагає об'єднати всі свої сили, віру в себе, здібності, енергію, оцінку можливостей і розуміти себе, хто я є і за що можу себе поважати. MacKinlay E. та Baker F., зазначали, що є сильний тиск з боку інших людей на матір, вона відчуває себе не ідеальною і це впливає на стосунки з партнером (MacKinlay, Baker, 2005). Проте, як бачимо за результатами нашого дослідження саме стосунки з чоловіком і його допомога та "включеність" впливають на задоволеність життям і таким чином формується добре самоствавлення матері. Дослідник Marser R., також зазначає, що на жінку впливають: індивідуальний стан, погляди, переконання, соціальний та економічний стан, підготовленість і знання ситуації, а також психологічний стан (Marser, 2004). На добру взаємодію матір-дитина у ранньому періоді після пологів впливає задоволеність шлюбом, тоді жінка і краще адаптується до нової ролі (Ушакова, 2014).

Хочемо зазначити, що інші аспекти самоствавлення, за такої вибірки, не мають статистично значимого впливу або внеску у задоволеність життям.

### **Висновки до третього розділу**

У процесі проведення дослідження, за допомогою методу описової статистики було виявлено статистично значущу відмінність за шкалою “самоприйняття”. Виявлено, що у матерів з першим досвідом материнства є нижчий рівень прийняття себе, у порівнянні з матерями з другим досвідом. Кореляційний аналіз показав, що група матерів з першим досвідом материнства відрізняється від другої силою зв’язків між показниками задоволеності життям та “самостваленням”. Отже, перша гіпотеза щодо відмінності рівня самоствалення у матерів з різним досвідом материнства є підтвердженою. Друга гіпотеза про те, чим яскравіше виражене самоствалення, тим вищий рівень задоволеності життям, підтвердилась частково на задоволеність життям у матерів з першим досвідом материнства впливають багато факторів, а саме: вік, стан після пологів, добре самопочуття, підтримка зі сторони чоловіка, рівень самоповаги.

## ВИСНОВКИ

Самоставлення є основним ядром особистості, яке забезпечує взаємодію зі світом та із собою, це складне динамічне поняття. Самоставлення є ключовим в процесі формування і розвитку особистості, завдяки йому відбувається оцінювання та прийняття чи неприйняття власного “Я”. Ставлення матері до себе, її добре самопочуття є важливим, адже це забезпечить добрий розвиток дитини і жінки в новій ролі. Народження першої дитини – кризовий період, може впливати на різні аспекти життя жінки, психологічний стан та психічне здоров’я. Жінці-матері потрібна емпатія у стосунках і спілкування про реалістичне материнство. Впевненість матері у своїй ефективності покращує її психологічне благополуччя та здоров’я і відповідно впливає на розвиток дітей і задоволеність життям. Для формування “Я” мами важливий когнітивний і емоційний компоненти. Цей процес вимагає чимало зусиль, адже відбувається прийняття нової ролі, узгодження материнських установок жінки і її уявлень про себе, як про матір, а також соціальних очікувань інших, перебудовою власних цілей.

Отже, нами було виявлено зв’язки між “самоповагою”, “самовпевненістю” і рівнем задоволеності життям у матерів з першим досвідом материнства. Чим яскравіше виражена самоповага, тим більш виражене є задоволення життям. Також слід зазначити, що чим вищий рівень задоволеності життям тим нижчий рівень самозвинувачення у матерів з першим досвідом материнства. Задоволеність собою, впевненість у власних силах, допомагають жінці відчувати радість життя.

Виявлено, що у матерів з першим досвідом материнства є нижчий рівень прийняття себе, у порівнянні з матерями з другим досвідом. Жінки не вірять, що можуть справитись самотійно, відчувають брак сил та енергії, волі та цілеспрямованості, менш грамотно виконують материнську

роль. Тому така важлива є підтримка зі сторони чоловіка. Крім того, матері з першим досвідом не приймають себе такою як є, адже ще і не знають, які недоліки чи проблеми присутні, наче ще не відбулась асиміляція досвіду, тому і не має ще наявної гармонії між певними рисами свого “Я”, вони ще не знають себе у цій ролі, з якою зустрілись вперше.

Було встановлено статистично значущу відмінність між жінками з першим та другим досвідом материнства. У матерів з першим досвідом є нижчий рівень “самосприйняття” у порівняння з матерями, які мають другий досвід.

Крім того, жінка, яка має перший досвід материнства, проходить критичний момент у своєму житті – має нижчі показники за рівнем самоствавлення, є нижчий рівень прийняття себе та впевненості у собі.

Отже, результати нашого дослідження показують, що на задоволеність життям у матерів з першим досвідом материнства впливають багато факторів, а саме: вік, стан після пологів, добре самопочуття, підтримка зі сторони чоловіка, рівень самоповаги.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Burns, R. B., & Dobson, C. B. (1984). The self-concept. In *Introductory Psychology* (pp. 473-505). Springer, Dordrecht.
2. Перун, М. Б. (2015). Типологія материнської ідентичності жінок на ранньому етапі материнства (Doctoral dissertation, – загальна психологія, історія психології).
3. Кідалова, К. С. (2018). Психологічні особливості самоствавлення особистості: аналіз концепцій та підходів. *Український психологічний журнал*, (2), 48-58.
4. Колодяжна, А. В. (2016). Поєднання компонентів самоствавлення особистості відповідно до її творчих проявів.
5. Радул, І. (2017). Теоретичні засади дослідження проблеми самоствавлення в психології. Матеріали всеукраїнської науково-практичної інтернет конференції «Психологічні умови становлення особистості у сучасному суспільстві».
6. Штепа, О. С. (2003). Диспозиційна модель особистісної зрілості: дис.... кандидата психол. наук: 19.00. 05/Штепа Олена Станіс лавівна.
7. Гуменюк, О. (2002). Психологія Я-концепції. Тернопіль: Економічна думка.
8. Терлецька, Л. Г. (2005). Психологічні механізми процесу само аналізу.
9. Гірчук, О. В. (2018). Психологічні умови формування самоствавлення особистості.
10. Сарджвеладзе, Н. И.(1989) Личность и ее взаимодействие с социальной средой. Тбилиси: Мецниереба. 206 с.
11. Каламаж, Р. В. (2010). Самоствавлення як складова частина емоційно-оцінного компонента Я-концепції.(Self-Attitude as a Part of the Emotional

and Estimation Component of the I-Concept.). Психологічні перспективи, (Вип. 15), 72-81.

12. Яворська-Ветрова, І. В. (2017). Теоретичний аналіз проблеми самоствалення: ціннісний аспект. Актуальні проблеми психології, 13(6), 198-206.

13. Бодалев, А. А., Столин, В. В., & Аванесов, В. С. (2000). Общая психодиагностика. СПб.: Изд-во «Речь», 440, 1.

14. Дудник, О. А. (2020). Безпорадність у структурі я-концепції особистості (Doctoral dissertation, Східноєвропейський нац. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк, 2020).

15. Шевченко, Н. Ф. (2015). Теоретичні підходи до розуміння поняття «самоповага» в історичному поступі психологічного знання.

16. Шевченко, Н., & Назірова, С. (2021). САМОПОВАГА ОСОБИСТОСТІ: ЗМІСТОВНЕ НАПОВНЕННЯ ПОНЯТТЯ. InterConf, 183-196.

17. Лактионов, А. Н. (2010). Координаты индивидуального опыта.

18. Савенко, Д. О. (2016). Структурна організація самосвідомості матер. Психологія: реальність і перспективи, (7), 193-195.

19. Lier-Schehl, H., Turmes, L., Pinnow, M., El-Khechen, W., & Kramer, M. (2011). Measuring mother-child relationship: a German instrument for both self-assessment and assessment by others (SF-MKI). Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie, 60(3), 192-205.

20. Lau, E. Y. H., Li, J. B., & Siu, C. T. S. (2022). Postnatal depressive symptoms mediate the relation between prenatal role overload and responsiveness among first-time mothers. Journal of Reproductive and Infant Psychology, 1-15.

21. Шевчук, Г. С. (2010). Материнська ідентичність у структурі Я-концепції жінки. Проблеми сучасної психології, (9).

22. Blackburn, N. (2006). *Identity and the new mother*. Institute for Clinical Social Work (Chicago).
23. Cataudella, S., Lampis, J., Busonera, A., Congia, F., Melis, G. B., & Zavattini, G. C. (2021). From pregnancy to 3 months after birth: the beginning of mother-infant relationship from a maternal perspective. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 1-22.
24. Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (2003). Maternal self-efficacy beliefs, competence in parenting, and toddlers' behavior and developmental status. *Infant Mental Health Journal: Official Publication of The World Association for Infant Mental Health*, 24(2), 126-148.
25. Bandura, A. (1995). Exercise of personal and collective efficacy in changing societies. *Self-efficacy in changing societies*, 15, 334.
26. Neves Carvalho, J. M. D., Ribeiro Fonseca Gaspar, M. F., & Ramos Cardoso, A. M. (2017). Challenges of motherhood in the voice of primiparous mothers: initial difficulties. *Investigacion y educacion en enfermeria*, 35(3), 285-294.
27. Mouton, P. Y., & Tuma, J. M. (1988). Stress, locus of control, and role satisfaction in clinic and control mothers. *Journal of Clinical Child Psychology*, 17(3), 217-224.
28. Dunford, E., & Granger, C. (2017). Maternal guilt and shame: Relationship to postnatal depression and attitudes towards help-seeking. *Journal of Child and Family Studies*, 26(6), 1692-1701.
29. Liss, M., Schiffrin, H. H., & Rizzo, K. M. (2013). Maternal guilt and shame: The role of self-discrepancy and fear of negative evaluation. *Journal of Child and Family Studies*, 22(8), 1112-1119.
30. Lier-Schehl, H., Turmes, L., Pinnow, M., El-Khechen, W., & Kramer, M. (2011). Measuring mother-child relationship: a German instrument for both self-assessment and assessment by others (SF-MKI). *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 60(3), 192-205.



31. Britton, J. R. (2011). Infant temperament and maternal anxiety and depressed mood in the early postpartum period. *Women & Health*, 51(1), 55-71.
32. Shloim, N., Lans, O., Brown, M., Mckelvie, S., Cohen, S., & Cahill, J. (2020). "Motherhood is like a roller coaster... lots of ups, then downs, something chaotic..."; UK & Israeli women's experiences of motherhood 6-12 months postpartum. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 38(5), 523-545.
33. Adams, M. K., Byrn, M., Penckofer, S., Bryant, F., & Almonte, A. (2021). Expectations of Motherhood and Quality of Life. *MCN: The American Journal of Maternal/Child Nursing*, 46(2), 70-75.
34. Molgora, S., & Accordini, M. (2020). Motherhood in the time of coronavirus: the impact of the pandemic emergency on expectant and postpartum women's psychological well-being. *Frontiers in Psychology*, 2939.
35. Lee, K., Vasileiou, K., & Barnett, J. (2019). 'Lonely within the mother': An exploratory study of first-time mothers' experiences of loneliness. *Journal of health psychology*, 24(10), 1334-1344.
36. Mackinlay, E., & Baker, F. (2005). Nurturing herself, nurturing her baby: Creating positive experiences for first-time mothers through lullaby singing. *Women and Music: A Journal of Gender and Culture*, 9(1), 69-89.
37. Baldwin, S., Malone, M., Sandall, J., & Bick, D. (2018). Mental health and wellbeing during the transition to fatherhood: a systematic review of first time fathers' experiences. *JBIC database of systematic reviews and implementation reports*, 16(11), 2118.
38. Гордієнко, І. (2020). Феномен самоприйняття та його прояви: контент-аналіз творів-самозвітів.
39. Столин В.В.(1983) Самосознание личности. - М.: Изд-во МГУ, 1983. - 284 с.

40. Diener E. (2009). The science of well - being : the collected work . Series : Social Indicators Research Series. № 37. P. 274 .
41. Кисляк О. П., Нагорна І. І.(2005). Діагностика Я-концепції: адаптація тесту «Тенесійська шкала Я-концепції» *Практ. психологія та соц. робота.* – 2005. – № 12. – С. 55-58 ; 2006. – № 1. – С. 11-14.
42. Deave, T., Johnson, D., & Ingram, J. (2008). Transition to parenthood: the needs of parents in pregnancy and early parenthood. *Накупäivä* 9.12. 2013.
43. Pridham, K. F., & Chang, A. S. (1992). Transition to being the mother of a new infant in the first 3 months: Maternal problem solving and self-appraisals. *Journal of advanced nursing*, 17(2), 204-216.
44. Mercer, R. T. (2004). Becoming a mother versus maternal role attainment. *Journal of nursing scholarship*, 36(3), 226-232.
45. Javadifar N., Majlesi F., Nikbacht A., Nejat S. and Montazeri A. (2016). Journey to motherhood in the first year after the birth of a child. *Journal of Family and Reproductive Health*, 10 (3), 146–153.
46. Ушакова, В. Р. (2014). Психологічні особливості подружніх відносин і взаємодії в системі мати—дитина у ранньому післяпологовому періоді. *Вісник Одеського національного університету. Серія: Психологія*, (19, Вип. 3), 129-140.

## ДОДАТКИ

## Додаток А

Результати множинної (ієрархічної) регресії задоволеності життям для усієї вибірки  
(соц-дем. показники + анкета)

Модель	R	R-квадрат	Скорректированный R-квадрат	Стандартная ошибка оценки	Статистика изменений	
					Изменение R квадрат	Изменение F
1	0,546a	0,298	0,289	4,756	0,298	34,322
2	0,598b	0,357	0,341	4,579	0,059	7,401
a Предикторы: (константа), Підтримка						
b Предикторы: (константа), Підтримка, Стан_після_пологів						
c Зависимая переменная: Задоволеність_життям <sup>†</sup>						

Результати множинної (ієрархічної) регресії задоволеності життям для усієї вибірки  
(самоствалення)

Модель	R	R-квадрат	Скорректированный R-квадрат	Стандартная ошибка оценки	Статистика изменений	
					Изменение R квадрат	Изменение F
1	0,497a	0,247	0,238	4,924	0,247	26,588
2	0,558b	0,312	0,294	4,738	0,064	7,489
a Предикторы: (константа), Самовпевненість						
b Предикторы: (константа), Самовпевненість, Самозвинувачення						
c Зависимая переменная: Задоволеність_життям <sup>†</sup>						

Результати множинної (ієрархічної) регресії задоволеності життям з 1-м досвідом (соц-дем. показники + анкета)

Модель	R	R-квадрат	Скорректированный R-квадрат	Стандартная ошибка оценки	Статистика изменений	
					Изменение R квадрат	Изменение F
1	0,538a	0,289	0,274	5,248	0,289	18,722
2	0,625b	0,391	0,364	4,913	0,101	7,492
3	0,667c	0,445	0,407	4,741	0,054	4,312
a Предикторы: (константа), Вік_народж						
b Предикторы: (константа), Вік_народж, Підтримка						
c Предикторы: (константа), Вік_народж, Підтримка, Стан_після_пологів						
d Зависимая переменная: Задоволеність_життям <sup>†</sup>						

Результати множинної (ієрархічної) регресії задоволеності життям для вибірки з 1-м досвідом (самоствлення)

Модель	R	R-квадрат	Скорректированный R-квадрат	Стандартная ошибка оценки	Статистика изменений	
					Изменение R квадрат	Изменение F
1	0,567a	0,321	0,307	5,128	0,321	21,787
a Предикторы: (константа), Самоповаги						
b Зависимая переменная: Задоволеність_життям†						

Результати множинної (ієрархічної) регресії показника самоповаги для вибірки з 1-м досвідом (соц-дем. показники + анкета)

Модель	R	R-квадрат	Скорректированный R-квадрат	Стандартная ошибка оценки	Статистика изменений	
					Изменение R квадрат	Изменение F
1	0,339a	0,115	0,096	18,591	0,115	5,991
a Предикторы: (константа), Стан_після_пологів						
b Зависимая переменная: Самоповаги						