МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

на тему: ЕМОЦІЙНА ЧУТЛИВІСТЬ ТА ЛАГІДНІСТЬ ЯК ДЕТЕРМІНАНТИ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО МАТЕРИНСТВА

Виконала: студентка IV курсу,
групи 6.0532-з
спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: Психологія
Дібірмагомедова Дар'я Романівна
Керівник: канд. політ. наук, доцент
кафедри політології Мальована Ю. Г.
Рецензент: канд. психол. наук, доцент
кафедри психології Грандт В. В.

Запоріжжя - 2026

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти бакалавр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма 053 Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ
В.о. завідувача кафедри психології
к.психол.н., доцент Н.О. Губа
_____
«___» _____ 2026 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Дібірмагомедовій Дар'ї Романівні

1. Тема роботи: Емоційна чутливість та лагідність як детермінанти формування психологічної готовності до материнства
керівник роботи Мальована Ю. Г., канд. політ. наук, доцент кафедри політології
затверджені наказом ЗНУ від «08» грудня 2025 року №1780-с
2. Термін подання студентом роботи _____
3. Вихідні дані до роботи: аналіз психолого-педагогічної літератури.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: здійснити теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення психологічної готовності до материнства; охарактеризувати психологічну сутність емоційної чутливості та лагідності як особистісних феноменів; визначити особливості взаємозв'язку емоційної чутливості, лагідності та психологічної готовності до материнства; організувати та провести емпіричне дослідження особливостей психологічної готовності до материнства; проаналізувати результати емпіричного дослідження та встановити характер залежностей між досліджуваними показниками; розробити практичні рекомендації щодо розвитку психологічної готовності до материнства засобами емоційно-особистісного розвитку.
5. Перелік графічного матеріалу: 4 таблиці, 3 рисунки.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видав	Завдання прийняв
Вступ	Мальована Ю. Г., доцент		
Розділ 1	Мальована Ю. Г., доцент		
Розділ 2	Мальована Ю. Г., доцент		
Висновки	Мальована Ю. Г., доцент		

Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Термін виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	грудень 2025р.	Виконано
2	Робота над вступом	січень 2026 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	січень 2026 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	лютий 2026 р.	Виконано
5	Написання висновків	квітень 2026 р.	Виконано
6	Передзахист	травень 2026 р.	Виконано
7	Нормоконтроль	травень 2026 р.	Виконано

Студентка _____ Д. Р. Дібірмагомедова

Керівник роботи _____ Ю. Г. Мальована

Нормоконтроль пройдено
Нормоконтролер _____ І. І. Менсітов

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота бакалавра: 59 сторінок, 4 таблиці, 3 рисунки, 45 джерел, 4 додатка.

Об’єкт дослідження – психологічна готовність жінки до материнства.

Предмет дослідження – емоційна чутливість та лагідність як психологічні детермінанти формування психологічної готовності до материнства.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити вплив емоційної чутливості та лагідності на формування психологічної готовності жінки до материнства.

Гіпотеза дослідження полягає в припущенні, що високий рівень розвитку емоційної чутливості та лагідності позитивно впливає на формування психологічної готовності жінки до материнства.

Методи дослідження. Для реалізації поставленої мети було використано комплекс взаємодоповнювальних методів дослідження: теоретичні методи (аналіз, синтез, узагальнення, систематизація наукових джерел); емпіричні методи (психодіагностичне тестування, анкетування); кількісні методи обробки даних (кореляційний аналіз, порівняльний аналіз, методи математичної статистики).

Наукова новизна одержаних результатів полягає в уточненні ролі емоційної чутливості та лагідності у формуванні психологічної готовності до материнства та розширенні уявлень про емоційно-особистісні чинники становлення материнської сфери.

Практичне значення результатів дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності практичних психологів і сімейних консультантів, а також при розробці програм психологічної підготовки жінок до материнства.

ЕМОЦІЙНА ЧУТЛИВІСТЬ, ЛАГІДНІСТЬ, МАТЕРИНСЬКА СФЕРА, ЕМОЦІЙНО-ОСОБИСТІСНІ ЧИННИКИ, МАТЕРИНСЬКА РОЛЬ, ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА ДО МАТЕРИНСТВА.

SUMMARY

Dibirmagomedova D.R. Emotional sensitivity and gentleness as determinants of the formation of psychological readiness for motherhood.

Bachelor's qualification thesis: 59 pages, 4 tables, 3 figures, 45 references, 4 appendices.

Object of the research – women's psychological readiness for motherhood.

Subject of the research – emotional sensitivity and gentleness as psychological determinants of the formation of psychological readiness for motherhood.

Research hypothesis is based on the assumption that a high level of emotional sensitivity and gentleness positively influences the formation of women's psychological readiness for motherhood.

The aim of the research is to theoretically substantiate and empirically investigate the influence of emotional sensitivity and gentleness on the formation of women's psychological readiness for motherhood.

Research methods. To achieve the stated aim, a комплекс of complementary research methods was used: theoretical methods (analysis, synthesis, generalization, systematization of scientific sources); empirical methods (psychodiagnostic testing, questionnaires); quantitative data processing methods (correlation analysis, comparative analysis, methods of mathematical statistics).

Scientific novelty of the obtained results lies in clarifying the role of emotional sensitivity and gentleness in the formation of psychological readiness for motherhood and expanding the understanding of emotional and personal factors in the development of the maternal sphere.

Practical significance of the research results lies in the possibility of using the obtained results in the activities of practical psychologists and family counselors, as well as in the development of programs for women's psychological preparation for motherhood.

Key words: emotional sensitivity, gentleness, maternal sphere, emotional and personal factors, maternal role, psychological preparation for motherhood.

ЗМІСТ

ВСТУП 7
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОЇ ЧУТЛИВОСТІ ТА ЛАГІДНОСТІ НА ПСИХОЛОГІЧНУ ГОТОВНІСТЬ ДО МАТЕРИНСТВА 12
1.1. Ретроспективний аналіз наукових напрацювань до вивчення емоційної чутливісті та лагідністі як готовності до материнства 12
1.2. Емоційна чутливість та лагідність як психологічні детермінанти становлення материнської сфери 18
1.3. Взаємозв'язок характеристик емоційної чутливісті та лагідністі жінки та рівнів її психологічної готовності до материнства 25
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОЇ ЧУТЛИВОСТІ ТА ЛАГІДНОСТІ НА ПСИХОЛОГІЧНУ ГОТОВНІСТЬ ДО МАТЕРИНСТВА 34
2.1. Організація та методи емпіричного дослідження 34
2.2. Аналіз результатів дослідження особливостей психологічної готовності до материнства 39
2.3. Практичні рекомендації щодо розвитку психологічної готовності до материнства через посилення чутливості та лагідності 50
ВИСНОВКИ 57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 60
ДОДАТКИ 65

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. У сучасних соціально-психологічних умовах проблема психологічної готовності жінки до материнства набуває особливої актуальності. Суспільні трансформації, зміна традиційних сімейних цінностей, підвищення рівня соціальної нестабільності, професійна самореалізація жінок та зміщення акцентів у бік особистісного розвитку суттєво впливають на процес формування ставлення до материнства. Материнство є складним багатовимірним феноменом, який поєднує біологічні, соціальні, емоційні та психологічні компоненти. Водночас його успішна реалізація значною мірою залежить не лише від зовнішніх обставин, а й від внутрішньої психологічної готовності жінки до виконання материнської ролі.

Особливе значення у структурі психологічної готовності до материнства мають емоційно-особистісні характеристики, серед яких важливе місце посідають емоційна чутливість та лагідність. Саме ці якості забезпечують здатність жінки до емоційного відгуку, емпатійного сприйняття потреб дитини, формування емоційного контакту та створення безпечного психологічного середовища для її розвитку. Недостатній рівень розвитку емоційної чутливості та лагідності може ускладнювати становлення материнської сфери, негативно впливати на емоційне прийняття материнської ролі та формування ефективної взаємодії з дитиною.

У сучасній психологічній науці проблема готовності до материнства розглядається переважно в контексті репродуктивної поведінки, сімейних цінностей, особистісної зрілості та батьківських установок. Водночас питання впливу емоційної чутливості та лагідності як самостійних психологічних детермінант формування психологічної готовності до материнства потребує більш глибокого теоретичного осмислення та емпіричного дослідження. Це зумовлює актуальність обраної теми.

Аналіз останніх досліджень і публікацій свідчить, що різні аспекти психології материнства висвітлено у працях вітчизняних і зарубіжних учених. Теоретичні засади вивчення материнства, материнської сфери та соціально-психологічних аспектів становлення материнської ролі представлені у роботах О. Стрельник, В. Баришнікової, С. Мінюрової, Г. Шевчук, Н. Чепелєвої, О. Кочарян. Проблема психологічної готовності до материнства ґрунтовно досліджувалася у працях О. Проскурняк, Н. Шмілик, Н. Яремчук, Н. Гевчук, Н. Жиляк, О. Лєсняк, І. Анчевої, І. Томаржевської, Н. Шутько. Особливості формування готовності до усвідомленого материнства у різних вікових групах розкрито у дослідженнях А. Багінської, О. Тіунової, О. Шевченко, В. Шахрай. Вплив особистісних чинників на становлення психологічної готовності до материнства висвітлено у роботах С. Канюки, С. Кучер, Д. Кирилової, О. Таран, Н. Гаражі, які досліджували роль толерантності, ціннісно-смислових утворень, емоційної регуляції та соціально-психологічних установок. Проблеми емоційної чутливості, емпатії, афективної регуляції та міжособистісної взаємодії розглядаються у працях О. Васильченко, Н. Чередниченко, Є. Підчасова, Н. Шмілик, де акцентується увага на значенні емоційно-особистісних характеристик у формуванні відповідального ставлення до материнства.

Значущість лагідності як особистісної характеристики, що визначає якість емоційного контакту, міжособистісної взаємодії та здатність до прийняття материнської ролі, простежується у наукових працях, присвячених психологічній готовності до материнства, емоційній зрілості особистості та розвитку гуманістично орієнтованих форм взаємодії.

Попри значний науковий доробок, недостатньо дослідженим залишається питання взаємозв’язку емоційної чутливості та лагідності жінки з рівнем її психологічної готовності до материнства, що й визначило вибір теми дослідження.

Об’єкт дослідження – психологічна готовність жінки до материнства.

Предмет дослідження – емоційна чутливість та лагідність як психологічні детермінанти формування психологічної готовності до материнства.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити вплив емоційної чутливості та лагідності на формування психологічної готовності жінки до материнства.

Гіпотеза дослідження полягає в припущенні, що високий рівень розвитку емоційної чутливості та лагідності позитивно впливає на формування психологічної готовності жінки до материнства; між показниками емоційної чутливості, лагідності та рівнем психологічної готовності до материнства існує статистично значущий позитивний взаємозв'язок.

Для досягнення поставленої мети визначено такі завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення психологічної готовності до материнства.
2. Охарактеризувати психологічну сутність емоційної чутливості та лагідності як особистісних феноменів.
3. Визначити особливості взаємозв'язку емоційної чутливості, лагідності та психологічної готовності до материнства.
4. Організувати та провести емпіричне дослідження особливостей психологічної готовності до материнства.
5. Проаналізувати результати емпіричного дослідження та встановити характер залежностей між досліджуваними показниками.
6. Розробити практичні рекомендації щодо розвитку психологічної готовності до материнства засобами емоційно-особистісного розвитку.

Методи дослідження. Для реалізації поставленої мети було використано комплекс взаємодоповнювальних методів дослідження:

- теоретичні методи (аналіз, синтез, узагальнення, систематизація наукових джерел) – для вивчення стану розробленості проблеми;

- емпіричні методи (психодіагностичне тестування, анкетування) – для виявлення рівнів психологічної готовності до материнства, емоційної чутливості та лагідності;
- кількісні методи обробки даних (кореляційний аналіз, порівняльний аналіз, методи математичної статистики) – для встановлення взаємозв'язків між досліджуваними змінними;
- інтерпретаційні методи – для психологічного пояснення отриманих результатів.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що вперше здійснено комплексне емпіричне дослідження впливу емоційної чутливості та лагідності на формування психологічної готовності до материнства; уточнено психологічний зміст зазначених феноменів у структурі материнської сфери; розширено уявлення про емоційно-особистісні чинники готовності жінки до реалізації материнської ролі.

Практичне значення результатів дослідження результатів дослідження полягає в можливості використання отриманих результатів у роботі практичних психологів, сімейних консультантів, фахівців центрів психологічної підтримки, а також у розробці програм психологічного супроводу жінок на етапі підготовки до материнства. Виявлені у ході дослідження закономірності дозволяють точніше диференціювати нормативні психологічні стани від тих, що потребують фахового втручання, та вибудовувати більш адресну індивідуальну роботу, що суттєво підвищує ефективність психологічної допомоги в пренатальний та постнатальний періоди.

Надійність і достовірність результатів дослідження забезпечено методологічною обґрунтованістю вихідних положень, використанням валідного психодіагностичного інструментарію, адекватністю застосованих методів меті та завданням дослідження, а також використанням методів математичної статистики для обробки емпіричних даних.

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи становить 59 сторінок друкованого тексту. Робота містить 4 таблиці, 3 рисунки. Список використаних джерел налічує 45 найменувань.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОЇ ЧУТЛИВОСТІ ТА ЛАГІДНОСТІ НА ПСИХОЛОГІЧНУ ГОТОВНІСТЬ ДО МАТЕРИНСТВА

1.1. Ретроспективний аналіз наукових напрацювань до вивчення емоційної чутливісті та лагідністі як готовності до материнства

Проблема психологічної готовності жінки до материнства є однією з ключових у сучасній психологічній науці, оскільки вона поєднує біологічні, соціальні та особистісні аспекти розвитку жінки. У сучасних дослідженнях материнство розглядається не лише як репродуктивна функція, а як складний психосоціальний феномен, що формується під впливом індивідуально-психологічних характеристик особистості, її життєвого досвіду, ціннісних орієнтацій та емоційної сфери [37, 129].

У науковій літературі простежується поступова еволюція підходів до розуміння феномена материнства, яка відображає перехід від його вузько біологічної інтерпретації до розгляду як складного багатовимірного психологічного та соціокультурного утворення. Якщо на ранніх етапах розвитку психологічної науки материнство переважно розглядалося як природно зумовлена репродуктивна функція жінки, то в сучасних дослідженнях акцент зміщується на його особистісно-розвивальний, ціннісний та соціально детермінований характер. Такий підхід дозволяє розглядати материнство як результат взаємодії індивідуально-психологічних особливостей жінки та соціального контексту її життєдіяльності.

У цьому контексті О. Стрельник визначає материнство як соціальну практику, що формується та відтворюється в межах системи суспільних норм, культурних очікувань і гендерних ролей, які регулюють поведінку жінки у сфері сім'ї та виховання дитини [28, 56]. Авторка підкреслює, що

материнство не є виключно індивідуальним вибором, а виступає соціально конструйованим феноменом, у якому поєднуються особистісні установки жінки та нормативні вимоги суспільства. Такий підхід дозволяє глибше зрозуміти механізми формування психологічної готовності до материнства як складної інтегративної характеристики особистості.

У свою чергу, психологічна готовність до материнства розглядається як багаторівневе утворення, що включає емоційні, когнітивні, мотиваційні та поведінкові компоненти, які взаємодіють між собою та визначають якість прийняття жінкою материнської ролі. У працях Н. Шмілик підкреслюється, що дана готовність є системним і багатовекторним психологічним конструктом, який відображає рівень сформованості внутрішньої позиції жінки щодо материнства та її здатність до реалізації відповідної соціальної ролі [37, 132].

Авторка акцентує увагу на тому, що серед усіх структурних компонентів психологічної готовності до материнства особливе місце посідає емоційна сфера особистості. Саме емоційний компонент визначає характер ставлення жінки до майбутньої дитини, рівень її емоційної включеності у процес вагітності та виховання, а також здатність до формування стійкого емоційного зв’язку з дитиною. Емоційна сфера виступає своєрідною основою, на якій вибудовується вся система материнської поведінки, оскільки вона забезпечує як первинне емоційне прийняття материнської ролі, так і подальшу регуляцію взаємодії з дитиною.

Крім того, Н. Шмілик наголошує, що саме емоційна зрілість жінки, її здатність до емпатії, емоційної стабільності та прийняття іншої людини є ключовими передумовами формування позитивного ставлення до материнства [37, 132]. У цьому контексті емоційна сфера розглядається не лише як один із компонентів структури готовності, але й як інтегруючий чинник, що забезпечує узгодженість усіх інших її складових.

У межах дослідження психологічної готовності до материнства значна увага приділяється емоційним характеристикам особистості. Зокрема,

емоційна чутливість розглядається як здатність людини тонко сприймати емоційні стани інших, реагувати на них та адекватно відгукуватися у міжособистісній взаємодії. Вона виступає основою емпатійної поведінки та формування глибокого емоційного зв'язку між матір'ю та дитиною [7, 37].

Дослідження Н. Чепелєвої свідчать, що уявлення жінки про материнство не є статичним або суто когнітивним утворенням, а формуються в процесі складної взаємодії особистісного досвіду, емоційних переживань та соціальних впливів. Авторка наголошує, що значною мірою ці уявлення визначаються здатністю жінки до емоційного включення в соціальні ролі, а також її готовністю сприймати іншу людину як безумовну цінність, що потребує турботи, прийняття та емоційної підтримки [32, 280]. У цьому контексті емоційне включення розглядається як внутрішній механізм, що забезпечує не лише формування позитивного образу материнства, але й становлення стійкої внутрішньої позиції жінки щодо майбутньої материнської ролі.

Такий підхід дозволяє зробити висновок, що емоційна чутливість виступає одним із ключових психологічних механізмів формування материнської ідентичності. Вона забезпечує здатність жінки до тонкого розпізнавання емоційних станів іншого, емпатійного реагування та побудови глибокого емоційного зв'язку з дитиною. Саме завдяки розвитку емоційної чутливості формується основа для прийняття материнської ролі як особистісно значущої та внутрішньо прийнятої, а не лише соціально нав'язаної.

Окремий напрям сучасних психологічних досліджень присвячений аналізу феномену лагідності як важливої особистісної характеристики жінки у контексті материнства. Лагідність розглядається як інтегративна якість особистості, що поєднує у собі м'якість поведінки, доброзичливе ставлення до інших, емоційну врівноваженість, здатність до прийняття та підтримки іншої людини без умовного оцінювання її поведінки.

У психологічному контексті лагідність інтерпретується як один із проявів емоційної зрілості особистості, що відображає високий рівень розвитку емоційної регуляції та здатність до конструктивної взаємодії у міжособистісних стосунках. Вона забезпечує формування гармонійних емоційних зв'язків, знижує рівень конфліктності у взаємодії та сприяє створенню стабільного психологічного клімату в системі «мати – дитина».

Особливо важливим є те, що лагідність у структурі материнської поведінки виконує функцію емоційного стабілізатора, який сприяє формуванню у дитини базового відчуття безпеки, довіри до світу та емоційної захищеності. У зв'язку з цим вона розглядається не лише як індивідуальна риса характеру жінки, але й як значущий психологічний ресурс ефективного виконання материнської ролі.

У працях С. Канюки підкреслюється, що формування особистісних якостей, пов'язаних із толерантністю та емоційною відкритістю, є важливою умовою психологічної готовності до материнства [10, 160]. Авторка зазначає, що емоційна стабільність, доброзичливість та здатність до емпатії є ключовими характеристиками жінки, яка готова до виконання материнської ролі.

Ряд дослідників, зокрема О. Проскурняк, Н. Гевчук та Н. Яремчук, розглядають психологічну готовність до материнства як складну багаторівневу структуру, що інтегрує в собі взаємопов'язані компоненти особистості жінки, серед яких мотиваційний, когнітивний, емоційний та поведінковий рівні. У межах цього підходу підкреслюється, що зазначені компоненти не функціонують ізольовано, а утворюють цілісну систему, яка визначає характер ставлення жінки до материнства та ступінь її внутрішньої готовності до реалізації материнської ролі [26, 215].

Особливе значення в структурі психологічної готовності до материнства дослідники відводять емоційному компоненту, який виступає центральним регулятором формування материнської позиції. Емоційна сфера жінки визначає не лише її загальне ставлення до майбутнього материнства,

але й глибину емоційного прийняття дитини, характер прив'язаності та якість емоційної взаємодії у системі «мати – дитина». Саме через емоційний компонент відбувається внутрішнє прийняття нової соціальної ролі, що є ключовою умовою становлення зрілої материнської ідентичності.

О. Проскурняк акцентує увагу на тому, що саме емоційна складова є визначальною у процесі формування материнської позиції жінки, оскільки вона забезпечує здатність до емпатійного сприйняття потреб дитини, емоційної чутливості до її станів та формування стійкого позитивного емоційного зв'язку [27, 14]. На думку дослідниці, рівень розвитку емоційної сфери безпосередньо впливає на якість прийняття материнської ролі та визначає ступінь психологічної адаптації жінки до нових життєвих умов, пов'язаних із материнством.

У сучасних психологічних дослідженнях значна увага приділяється ролі соціально-психологічних факторів у формуванні емоційної сфери жінки, яка готується до виконання материнської ролі. Зазначається, що емоційний розвиток особистості не відбувається ізольовано від соціального контексту, а формується під впливом системи міжособистісних взаємодій, культурних норм, сімейного виховання та індивідуального життєвого досвіду. У цьому контексті О. Таран і Н. Гаража підкреслюють, що ставлення жінки до материнства є результатом складної інтеграції соціального досвіду, сформованих ціннісних орієнтацій та емоційних установок, які у сукупності визначають рівень її психологічної готовності до материнства [29, 92].

Авторки наголошують, що саме соціальне середовище виступає важливим джерелом формування уявлень про материнство, які поступово трансформуються у внутрішні емоційні установки. Ці установки впливають на характер емоційного реагування жінки на ситуації, пов'язані з дітьми, вагітністю та майбутнім материнством, а також визначають ступінь її внутрішнього прийняття або відторгнення материнської ролі.

Важливим доповненням до аналізу соціально-психологічних чинників є дослідження емоційної регуляції та афективної сфери жінки у контексті

материнства. Емоційна регуляція розглядається як здатність особистості усвідомлювати, контролювати та конструктивно виражати власні емоційні стани, що є особливо важливим у період вагітності та раннього материнства.

Н. Чередниченко зазначає, що стиль переживання вагітності виступає важливим діагностичним показником психологічної готовності до материнства, оскільки відображає рівень емоційної зрілості жінки, її здатність до емоційної стабільності, прийняття змін у власному житті та формування нового образу «Я-матір» [33, 109]. Згідно з цими положеннями, емоційні реакції жінки у період вагітності є своєрідним індикатором її внутрішньої готовності до материнства та здатності адаптуватися до нової соціальної ролі.

У зарубіжних психологічних дослідженнях також підкреслюється суттєва роль емоційних чинників у формуванні батьківських установок та репродуктивної поведінки особистості. У центрі уваги сучасної наукової думки перебуває розуміння того, що рішення щодо материнства не є виключно раціональним або соціально детермінованим процесом, а формується на основі складної взаємодії когнітивних оцінок, емоційних переживань та соціальних впливів. У цьому контексті значного поширення набула теорія запланованої поведінки І. Айзена і Дж. Клобас, яка пояснює формування поведінкових намірів, зокрема репродуктивних, через систему взаємопов’язаних психологічних факторів.

Згідно з положеннями цієї теорії, репродуктивні наміри та подальша батьківська поведінка значною мірою залежать від емоційних установок особистості щодо материнства, а також від суб’єктивних норм, які відображають сприйнятий соціальний тиск і очікування значущого оточення [42, 210]. Емоційні установки у даному контексті виконують функцію внутрішнього регулятора поведінки, визначаючи ступінь позитивного або негативного ставлення до виконання батьківської ролі.

Окрім того, підкреслюється, що саме емоційна оцінка майбутнього материнства часто є вирішальним чинником у процесі прийняття

репродуктивних рішень, оскільки вона безпосередньо пов’язана з рівнем емоційного комфорту, очікуваним досвідом турботи про дитину та уявленнями про власну здатність до виконання материнських функцій. Таким чином, емоційний компонент виступає не лише доповненням до раціонального аналізу, але й самостійним детермінуючим фактором поведінкових намірів.

Отже, аналіз наукових джерел свідчить, що емоційна чутливість та лагідність розглядаються як важливі особистісні детермінанти психологічної готовності до материнства. Вони забезпечують формування емоційного зв’язку з дитиною, сприяють розвитку емпатії, гуманістичного ставлення та відповідальної материнської поведінки. Незважаючи на значну кількість досліджень у сфері психології материнства, проблема системного аналізу впливу емоційної чутливості та лагідності на готовність до материнства залишається недостатньо розробленою, що зумовлює необхідність подальшого емпіричного вивчення даного феномену.

1.2. Емоційна чутливість та лагідність як психологічні детермінанти становлення материнської сфери

Емоційна чутливість і лагідність належать до ключових психологічних детермінант, які визначають успішність формування материнської сфери жінки. Материнська сфера як багатовимірний конструкт включає когнітивний, емоційний, мотиваційний та поведінковий компоненти, що забезпечують готовність жінки до прийняття ролі матері, встановлення емоційного зв’язку з дитиною та виконання материнських функцій. Сучасні дослідження підкреслюють, що емоційна чутливість виступає основою для розвитку емпатії та чуйності до потреб дитини, тоді як лагідність забезпечує м’якість, теплоту та прийняття в процесі материнського виховання [3, 65].

Емоційна чутливість визначається як здатність жінки тонко сприймати емоційні сигнали, як власні, так і оточуючих, особливо дитини. Вона є

передумовою формування емоційного резонансу між матір'ю та дитиною вже в пренатальний період. За даними досліджень, високий рівень емоційної чутливості сприяє кращій адаптації до вагітності та швидшому встановленню материнської домінанти. Жінки з розвиненою емоційною чутливістю демонструють нижчі показники тривожності під час вагітності та більш позитивне ставлення до майбутнього материнства [9, 128].

Лагідність, у свою чергу, розглядається як інтегральна якість особистості, що поєднує м'якість, доброзичливість, терпимість і відсутність жорсткості у взаємодії. Вона є важливим чинником становлення материнської ідентичності, оскільки забезпечує створення безпечного емоційного простору для дитини [15, 70]. Лагідність допомагає жінці долати внутрішні конфлікти, пов'язані з переходом до нової соціальної ролі, і сприяє формуванню стилю виховання, орієнтованого на підтримку та розвиток дитини [29, 92].

Теоретичні підходи до вивчення емоційної чутливості та лагідності як важливих психологічних детермінант формування материнської сфери ґрунтуються на низці фундаментальних положень сучасної психологічної науки, зокрема гуманістичної психології, теорії прив'язаності Дж. Боулбі, а також на концептуальних моделях психологічної готовності до материнства, розроблених у вітчизняній науковій традиції. У межах гуманістичного підходу особистість розглядається як цілісна система, основними характеристиками якої є прагнення до самореалізації, емпатійність, здатність до прийняття іншого та розвиток емоційної відкритості. Саме ці положення створюють теоретичне підґрунтя для розуміння таких феноменів, як емоційна чутливість і лагідність, у контексті материнської поведінки.

Значний внесок у розуміння емоційної основи материнства зроблено в рамках теорії прив'язаності Дж. Боулбі, яка підкреслює, що формування стійкого емоційного зв'язку між матір'ю та дитиною є базовою умовою нормального психоемоційного розвитку дитини. Згідно з цією теорією, здатність матері до чутливого реагування на потреби дитини, емоційної

доступності та стабільності є ключовими чинниками формування безпечної прив’язаності, що в подальшому визначає якість її соціального та емоційного розвитку. У цьому контексті емоційна чутливість постає як фундаментальний механізм побудови ефективної материнсько-дитячої взаємодії.

У вітчизняній психології проблема структури психологічної готовності до материнства детально розробляється у працях О. П. Проскурняк, яка розглядає її як багатокомпонентне утворення, що включає мотиваційний, когнітивний, поведінковий та емоційно-афективний блоки. Авторка наголошує, що саме емоційно-афективна складова виконує системоутворюючу функцію, оскільки забезпечує внутрішню інтеграцію всіх інших компонентів готовності та визначає якість емоційного ставлення жінки до майбутнього материнства [26, 212].

У межах цього підходу емоційна чутливість розглядається як здатність до тонкого сприймання емоційних станів дитини та адекватного реагування на них, тоді як лагідність інтерпретується як стійка особистісна характеристика, що забезпечує м’якість поведінки, доброзичливість і прийняття іншого без умовних оцінок. У сукупності ці якості формують основу емоційно-афективного блоку, який визначає якість майбутньої материнської поведінки.

Аналогічну позицію займає Н. Н. Шмілик, яка визначає психологічну готовність до материнства як системний, багатовимірний конструкт, що інтегрує різні рівні функціонування особистості. Дослідниця підкреслює, що емоційні компоненти у структурі цього конструкту забезпечують його цілісність і виступають провідним механізмом формування материнської ідентичності [37, 130]. Саме через емоційну сферу відбувається узгодження мотиваційних установок, соціальних очікувань та індивідуальних переживань жінки щодо материнства.

У дослідженнях емоційна чутливість розглядається як прогностичний фактор успішної материнської адаптації. Жінки з високою емоційною чутливістю краще розпізнають сигнали плоду, швидше формують

пренатальну прив’язаність і демонструють вищий рівень материнської компетентності після пологів. Це підтверджується даними, отриманими під час вивчення вагітних і невагітних жінок: емоційно чутливі респондентки частіше виявляють позитивне переживання вагітності та готовність до змін у житті [21, 195].

Лагідність як важлива детермінанта материнської сфери виконує не лише емоційно-комунікативну, а й виразно захисну психологічну функцію, забезпечуючи стабільність внутрішнього стану жінки у період вагітності та раннього материнства. Вона сприяє зниженню рівня емоційної напруги, пом’якшенню реакцій на стресові ситуації, а також підвищує здатність до саморегуляції у складних життєвих обставинах, що є особливо важливим у післяпологовий період. Саме завдяки цим властивостям лагідність виступає чинником психологічної стійкості та адаптивності жінки до нової соціальної ролі.

Крім того, лагідність сприяє профілактиці емоційних порушень, зокрема знижує ризик розвитку постнатальної депресії, оскільки забезпечує більш м’яке переживання змін, пов’язаних із народженням дитини, та формує позитивні емоційні установки щодо материнства. Вона також відіграє важливу роль у гармонізації внутрішньосімейних стосунків, сприяючи конструктивному розв’язанню конфліктів, підвищенню рівня взаєморозуміння між партнерами та формуванню емоційно безпечного середовища для дитини.

Не менш значущим є те, що лагідність безпосередньо впливає на формування у дитини базової довіри до світу, яка, відповідно до положень теорії прив’язаності, є фундаментом подальшого психоемоційного розвитку особистості. Емоційно тепле, приймаюче ставлення матері створює умови для формування у дитини відчуття безпеки, стабільності та емоційної захищеності, що в подальшому визначає її здатність до побудови довірливих соціальних взаємодій.

Дослідження показують, що лагідність як особистісна характеристика має тісний зв'язок із рівнем толерантності жінки, яка, у свою чергу, виступає важливою психологічною умовою формування готовності до материнства. Високий рівень толерантності сприяє прийняттю різноманітних поведінкових проявів дитини, зниженню імпульсивності у реакціях та формуванню більш гнучкого стилю виховання [10, 158]. Таким чином, лагідність і толерантність утворюють взаємопов'язаний комплекс особистісних якостей, що забезпечує ефективність материнської поведінки.

Формування емоційної чутливості та лагідності відбувається під впливом комплексу взаємопов'язаних чинників, серед яких провідну роль відіграють особливості сімейного виховання, характер емоційних взаємин у батьківській родині, соціокультурне середовище, а також попередній досвід взаємодії з дітьми. Значний вплив мають і індивідуально-психологічні особливості особистості, зокрема рівень емпатії, емоційної стабільності та здатності до саморефлексії.

Особливо важливим періодом у становленні цих якостей є юність та рання дорослість, коли відбувається активне формування репродуктивних установок, життєвих цінностей та уявлень про майбутню сімейну роль. Саме в цей віковий період закладаються базові уявлення про материнство як соціальну та особистісну цінність [2, 240]. Дослідження засвідчують, що дівчата-старшокласниці з високим рівнем емоційної чутливості демонструють більш усвідомлене, відповідальне та позитивно забарвлене ставлення до майбутнього материнства, що свідчить про їх вищу психологічну готовність до реалізації цієї ролі в майбутньому [35, 137].

У контексті сучасних викликів (пандемія, війна, економічна нестабільність) емоційна чутливість і лагідність набувають додаткового значення. Вони допомагають жінкам зберігати психологічну стійкість і позитивне ставлення до материнства навіть у кризових умовах. Дослідження 2023–2024 років підтверджують, що жінки з розвиненими емоційно-афективними якостями краще адаптуються до невизначеності та зберігають мотивацію до народження дітей [5, 37; 32, 281].

Важливим аспектом є взаємозв’язок емоційної чутливості та лагідності з материнською ідентичністю. Материнська ідентичність формується через інтеграцію емоційних переживань і набуття нового статусу. Лагідність полегшує цей процес, зменшуючи внутрішній опір змінам і сприяючи прийняттю материнської ролі як природної та цінної. Емоційна чутливість, своєю чергою, збагачує зміст материнської ідентичності, роблячи її більш глибокою та емпатичною [16, 148].

Емпіричні дослідження у галузі психології материнства переконливо свідчать про те, що рівень розвитку емоційної чутливості та лагідності має безпосередній вплив на особливості формування репродуктивної поведінки жінки та її психологічну готовність до материнства. Зокрема, встановлено, що низький рівень емоційної чутливості, який проявляється у зниженій здатності до емпатійного реагування, емоційної відстороненості та труднощах у розпізнаванні емоційних станів іншої людини, часто пов’язаний із ускладненнями у прийнятті материнської ролі.

Подібні особливості емоційної сфери можуть супроводжуватися підвищеним рівнем внутрішньої тривожності, невпевненістю у власних батьківських можливостях, а також схильністю до відкладання реалізації материнства на пізніші етапи життя. У ряді випадків це також може бути пов’язано з формуванням негативних або амбівалентних установок щодо материнства, що ускладнює процес прийняття репродуктивних рішень. Натомість розвиток емоційної чутливості та лагідності розглядається як важливий ресурс підвищення психологічної готовності до материнства.

Згідно з результатами досліджень, цілеспрямований розвиток цих якостей у межах психокорекційних та психоосвітніх програм сприяє значному покращенню емоційної регуляції, підвищенню рівня емпатії та формуванню більш позитивного образу майбутнього материнства [39, 288]. Це, у свою чергу, забезпечує більш усвідомлене ставлення до репродуктивної функції та підвищує рівень внутрішньої готовності жінки до виконання материнських обов’язків.

Особливого значення набуває формування емоційної чутливості та лагідності у дівчат підліткового та юнацького віку, оскільки саме в цей період відбувається інтенсивне становлення особистості, системи цінностей, а також первинних уявлень про сім'ю та майбутню батьківську роль. Соціалізаційні процеси, спрямовані на розвиток емоційної сфери, сприяють формуванню відповідального, усвідомленого та позитивно орієнтованого ставлення до майбутнього материнства.

У цьому контексті значну ефективність демонструють спеціалізовані психологічні програми, що включають тренінги розвитку емпатії, навичок рефлексії, емоційного інтелекту та міжособистісної чутливості. Такі програми сприяють не лише підвищенню рівня емоційної компетентності, але й формуванню більш зрілої особистісної позиції щодо майбутньої материнської ролі, що підтверджується емпіричними даними [8, 5].

У структурі психологічної готовності до материнства емоційна чутливість входить до мотиваційно-афективного блоку, а лагідність — до особистісно-поведінкового. Їхній гармонійний розвиток забезпечує цілісність материнської сфери та сприяє успішній реалізації материнської ролі. Порушення в розвитку цих детермінант може призводити до формування дистресуючих типів переживання вагітності та труднощів у материнсько-дитячій взаємодії [33, 110].

Сучасний погляд на проблему підкреслює необхідність комплексного підходу до розвитку емоційної чутливості та лагідності як психологічних ресурсів жінки. Інтеграція цих якостей у систему цінностей особистості сприяє не лише успішному материнству, а й загальному психологічному благополуччю жінки [13, 57]. Діалогічний підхід до аналізу смислового переживання материнства дозволяє глибше зрозуміти роль емоційних детермінант у становленні материнської сфери [19, 64].

Таким чином, емоційна чутливість і лагідність є фундаментальними психологічними детермінантами становлення материнської сфери. Вони забезпечують емоційну основу для формування прив'язаності, сприяють

адаптації до нової ролі, знижують ризики психологічних ускладнень і сприяють гармонійному розвитку дитини. Розвиток цих якостей має бути важливим напрямком психологічної роботи з дівчатами та молодими жінками, особливо в умовах сучасних соціальних трансформацій.

1.3. Взаємозв'язок характеристик емоційної чутливісті та лагідністі жінки та рівнів її психологічної готовності до материнства

Емоційна чутливість і лагідність жінки є важливими особистісними характеристиками, які безпосередньо впливають на рівень її психологічної готовності до материнства. Психологічна готовність до материнства розглядається як системний конструкт, що включає мотиваційний, когнітивний, емоційно-афективний та поведінковий компоненти [27, 12; 37, 130; 38, 254]. Емоційна чутливість забезпечує тонке сприйняття емоційних станів, емпатію та здатність до емоційного резонансу, тоді як лагідність проявляється в м'якості, терпимості, доброзичливості та відсутності агресивних реакцій у взаємодії [3, 65]. Їхній взаємозв'язок визначає успішність формування материнської сфери та адаптацію жінки до нової соціальної ролі.

Теоретичною основою вивчення взаємозв'язку емоційної чутливості, лагідності та психологічної готовності до материнства виступає комплекс взаємодоповнювальних наукових підходів, серед яких провідне місце займають теорія прив'язаності Дж. Боулбі, гуманістична психологія, а також сучасні концепції вітчизняних дослідників щодо структури та змісту материнської сфери. У межах теорії прив'язаності Дж. Боулбі особливий акцент робиться на значущості ранніх емоційних взаємин між матір'ю та дитиною, де чутливість матері до потреб дитини та її емоційна доступність розглядаються як базові умови формування безпечної прив'язаності. Це дозволяє розглядати емоційну чутливість як фундаментальний механізм, що забезпечує якість материнсько-дитячої взаємодії та подальший психоемоційний розвиток дитини.

Гуманістична психологія, у свою чергу, акцентує увагу на цінності особистості, її здатності до емпатії, самоприйняття та безумовного прийняття іншого. У цьому контексті лагідність інтерпретується як прояв зрілої особистісної позиції, що базується на внутрішній гармонії, емоційній стабільності та готовності до підтримувальної взаємодії. Такий підхід дозволяє розглядати материнство не лише як соціальну функцію, але й як простір реалізації особистісного потенціалу жінки через емоційно насичену взаємодію з дитиною.

У вітчизняній психологічній науці значний внесок у розробку проблеми психологічної готовності до материнства зроблено О. П. Проскурняк, яка визначає її як складну структурну систему, що включає мотиваційний, когнітивний, поведінковий та емоційно-афективний блоки. Дослідниця підкреслює, що саме емоційно-афективна складова є найбільш чутливою до рівня розвитку емоційної чутливості та лагідності жінки, оскільки визначає характер її емоційного ставлення до майбутнього материнства, ступінь внутрішнього прийняття материнської ролі та якість емоційного зв’язку з дитиною [26, 212].

Аналогічну позицію займає Н. Н. Шмілик, яка розглядає психологічну готовність до материнства як багатовекторний і системно організований конструкт, у якому емоційні характеристики особистості виконують інтегративну функцію. Вони забезпечують узгодження мотиваційних установок, соціальних очікувань та індивідуальних переживань жінки, формуючи цілісну материнську ідентичність та стабільну внутрішню позицію щодо виконання материнських функцій [37, 132].

Важливе доповнення до розуміння даної проблеми вносить С. І. Канюка, яка підкреслює, що така особистісна характеристика, як толерантність, тісно пов’язана з лагідністю і виступає ключовою умовою формування психологічної готовності до материнства. На думку дослідниці, толерантність забезпечує прийняття індивідуальних особливостей дитини, зниження рівня емоційної реактивності та формування більш гнучкого стилю

виховання, що є важливим чинником ефективного виконання материнської ролі [10, 160].

Емоційна чутливість у сучасних психологічних дослідженнях розглядається як один із ключових предикторів формування психологічної готовності до материнства, оскільки вона безпосередньо впливає на якість емоційного сприймання, інтерпретації та реагування жінки на події, пов'язані з вагітністю та майбутнім доглядом за дитиною. Емпіричні дані свідчать про наявність позитивного кореляційного зв'язку між рівнем емоційної чутливості та ступенем сформованості психологічної готовності до материнства, що проявляється у більш гармонійному прийнятті жінкою своєї нової соціальної ролі та зниженні внутрішніх емоційних бар'єрів.

Жінки з високим рівнем емоційної чутливості, як правило, демонструють більш позитивне та стабільне ставлення до вагітності, що виражається у зниженні рівня тривожності, підвищенні емоційної залученості в процес очікування дитини та формуванні більш реалістичних і водночас позитивно забарвлених уявлень про материнство. Крім того, для них характерною є здатність до швидшого формування пренатальної прив'язаності, яка виступає важливим психологічним механізмом ранньої емоційної взаємодії з дитиною ще до її народження.

Важливою особливістю є також те, що високий рівень емоційної чутливості сприяє кращому розпізнаванню емоційних і фізіологічних потреб дитини після народження, що забезпечує більш адекватне реагування матері та підвищує якість материнської турботи. Це, у свою чергу, позитивно впливає на формування безпечної прив'язаності та гармонійний психоемоційний розвиток дитини.

Дослідження О. А. Невоєнної та О. О. Гарної підтверджують, що вагітні жінки з розвиненою емоційною чутливістю демонструють значно вищі показники психологічної готовності до материнства порівняно з жінками, які не перебувають у стані вагітності, що свідчить про взаємозв'язок між емоційною сферою та актуалізацією материнської ролі [21,

195]. Авторки наголошують, що саме емоційна включеність у процес вагітності є важливим чинником формування позитивної материнської ідентичності.

Аналогічні результати отримані у дослідженнях Л. Р. Нікогосян, де емоційна чутливість розглядається як один із провідних предикторів успішної адаптації жінки до материнської ролі. Авторка підкреслює, що високий рівень емоційної чутливості забезпечує більш плавний перехід до нової соціальної ролі, знижує ризик дезадаптаційних проявів у післяпологовий період та сприяє формуванню стабільного емоційного зв'язку з дитиною [22, 66].

Лагідність також виявляє значний позитивний взаємозв'язок з рівнями готовності. Як інтегральна якість особистості, вона сприяє створенню безпечного емоційного середовища, знижує ризик конфліктів і полегшує перехід до материнської ідентичності. Дослідження В. В. Баришнікової свідчить, що лагідність є важливою складовою материнської домінанти, яка формується ще до народження дитини [3, 66]. У жінок із високим рівнем лагідності спостерігається нижчий рівень тривожності та вища мотивація до усвідомленого материнства.

Емпіричні дані підтверджують існування прямого взаємозв'язку між досліджуваними характеристиками та рівнями готовності. Так, А. О. Денисенко та І. О. Демешкан у період пандемії виявили, що жінки з високими показниками емоційної чутливості та лагідності демонстрували вищий рівень психологічної готовності до материнства навіть в умовах стресу. С. І. Канюка в дисертаційному дослідженні встановила статистично значущі кореляції між толерантністю (як близькою до лагідності характеристикою) та компонентами психологічної готовності [11, 120–150].

Рівні психологічної готовності (високий, середній, низький) по-різному співвідносяться з емоційною чутливістю та лагідністю. Жінки з високим рівнем готовності характеризуються високою емоційною чутливістю, розвиненою лагідністю, позитивним ставленням до материнства та

сформованими репродуктивними установками. Вони легше адаптуються до змін, пов’язаних з вагітністю та пологами, і демонструють конструктивні стилі переживання вагітності [33, 110].

Жінки із середнім рівнем готовності мають помірно розвинені емоційні характеристики. У них спостерігається достатня емоційна чутливість, але можуть бути прояви нерішучості, пов’язані з недостатньою лагідністю чи внутрішніми конфліктами [16, 148]. Такий рівень вимагає психологічної підтримки для підвищення готовності.

Низький рівень готовності часто супроводжується зниженою емоційною чутливістю, дефіцитом лагідності, високою тривожністю та амбівалентним або негативним ставленням до материнства. Такі жінки частіше стикаються з труднощами в репродуктивній сфері, вищим ризиком постнатальної депресії та проблемами у встановленні емоційного контакту з дитиною [18, 113].

Взаємозв’язок емоційної чутливості та лагідності у структурі психологічної готовності до материнства має складний, багаторівневий та опосередкований характер, що формується у процесі інтеграції особистісного досвіду, емоційного розвитку та соціального впливу. З одного боку, емоційна чутливість виступає базовим механізмом, який забезпечує здатність жінки до тонкого розпізнавання емоційних станів інших людей, емпатійного реагування та глибокого емоційного включення у міжособистісну взаємодію. З іншого боку, лагідність функціонує як стійка особистісна якість, що регулює способи емоційного вираження, забезпечує м’якість поведінки, доброзичливість та прийняття іншої людини без умовного оцінювання.

У цьому контексті емоційна чутливість може виступати чинником посилення проявів лагідності, оскільки чутливіші до емоційного стану інших жінки частіше демонструють більш м’які, підтримувальні та емпатійні форми поведінки. Водночас лагідність створює психологічні умови для безпечного та конструктивного вираження емоцій, знижує рівень внутрішньої агресії та імпульсивності, сприяючи гармонізації емоційної сфери особистості. Таким

чином, між цими характеристиками формується взаємопідсилювальний зв’язок, який забезпечує цілісність емоційного функціонування жінки у контексті материнства.

Діалогічний підхід С. А. Мінюрової дозволяє розглядати цей взаємозв’язок у ширшому контексті смислового переживання материнства, де емоційна чутливість і лагідність виступають не ізольованими рисами, а складовими єдиного процесу формування внутрішнього діалогу жінки щодо материнської ролі. У межах цього підходу материнство постає як динамічний смисловий простір, у якому особистість постійно переосмислює власні емоційні реакції, установки та очікування, інтегруючи їх у цілісну материнську ідентичність [19, 64–68].

Водночас зазначені характеристики не формуються у вакуумі, а перебувають у тісній взаємодії з низкою зовнішніх і внутрішніх чинників. До них належать особливості сімейного виховання, характер емоційних стосунків у батьківській родині, соціальне оточення, попередній досвід взаємодії з дітьми, а також вікові та індивідуально-психологічні особливості жінки. Сукупність цих факторів визначає траєкторію розвитку емоційної сфери та рівень сформованості лагідності як особистісної якості.

У сучасних умовах підвищеної соціальної нестабільності, зумовленої війною, економічними кризами та наслідками пандемій, взаємозв’язок емоційної чутливості та лагідності набуває особливої значущості. Кризові ситуації висувають підвищені вимоги до емоційної стійкості особистості, здатності до саморегуляції та збереження внутрішнього психологічного балансу. У цьому контексті саме емоційна чутливість і лагідність виступають ресурсними характеристиками, які дозволяють жінці ефективніше адаптуватися до стресових умов та зберігати позитивну мотивацію до реалізації материнської ролі.

Емпіричні дослідження підтверджують, що жінки з розвиненими емоційними якостями краще справляються зі стресовими навантаженнями, демонструють вищий рівень психологічної стійкості та зберігають більш

стабільне позитивне ставлення до материнства навіть у несприятливих життєвих обставинах [32, 281]. Таким чином, емоційна чутливість і лагідність виступають не лише особистісними характеристиками, а й важливими адаптаційними ресурсами, що забезпечують психологічну готовність жінки до материнства в умовах сучасних соціальних викликів.

Практичне значення вивчення взаємозв'язку полягає в розробці програм психологічної підготовки. Тренінги емоційного інтелекту, розвитку емпатії та лагідності значно підвищують рівень психологічної готовності [8, 5]. Особливо ефективними є програми для дівчат старшого шкільного віку та молодих жінок [2, 242].

Таким чином, емоційна чутливість і лагідність виступають ключовими психологічними детермінантами, що визначають рівень психологічної готовності жінки до материнства. Високий розвиток цих характеристик сприяє формуванню високого рівня готовності, забезпечує успішну адаптацію до материнської ролі та позитивно впливає на материнсько-дитячі взаємини. Знижені показники цих якостей, навпаки, підвищують ризик ускладнень. Комплексний розвиток емоційної чутливості та лагідності має бути пріоритетним напрямком психологічної роботи з жінками репродуктивного віку.

Висновки до першого розділу

У першому розділі здійснено теоретичний аналіз наукових підходів до проблеми впливу емоційної чутливості та лагідності на психологічну готовність жінки до материнства. Узагальнення сучасних досліджень дозволило визначити, що материнство в сучасній психологічній науці розглядається як складний багатовимірний феномен, який включає біологічні, соціальні та особистісно-психологічні складові. При цьому психологічна готовність до материнства виступає інтегративним утворенням, що відображає рівень сформованості внутрішньої позиції жінки щодо виконання материнської ролі та її здатність до емоційно-зрілої взаємодії з дитиною.

Теоретичний аналіз засвідчив, що еволюція наукових поглядів на материнство пройшла шлях від його розуміння як природно зумовленої репродуктивної функції до усвідомлення його як складного соціально-психологічного та особистісного явища. У сучасних підходах (О. Стрельник, Н. Шмілик, О. Проскурняк та ін.) підкреслюється провідна роль емоційної сфери жінки у формуванні материнської ідентичності, що дозволяє розглядати емоційну чутливість і лагідність як ключові детермінанти готовності до материнства.

У ході аналізу наукових джерел встановлено, що емоційна чутливість є базовим механізмом емпатійної взаємодії, який забезпечує здатність жінки тонко сприймати емоційні стани іншого та адекватно на них реагувати. Лагідність, у свою чергу, розглядається як стійка особистісна якість, що характеризується м’якістю поведінки, доброзичливістю та здатністю до прийняття іншої людини. У комплексі ці характеристики формують емоційно-афективну основу материнської поведінки та сприяють гармонійному розвитку системи «мати – дитина».

Теоретично доведено, що емоційна чутливість і лагідність взаємопов’язані та взаємно підсилюють одна одну, утворюючи цілісну систему емоційного функціонування особистості. Їх розвиток значною мірою визначається соціальними умовами, сімейним вихованням, індивідуальним досвідом та віковими особливостями жінки. Особливо важливим є період юності та ранньої дорослості, коли формуються базові репродуктивні установки та уявлення про майбутню материнську роль.

У роботі встановлено, що високий рівень емоційної чутливості та лагідності пов’язаний із більшою психологічною готовністю до материнства, позитивним ставленням до вагітності, швидшим формуванням пренатальної прив’язаності та кращою адаптацією до нової соціальної ролі. Натомість недостатній розвиток цих якостей може бути пов’язаний із підвищеною тривожністю, труднощами у прийнятті материнської ролі та ризиком дезадаптаційних станів у післяпологовий період.

Окремо підкреслено, що у сучасних соціальних умовах, зокрема в контексті кризових явищ (війна, економічна нестабільність, пандемії), значущість емоційної чутливості та лагідності як психологічних ресурсів суттєво зростає. Вони виступають чинниками психологічної стійкості, адаптивності та збереження позитивної мотивації до материнства.

Таким чином, проведений теоретичний аналіз дозволяє зробити висновок, що емоційна чутливість і лагідність є фундаментальними психологічними детермінантами формування готовності жінки до материнства. Вони забезпечують емоційну основу материнської ідентичності, сприяють формуванню безпечної прив’язаності до дитини та визначають якість майбутніх материнсько-дитячих взаємин.

Разом із тим, незважаючи на значну кількість наукових досліджень у цій сфері, проблема системного вивчення взаємозв’язку емоційної чутливості, лагідності та рівнів психологічної готовності до материнства залишається недостатньо розробленою. Це зумовлює необхідність подальших емпіричних досліджень, спрямованих на поглиблене вивчення зазначеного феномену та розробку ефективних психолого-педагогічних програм його розвитку.

РОЗДІЛ 2
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОЇ ЧУТЛИВОСТІ ТА ЛАГІДНОСТІ НА ПСИХОЛОГІЧНУ ГОТОВНІСТЬ ДО МАТЕРИНСТВА

2.1. Організація та методи емпіричного дослідження

Емпіричне дослідження впливу емоційної чутливості та лагідності на психологічну готовність до материнства було проведено з метою виявлення особливостей взаємозв'язку між зазначеними психологічними характеристиками та їхнім впливом на формування позитивного ставлення жінки до майбутнього материнства. Актуальність такого дослідження зумовлена необхідністю глибшого розуміння психологічних чинників, які визначають готовність особистості до виконання материнської ролі, а також потребою розробки практичних рекомендацій щодо психологічної підтримки жінок репродуктивного віку.

Дослідження проводилося відповідно до загальноприйнятих наукових принципів психологічного дослідження: об'єктивності, системності, комплексності, валідності та етичності. Усі учасниці були попередньо ознайомлені з метою дослідження, його умовами та принципами конфіденційності. Участь у дослідженні була добровільною, а отримані результати використовувалися виключно в узагальненому вигляді для наукового аналізу.

Емпірична база дослідження включала вибірку жінок репродуктивного віку. У дослідженні взяли участь 30 жінок віком від 20 до 30 років. Такий віковий діапазон був обраний з огляду на те, що саме в цей період питання створення сім'ї, народження та виховання дітей набувають особливої актуальності, а психологічна готовність до материнства проходить активний етап становлення та усвідомлення.

До вибірки були включені жінки, які не мають дітей або перебувають на етапі планування материнства. Основними критеріями відбору респонденток стали: добровільна згода на участь у дослідженні, відсутність діагностованих тяжких психічних розладів, а також можливість повноцінного виконання психодіагностичних завдань. Соціальний статус учасниць був різноманітним: до вибірки увійшли студентки, працюючі жінки, а також тимчасово непрацевлаштовані особи. Це дало змогу отримати більш об’єктивну картину досліджуваного явища.

Організація емпіричного дослідження передбачала кілька послідовних етапів.

На першому етапі було здійснено теоретичний аналіз наукової літератури з проблематики психологічної готовності до материнства, емоційної чутливості та лагідності. Було визначено основні теоретичні підходи до розуміння досліджуваних феноменів, уточнено понятійно-категоріальний апарат, сформульовано мету, завдання, об’єкт, предмет і гіпотезу дослідження.

Другий етап полягав у доборі психодіагностичного інструментарію. При виборі методик враховувалися їхня надійність, валідність, відповідність меті дослідження, а також можливість комплексного вивчення емоційної сфери особистості та її готовності до материнства.

Третій етап включав безпосереднє проведення психодіагностичного обстеження респонденток. Дослідження проводилося в індивідуальній формі або в малих групах у спокійних умовах, що сприяло зосередженості учасниць та достовірності відповідей. Середній час проходження комплексу методик становив 40–50 хвилин.

Четвертий етап передбачав обробку, аналіз та інтерпретацію отриманих результатів із використанням методів математичної статистики.

Для досягнення поставленої мети було використано комплекс взаємодоповнюючих психодіагностичних методик.

Для реалізації поставленої мети та перевірки висунутої гіпотези було використано комплекс стандартизованих психодіагностичних методик, які дозволили здійснити всебічний аналіз емоційної чутливості, лагідності та психологічної готовності до материнства.

1. Методика діагностики рівня емпатії Мехрабіана–Епштейна (в українській адаптації). В Україні цю методику найчастіше використовують без спеціальної авторської адаптації, просто в перекладі.

Методика є валідним психодіагностичним інструментом для оцінювання здатності особистості до емоційного співпереживання, співчуття та емоційного відгуку на переживання інших людей.

Методика складається з низки тверджень, що характеризують різні аспекти емоційного реагування. Респонденткам пропонується оцінити ступінь своєї згоди з кожним твердженням за шкалою.

Методика дозволяє оцінити:

– здатність до емоційного співпереживання;

– рівень чутливості до емоційних станів інших;

– схильність до емоційної підтримки;

– глибину емоційного відгуку.

За результатами тестування визначаються три рівні емоційної чутливості:

– низький рівень – слабка емоційна включеність у переживання інших;

– середній рівень – достатній розвиток емпатичних здібностей;

– високий рівень – виражена емоційна чутливість та здатність до співпереживання.

Застосування цієї методики є доцільним, оскільки високий рівень емоційної чутливості є важливим чинником формування психологічної готовності до материнства.

2. Для діагностики лагідності як особистісної характеристики було використано П’ятифакторний особистісний опитувальник Big Five (Р. МакКрей, П. Коста), зокрема шкалу «Доброзичливість» (Agreeableness) в

українській адаптації. (Big Five в Україні часто використовують у адаптаціях різних авторів, найпоширеніша — через переклади О. Хромова, В. Орла або локальні версії).

Дана шкала дозволяє оцінити рівень вираженості таких особистісних характеристик:

– доброзичливість;

– турботливість;

– м’якість у взаємодії;

– терпимість;

– схильність до співпраці;

– довірливість;

– емоційна теплота.

Респонденткам пропонувалося оцінити серію тверджень за п’ятибальною шкалою залежно від ступеня їх відповідності власним особистісним характеристикам.

Інтерпретація результатів передбачає виокремлення трьох рівнів:

– низький рівень – схильність до жорсткості, критичності, емоційної дистанційованості;

– середній рівень – ситуативний прояв лагідності;

– високий рівень – стійка доброзичливість, чуйність та м’якість.

Саме ця шкала була обрана як індикатор лагідності, оскільки відображає здатність до теплих емоційних взаємин, необхідних у реалізації материнської ролі.

3. Методика дослідження батьківських установок PARI (Parental Attitude Research Instrument) в адаптації Т. В. Нещерет.

Для дослідження психологічної готовності до материнства було використано методику PARI (Parental Attitude Research Instrument), розроблену американськими психологами Е. Шефером та Р. Беллом.

Методика спрямована на вивчення особливостей ставлення жінки до майбутнього материнства, виховання дитини, сімейних ролей та готовності до виконання материнських функцій.

Опитувальник дозволяє оцінити:

– ставлення до материнської ролі;

– рівень емоційного прийняття дитини;

– готовність до турботи та відповідальності;

– особливості сімейних установок;

– схильність до партнерської чи авторитарної взаємодії.

У межах даного дослідження аналізувалися шкали, що безпосередньо характеризують психологічну готовність до материнства.

За результатами тестування визначалися три рівні:

– низький рівень – недостатня сформованість материнської установки;

– середній рівень – часткова психологічна готовність;

– високий рівень – сформована позитивна установка на материнство.

4. Методи математико-статистичної обробки даних. Для аналізу отриманих емпіричних результатів застосовувалися методи математичної статистики.

Зокрема використовувалися:

– відсотковий аналіз – для розподілу респонденток за рівнями прояву досліджуваних характеристик;

– кореляційний аналіз Пірсона – для встановлення взаємозв’язків між показниками емоційної чутливості, лагідності та психологічної готовності до материнства.

Коефіцієнт кореляції Пірсона дозволив виявити силу та напрямок статистичного зв’язку між досліджуваними змінними, що стало основою для перевірки гіпотези дослідження.

У процесі дослідження було висунуто припущення про існування позитивного статистично значущого зв’язку між рівнем емоційної чутливості та психологічною готовністю до материнства, а також між рівнем лагідності та готовністю до виконання материнської ролі. Передбачалося, що жінки з вищими показниками емоційної чутливості та лагідності демонструватимуть більш сформовану психологічну готовність до материнства.

Таким чином, організація емпіричного дослідження та обраний комплекс методів забезпечили можливість всебічного аналізу впливу емоційної чутливості та лагідності на психологічну готовність до материнства. Використаний психодіагностичний інструментарій дозволив отримати достовірні емпіричні дані, які стали основою для подальшого аналізу та формулювання практичних висновків щодо особливостей формування готовності жінки до майбутнього материнства.

2.2. Аналіз результатів дослідження особливостей психологічної готовності до материнства

Першим етапом емпіричного дослідження стало визначення рівня емоційної чутливості респонденток за допомогою методики діагностики рівня емпатії Мехрабіана–Епштейна. Дана методика дозволила оцінити здатність учасниць до емоційного співпереживання, розуміння емоційних станів інших людей, чутливості до переживань оточуючих та готовності до емоційної підтримки.

Емоційна чутливість виступає важливою передумовою формування стійкого емоційного контакту між матір'ю та дитиною, що сприяє розвитку довірливих взаємин і забезпечує повноцінний психоемоційний розвиток дитини. Саме високий рівень емпатійного реагування дозволяє майбутній матері адекватно інтерпретувати невербальні прояви дитини, виявляти турботу та забезпечувати психологічний комфорт у процесі взаємодії.

За результатами проведеного тестування було здійснено кількісний аналіз отриманих показників, на основі якого всі респондентки були класифіковані за ступенем вираженості емпатичних здібностей. Відповідно до встановлених діагностичних критеріїв учасниць дослідження було розподілено на три групи: з низьким, середнім та високим рівнем розвитку емоційної чутливості.

Таблиця 2.1 – Розподіл респонденток за рівнем емоційної чутливості за методикою Мехрабіана–Епштейна

Рівень емоційної чутливості	Кількість осіб	Відсоток (%)
Низький	5	16,7 %
Середній	16	53,3 %
Високий	9	30,0 %
Усього	30	100 %

Аналіз отриманих результатів показав, що найбільша кількість респонденток продемонструвала середній рівень емоційної чутливості – 16 осіб, що становить 53,3 % вибірки.

Це свідчить про те, що більшість досліджуваних характеризуються достатнім рівнем розвитку емпатичних здібностей, здатністю до емоційного відгуку та співпереживання, проте ці якості можуть проявлятися ситуативно та залежати від конкретних обставин.

Високий рівень емоційної чутливості було виявлено у 9 респонденток (30,0 %). Учасниці цієї групи демонструють виражену здатність до глибокого емоційного співпереживання, високий рівень чутливості до емоційних станів інших людей, готовність до підтримки та емоційної взаємодії.

Саме така емоційна налаштованість є сприятливою основою для формування психологічної готовності до материнства, оскільки передбачає високий рівень здатності до встановлення емоційного контакту з дитиною.

Низький рівень емоційної чутливості було зафіксовано у 5 респонденток (16,7 %).

Представниці цієї групи характеризуються менш вираженою здатністю до емоційного відгуку, певною стриманістю у виявленні співпереживання та недостатньою чутливістю до емоційних станів інших.

Такі показники можуть свідчити про потенційні труднощі у формуванні емоційно насиченої взаємодії з майбутньою дитиною та потребують психологічного супроводу.

Для більш наочного представлення отриманих результатів побудовано діаграму.

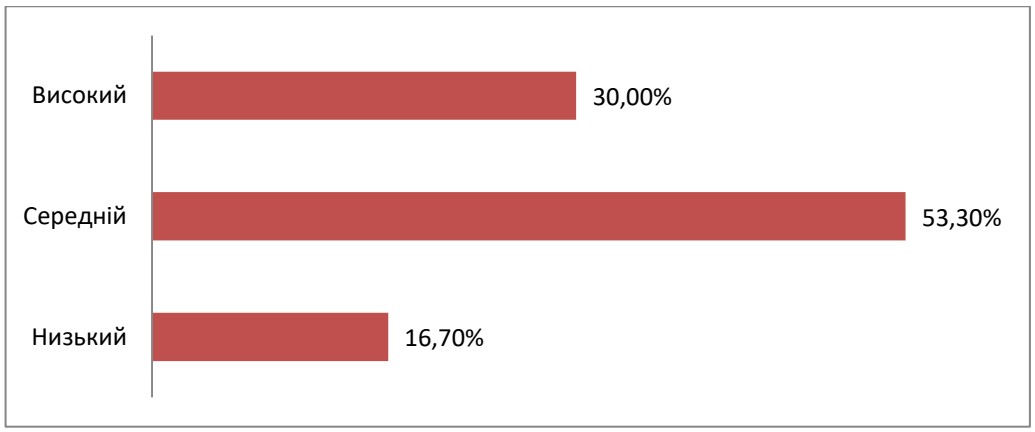


Рисунок 2.1. – Розподіл респонденток за рівнем емоційної чутливості

Аналіз діаграми підтверджує переважання середнього рівня емоційної чутливості серед досліджуваних.

Отримані результати свідчать про те, що більшість респонденток володіють достатнім потенціалом до емпатійної взаємодії, що є важливою передумовою формування позитивної психологічної готовності до материнства.

Водночас наявність групи жінок із низьким рівнем емоційної чутливості вказує на необхідність проведення психологічної роботи, спрямованої на розвиток емпатійності, емоційної відкритості та навичок емоційного контакту.

Таким чином, результати дослідження за методикою Мехрабіана–Епштейна дозволяють зробити висновок, що емоційна чутливість у більшості респонденток сформована на достатньому рівні, однак її вираженість суттєво варіюється, що може по-різному впливати на рівень психологічної готовності до материнства.

Другим етапом емпіричного дослідження стало визначення рівня лагідності респонденток за допомогою п’ятифакторного особистісного опитувальника Big Five (Р. МакКрей, П. Коста).

У межах даного дослідження особлива увага приділялася аналізу другого основного чинника – «Прихильність – відособленість», оскільки саме цей фактор найбільш повно відображає рівень лагідності як психологічної характеристики.

Кількісна вираженість цього чинника визначалася шляхом підсумовування балів за п’ятьма первинними факторами:

–Теплота – байдужість;

–Співробітництво – суперництво;

–Довірливість – підозрілість;

–Розуміння – нерозуміння;

–Повага інших – самоповага.

Максимально можливий показник за основним чинником становив 75 балів, мінімальний – 15 балів.

Інтерпретація результатів здійснювалася за такими рівнями:

– високий рівень (51–75 балів) – виражена лагідність, доброзичливість, емоційна теплота, здатність до співчуття та підтримки;

– середній рівень (31–50 балів) – помірно виражена лагідність, ситуативний прояв доброзичливості;

– низький рівень (15–30 балів) – емоційна стриманість, дистанційованість, схильність до формального типу взаємодії.

Результати дослідження представлені в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2 – Розподіл респонденток за рівнем вираженості фактора «Прихильність – відособленість»

Рівень лагідності	Кількість осіб	Відсоток (%)
Низький	4	13,3 %
Середній	18	60,0 %
Високий	8	26,7 %
Усього	30	100 %

Отримані результати свідчать про те, що найбільша кількість респонденток – 18 осіб (60,0 %) – продемонстрували середній рівень вираженості фактора «Прихильність – відособленість».

Це означає, що для більшості досліджуваних характерний достатній рівень доброзичливості, відкритості до міжособистісної взаємодії та готовності до співробітництва, однак прояв цих якостей значною мірою залежить від конкретних життєвих ситуацій.

Респондентки із середнім рівнем демонструють здатність до емпатійної взаємодії, проте не завжди проявляють стабільну емоційну теплоту чи безумовну готовність до підтримки інших.

Високий рівень лагідності було виявлено у 8 респонденток (26,7 %).

Представниці цієї групи характеризуються вираженими показниками теплоти, довірливості, співробітництва та розуміння.

Для них притаманні:

– емоційна відкритість;

– готовність до підтримки;

– схильність до співпереживання;

– високий рівень терпимості;

– здатність до встановлення довірливих стосунків.

Такі характеристики є важливою психологічною основою майбутнього материнства, оскільки забезпечують формування безпечного емоційного контакту між матір'ю та дитиною.

Низький рівень лагідності було зафіксовано у 4 респонденток (13,3 %).

Учасниці цієї групи можуть характеризуватися:

– певною емоційною відстороненістю;

– меншою довірливістю;

– схильністю до конкурентної взаємодії;

– труднощами в емоційному прийнятті інших.

Такі особливості можуть негативно впливати на формування гармонійної материнської позиції та потребують психологічної корекції.

Для більш наочного представлення результатів побудовано діаграму.

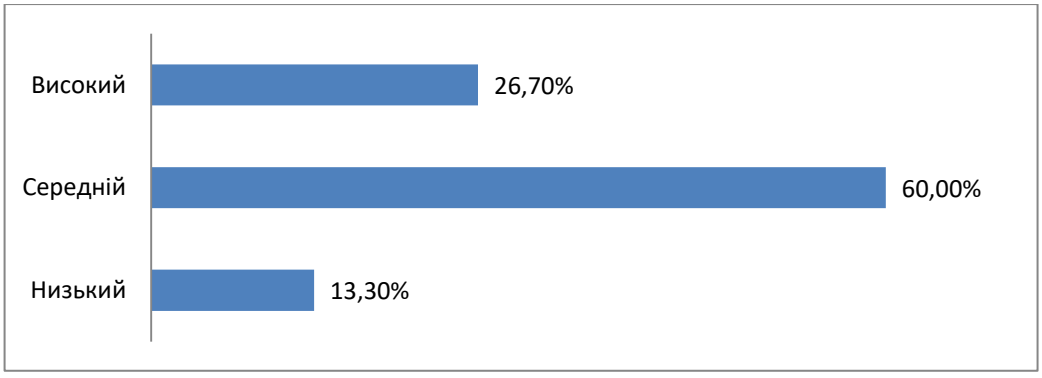


Рисунок 2.2. – Розподіл респонденток за рівнем лагідності

Аналіз отриманих результатів дозволяє зробити висновок, що більшість досліджуваних характеризуються достатнім рівнем сформованості лагідності.

Переважання середнього рівня свідчить про наявність потенціалу для розвитку особистісних якостей, необхідних для ефективної реалізації материнської ролі.

Водночас наявність групи респонденток із низькими показниками вказує на необхідність психологічної роботи, спрямованої на розвиток емпатійності, емоційної відкритості та навичок підтримувальної взаємодії.

Третім етапом емпіричного дослідження стало визначення рівня психологічної готовності до материнства за допомогою методики PARI (Parental Attitude Research Instrument).

Застосування цієї методики дозволило оцінити ставлення респонденток до майбутньої материнської ролі, рівень сформованості позитивної материнської установки, готовність до емоційного прийняття дитини та усвідомлення відповідальності, пов’язаної з виконанням материнських функцій.

Психологічна готовність до материнства розглядалася як інтегральна характеристика особистості, що включає:

– позитивне ставлення до народження та виховання дитини;

– усвідомлення материнської відповідальності;

– готовність до зміни життєвих пріоритетів;

– емоційну зрілість;

– здатність до турботи.

Особливе значення в межах даного дослідження приділялося тому, що психологічна готовність до материнства є не лише результатом соціального чи вікового дозрівання, а й складним особистісним утворенням, яке формується під впливом емоційного досвіду, індивідуально-психологічних особливостей та системи життєвих цінностей жінки. Саме тому рівень її сформованості може виступати важливим показником внутрішньої готовності до прийняття материнської ролі, здатності до побудови

гармонійної взаємодії з майбутньою дитиною та адаптації до нових життєвих умов.

За результатами діагностики всі респондентки були розподілені на три рівні психологічної готовності.

Таблиця 2.3 – Розподіл респонденток за рівнем психологічної готовності до материнства за методикою PARI

Рівень готовності	Кількість осіб	Відсоток (%)
Низький	5	16,7 %
Середній	18	60,0 %
Високий	7	23,3 %
Усього	30	100 %

Аналіз результатів показав, що найбільша кількість респонденток – 18 осіб (60,0 %) – мають середній рівень психологічної готовності до материнства.

Це свідчить про наявність у більшості учасниць сформованого позитивного ставлення до материнства, однак їхня готовність ще не є цілком завершеною.

Такі жінки загалом усвідомлюють значущість материнської ролі, але можуть мати певні сумніви щодо власної готовності до відповідальності чи змін у житті.

Високий рівень психологічної готовності було виявлено у 7 респонденток (23,3 %).

Представниці цієї групи характеризуються:

– позитивним емоційним ставленням до материнства;

– усвідомленою готовністю до турботи про дитину;

– високою відповідальністю;

– психологічною зрілістю;

– сформованою материнською позицією.

Ці показники свідчать про високий потенціал до гармонійної реалізації материнської ролі.

Низький рівень психологічної готовності зафіксовано у 5 респонденток (16,7 %).

Для цієї групи характерні:

– недостатня сформованість материнських установок;

– емоційна невизначеність;

– низька готовність до відповідальності;

– внутрішні сумніви щодо прийняття материнської ролі.

Для більш наочного представлення результатів побудовано діаграму.

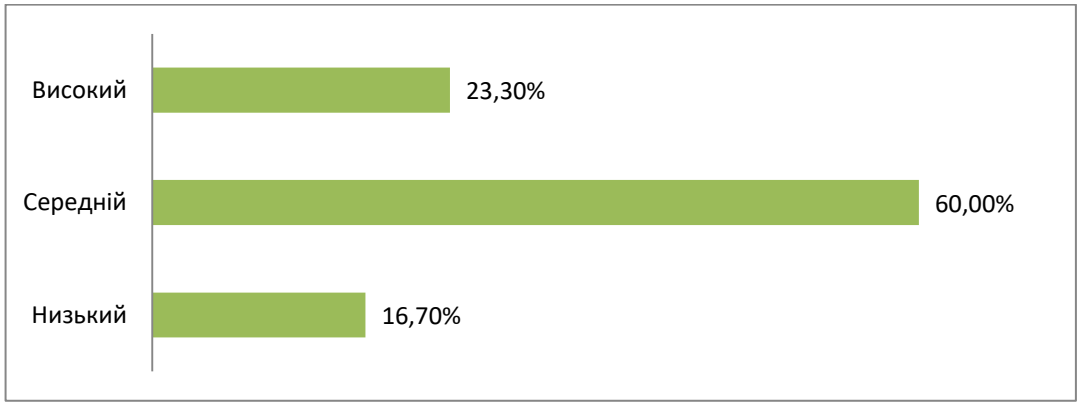


Рисунок 2.3. – Розподіл респонденток за рівнем психологічної готовності до материнства

Отримані результати свідчать про переважання середнього рівня психологічної готовності до материнства серед респонденток.

Це дає підстави стверджувати, що більшість досліджуваних мають достатній потенціал для розвитку материнської готовності, який може бути реалізований за умови позитивного особистісного розвитку та психологічної підтримки.

З метою перевірки висунутої гіпотези дослідження було проведено кореляційний аналіз між показниками емоційної чутливості (EMP), лагідності (BIG5) та психологічної готовності до материнства (PARI).

Оскільки вибірка дослідження становила 30 респонденток, а отримані показники мають порядковий характер, для статистичної обробки результатів було використано непараметричні коефіцієнти рангової кореляції Кендалла (Kendall’s tau-b) та Спірмена (Spearman’s rho).

Використання двох методів дозволило підвищити надійність статистичної інтерпретації та підтвердити стабільність виявлених взаємозв’язків.

Результати кореляційного аналізу наведено в таблиці 2.4.

Таблиця 2.4 – Результати кореляційного аналізу між досліджуваними показниками

Показники	Kendall’s tau-b	Spearman’s rho	Рівень значущості
EMP – BIG5	0,817	0,833	$p < 0,001$
EMP – PARI	0,955	0,959	$p < 0,001$
BIG5 – PARI	0,763	0,782	$p < 0,001$

Аналіз отриманих результатів свідчить про наявність статистично значущих позитивних кореляційних зв’язків між усіма досліджуваними показниками, оскільки для всіх пар змінних рівень статистичної значущості становить $p < 0,001$, що значно нижче критичного рівня $p \leq 0,01$.

Це дозволяє стверджувати, що виявлені взаємозв’язки не є випадковими та мають високу статистичну достовірність.

Між показниками емоційної чутливості та лагідності було виявлено сильний позитивний кореляційний зв’язок:

– Kendall’s tau-b = 0,817

– Spearman’s rho = 0,833

– $p < 0,001$

Отримані значення свідчать про те, що зі зростанням рівня емоційної чутливості у респонденток підвищується і рівень лагідності.

Це означає, що жінки, які характеризуються більшою здатністю до емоційного співпереживання, чутливістю до емоційних станів інших людей та схильністю до емпатійного реагування, одночасно демонструють вищий рівень доброзичливості, теплоти, терпимості та готовності до підтримувальної взаємодії.

Такий результат є психологічно закономірним, оскільки емпатія виступає важливою основою формування лагідної поведінки.

Найбільш виражений кореляційний зв’язок було зафіксовано між показниками емоційної чутливості та психологічної готовності до материнства:

- Kendall’s tau-b = 0,955
- Spearman’s rho = 0,959
- $p < 0,001$

Ці значення свідчать про дуже сильний позитивний статистично значущий зв’язок.

Це означає, що чим вищим є рівень емоційної чутливості респонденток, тим більш сформованою є їхня психологічна готовність до виконання материнської ролі.

Отриманий результат підтверджує, що здатність до емоційного розуміння, співпереживання, емоційної включеності та чутливого реагування є однією з ключових психологічних передумов готовності до материнства.

Практично це означає, що емоційно чутливі жінки більшою мірою:

– усвідомлюють значущість материнства;

– готові до емоційного контакту з майбутньою дитиною;

– демонструють вищий рівень відповідальності;

– мають сформованішу позитивну материнську установку.

Між показниками лагідності та психологічної готовності до материнства також виявлено сильний позитивний зв’язок:

- Kendall’s tau-b = 0,763
- Spearman’s rho = 0,782
- $p < 0,001$

Отримані результати свідчать про те, що зі зростанням рівня лагідності підвищується і рівень психологічної готовності до материнства.

Це означає, що респондентки, які характеризуються доброзичливістю, м’якістю, терпимістю, схильністю до співробітництва та емоційної підтримки, є більш психологічно підготовленими до прийняття материнської ролі.

Лагідність як особистісна характеристика сприяє формуванню емоційно безпечного стилю взаємодії, що є необхідною умовою гармонійного материнства.

Порівняння отриманих коефіцієнтів дозволяє встановити ієрархію сили взаємозв'язків:

1 місце: EMP – PARI (0,959)

2 місце: EMP – BIG5 (0,833)

3 місце: BIG5 – PARI (0,782)

Це свідчить про те, що емоційна чутливість є найбільш вагомим психологічним предиктором готовності до материнства серед досліджуваних характеристик.

Лагідність також має істотний вплив, однак її зв'язок із психологічною готовністю є дещо слабшим порівняно з емоційною чутливістю.

Гіпотеза дослідження полягала в припущенні, що: високий рівень розвитку емоційної чутливості та лагідності позитивно впливає на формування психологічної готовності жінки до материнства; між показниками емоційної чутливості, лагідності та рівнем психологічної готовності до материнства існує статистично значущий позитивний взаємозв'язок.

Отримані результати кореляційного аналізу повністю підтвердили висунуту гіпотезу.

Було встановлено, що:

– між емоційною чутливістю та психологічною готовністю до материнства існує дуже сильний позитивний зв'язок;

– між лагідністю та психологічною готовністю до материнства існує сильний позитивний зв'язок;

– між емоційною чутливістю та лагідністю також спостерігається сильний позитивний взаємозв'язок.

Таким чином, можна зробити висновок, що розвиток емоційної чутливості та лагідності є важливим психологічним чинником формування готовності жінки до майбутнього материнства.

Отримані результати підтверджують доцільність розробки психологічних програм, спрямованих на розвиток емпатії, емоційної відкритості та підтримувального стилю міжособистісної взаємодії як засобу підвищення психологічної готовності до материнства.

2.3. Практичні рекомендації щодо розвитку психологічної готовності до материнства через посилення чутливості та лагідності

Результати проведеного емпіричного дослідження підтвердили наявність статистично значущого позитивного взаємозв'язку між рівнем емоційної чутливості, лагідності та психологічною готовністю жінки до материнства. Виявлені кореляційні зв'язки свідчать про те, що формування психологічної готовності до виконання материнської ролі значною мірою залежить від рівня розвитку емоційно-особистісної сфери жінки, зокрема її здатності до емпатійного реагування, емоційного прийняття іншої людини, прояву доброзичливості, терпимості та підтримувальної поведінки. Отримані результати узгоджуються з позицією дослідників, які розглядають психологічну готовність до материнства як складне інтегративне утворення, що формується під впливом індивідуально-психологічних, соціальних та емоційно-ціннісних чинників [1, 51].

Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості розробки психологічних рекомендацій, спрямованих на розвиток психологічної готовності до материнства шляхом цілеспрямованого формування емоційної чутливості та лагідності. Такі рекомендації можуть бути використані психологами, соціальними педагогами, консультантами центрів репродуктивного здоров'я, викладачами закладів освіти, а також самими жінками, які перебувають на етапі особистісного самовизначення щодо майбутнього материнства.

Насамперед важливим напрямом розвитку психологічної готовності до материнства є формування емоційної усвідомленості. Емоційна чутливість

неможлива без здатності жінки розпізнавати власні емоційні стани, усвідомлювати їх причини та адекватно реагувати на них. Недостатній рівень емоційної усвідомленості може призводити до труднощів у міжособистісній взаємодії, зниження здатності до емоційного відгуку та ускладнення встановлення глибокого емоційного контакту з майбутньою дитиною. Саме тому доцільним є систематичне використання вправ на розвиток емоційного інтелекту, ведення щоденника емоцій, самоаналізу власних реакцій та рефлексії [16, 149].

Особливу увагу слід приділяти розвитку емпатійного слухання. Емпатійне слухання передбачає вміння уважно сприймати емоційний стан іншої людини, не оцінюючи її переживань і не нав'язуючи власних інтерпретацій. Розвинена здатність до такого типу взаємодії є важливою основою майбутнього материнства, адже дитина, особливо у ранньому віці, не може вербально виражати свої потреби, а тому материнське розуміння ґрунтується переважно на тонкому емоційному сприйнятті. Для розвитку цієї здатності ефективними є тренінги активного слухання, психологічні вправи на ідентифікацію емоційних станів, аналіз невербальної поведінки співрозмовника [7, 23].

Ще одним важливим напрямом є формування навичок емоційної саморегуляції. Материнство нерідко супроводжується підвищеним емоційним навантаженням, стресом, тривогою та необхідністю швидко адаптуватися до нових життєвих умов. За відсутності розвинених навичок саморегуляції жінка може переживати емоційне виснаження, підвищену дратівливість або внутрішню напругу, що негативно позначається на якості материнської взаємодії. Саме тому рекомендується освоєння технік релаксації, дихальних практик, методів усвідомленої присутності, когнітивної перебудови негативних емоційних установок [18, 112].

Важливим практичним аспектом є розвиток лагідності як стійкої особистісної характеристики. Лагідність проявляється через доброзичливість, терпимість, м'якість у взаємодії, готовність до підтримки та прийняття іншої

людини. Для майбутньої матері ця риса є надзвичайно значущою, оскільки саме вона створює психологічну основу для безпечної прив'язаності дитини, формування довіри та позитивного емоційного середовища [39, 287].

Одним із засобів розвитку лагідності є практика усвідомленого прийняття інших людей. Для цього можуть використовуватися вправи на безоцінне сприйняття, аналіз ситуацій міжособистісної взаємодії, розвиток толерантності до відмінностей та індивідуальних особливостей інших. Такі практики допомагають жінці формувати більш гнучку систему реагування, знижують рівень критичності та сприяють розвитку терпимості [10, 60].

Доцільним є також залучення жінок до групових психологічних тренінгів, спрямованих на розвиток емпатії та підтримувальної поведінки. Групова взаємодія створює умови для проживання емоційного досвіду, отримання зворотного зв'язку, формування навичок конструктивної комунікації та розширення власних моделей поведінки. У процесі таких занять жінки мають можливість навчатися проявляти чуйність, прийняття та підтримку в реальних міжособистісних ситуаціях [6, 71].

Особливе значення має психологічне консультування з питань материнської ідентичності. Часто недостатній рівень психологічної готовності до материнства зумовлений внутрішніми конфліктами, суперечливими уявленнями про материнство, страхом втрати особистісної автономії або негативним сімейним досвідом. У межах індивідуальної консультативної роботи психолог може допомогти жінці усвідомити власні установки щодо материнства, пропрацювати внутрішні бар'єри та сформувати позитивний образ майбутньої материнської ролі [12, 103].

Практичним напрямом розвитку готовності до материнства є формування позитивного образу материнства через психоосвіту. Недостатня поінформованість про психологічні аспекти материнства нерідко спричиняє тривожність та невпевненість. Проведення лекцій, семінарів, психологічних воркшопів, присвячених питанням емоційного розвитку дитини, особливостям ранньої прив'язаності, психології материнства, сприяє усвідомленому ставленню до майбутньої ролі [2, 242].

Важливим засобом розвитку психологічної готовності до материнства є аналіз власного дитячого досвіду та взаємин із матір'ю. Відомо, що материнські сценарії значною мірою формуються на основі моделей, засвоєних у власній батьківській сім'ї. Якщо жінка мала досвід емоційного відчуження, надмірної критичності або недостатньої підтримки, це може ускладнювати формування позитивного ставлення до материнства. Психологічна рефлексія такого досвіду дозволяє переосмислити наявні установки та сформувати більш конструктивну модель майбутнього материнства [32, 281].

Доцільним є розвиток навичок турботливої взаємодії через практичний досвід. Це може реалізовуватися через участь у волонтерських програмах допомоги дітям, взаємодію з молодшими членами родини, участь у програмах соціального наставництва. Безпосередній досвід турботи сприяє формуванню відповідальності, емоційної включеності та впевненості у власних можливостях [23, 198].

Особливої уваги потребує робота зі страхами та тривогами, пов'язаними з материнством. Багато жінок переживають страх невідповідності ролі матері, тривогу щодо власної компетентності або побоювання життєвих змін. У таких випадках ефективними є методи когнітивно-поведінкової терапії, арттерапевтичні техніки, метафоричні асоціативні карти, спрямовані на опрацювання внутрішніх переживань [20, 105].

Важливою рекомендацією є формування навичок партнерської взаємодії в сім'ї. Психологічна готовність до материнства значною мірою пов'язана з відчуттям емоційної підтримки з боку партнера та готовністю до спільного виконання батьківських функцій. Саме тому доцільними є сімейні консультації, тренінги комунікативної компетентності, розвиток навичок відкритого емоційного діалогу [29, 94].

Не менш важливим є розвиток здатності до самоприйняття та особистісної зрілості. Жінка, яка приймає власні сильні та слабкі сторони,

має більш стійку самооцінку та здатна до конструктивного ставлення до власних помилок, значно легше адаптується до материнської ролі. Самоприйняття створює основу для безумовного прийняття дитини, що є фундаментом гармонійної материнської взаємодії [37, 134].

Практичні рекомендації мають реалізовуватися комплексно та систематично. Разові заходи, як правило, не забезпечують стійких змін, тоді як тривала робота над розвитком емоційної чутливості та лагідності сприяє поступовому формуванню внутрішньої готовності до материнства.

З огляду на результати проведеного дослідження можна рекомендувати створення спеціальних програм психологічної підготовки жінок до материнства, які б включали тренінгові, консультативні та психоосвітні компоненти. Такі програми можуть бути впроваджені в діяльність центрів планування сім'ї, закладів вищої освіти, психологічних служб та центрів соціальної підтримки молоді.

Отже, розвиток психологічної готовності до материнства є складним і багатовекторним процесом, ефективність якого значною мірою визначається рівнем сформованості емоційної чутливості та лагідності. Посилення цих особистісних характеристик сприяє формуванню позитивної материнської установки, емоційної зрілості, здатності до прийняття відповідальності та створення гармонійного емоційного контакту з майбутньою дитиною. Саме тому практична робота у цьому напрямі є важливим ресурсом формування усвідомленого й психологічно зрілого материнства.

Висновки до другого розділу

У другому розділі здійснено емпіричне дослідження впливу емоційної чутливості та лагідності на психологічну готовність жінок до материнства, а також проведено аналіз отриманих результатів із подальшою їх інтерпретацією та статистичною перевіркою висунутої гіпотези.

У межах дослідження було сформовано вибірку з 30 жінок репродуктивного віку (20–30 років), які не мають дітей або перебувають на етапі планування материнства. Організація емпіричного етапу включала

комплексну діагностику із застосуванням валідних психодіагностичних методик: опитувальника емпатії Мехрабіана–Епштейна, п’ятифакторного опитувальника особистості Big Five (шкала «Доброзичливість») та методики PARI для визначення психологічної готовності до материнства. Для обробки даних застосовано методи описової статистики та кореляційний аналіз (коефіцієнти Спірмена та Кендалла).

Результати дослідження емоційної чутливості показали переважання середнього рівня емпатійності (53,3 %), що свідчить про достатній, але ситуативно нестійкий розвиток здатності до емоційного співпереживання. Високий рівень виявлено у 30 % респонденток, що характеризує їх як емоційно чутливих та схильних до глибокого емпатійного реагування. Низький рівень (16,7 %) вказує на наявність групи жінок із недостатньо сформованою емоційною включеністю.

Аналіз рівня лагідності (доброзичливості) засвідчив домінування середнього рівня (60 %), що відображає помірну вираженість доброзичливості та емоційної теплоти. Високі показники (26,7 %) свідчать про наявність групи жінок із вираженою здатністю до підтримки, довіри та емпатійної взаємодії. Низький рівень (13,3 %) виявився менш поширеним, однак характеризує респонденток із тенденцією до емоційної дистанційованості.

Дослідження психологічної готовності до материнства за методикою PARI показало аналогічну тенденцію: більшість респонденток (60 %) мають середній рівень готовності, що свідчить про наявність позитивного ставлення до материнства за умови недостатньої внутрішньої впевненості. Високий рівень (23,3 %) характеризує жінок із сформованою материнською позицією, тоді як низький рівень (16,7 %) відображає недостатню сформованість відповідних установок.

Кореляційний аналіз виявив статистично значущі позитивні взаємозв’язки між усіма досліджуваними змінними ($p < 0,001$). Найсильніший зв’язок встановлено між емоційною чутливістю та

психологічною готовністю до материнства (ρ = 0,959), що дозволяє визначити емпатію як ключовий предиктор материнської готовності. Також виявлено сильний зв’язок між емоційною чутливістю та лагідністю (ρ = 0,833), а також між лагідністю і готовністю до материнства (ρ = 0,782).

Отримані результати повністю підтвердили гіпотезу дослідження про те, що високий рівень емоційної чутливості та лагідності позитивно впливає на формування психологічної готовності жінки до материнства. Встановлено, що саме емоційна чутливість має найбільшу вагу у структурі досліджуваних чинників.

Таким чином, результати емпіричного дослідження засвідчили, що психологічна готовність до материнства є інтегративним утворенням, тісно пов’язаним із розвитком емоційно-особистісної сфери жінки. Виявлені закономірності підкреслюють доцільність психологічної роботи, спрямованої на розвиток емпатії, доброзичливості та емоційної зрілості як важливих умов формування усвідомленого та гармонійного материнства.

ВИСНОВКИ

У результаті проведеного теоретико-емпіричного дослідження, присвяченого вивченню емоційної чутливості та лагідності як детермінант формування психологічної готовності жінки до материнства, було узагальнено основні наукові підходи до проблеми, визначено її ключові психологічні закономірності та емпірично підтверджено висунуті теоретичні положення.

У першому розділі роботи здійснено ретроспективний аналіз наукових джерел, що дозволив встановити, що проблема материнства традиційно розглядається в межах різних психологічних підходів: гуманістичного, психоаналітичного, соціально-психологічного та сучасних інтегративних концепцій. У межах цих підходів материнство трактується не лише як біологічна чи соціальна функція, а як складне особистісне утворення, що включає емоційні, когнітивні та поведінкові компоненти. Було встановлено, що емоційна чутливість і лагідність розглядаються дослідниками як базові емоційно-особистісні характеристики, які забезпечують формування здатності до емпатії, турботи та прийняття іншої людини.

У процесі теоретичного аналізу визначено, що емоційна чутливість виступає ключовим механізмом емоційного реагування особистості, який забезпечує здатність до розпізнавання, розуміння та співпереживання емоційних станів інших людей. Лагідність, у свою чергу, розглядається як стійка особистісна властивість, що проявляється у доброзичливості, терпимості, емоційній теплоті та готовності до підтримувальної взаємодії. Сукупність цих характеристик створює психологічне підґрунтя для формування позитивної материнської позиції.

Аналіз наукових підходів також дозволив встановити, що психологічна готовність до материнства є інтегративним утворенням, яке включає емоційний, мотиваційний, ціннісний та поведінковий компоненти. Вона

формується під впливом індивідуально-психологічних особливостей жінки, її життєвого досвіду та соціального оточення. Важливим висновком теоретичного розділу стало положення про те, що саме емоційна сфера особистості відіграє визначальну роль у становленні материнської готовності, оскільки забезпечує якість емоційного контакту з майбутньою дитиною.

Другий розділ роботи був присвячений емпіричному дослідженню впливу емоційної чутливості та лагідності на психологічну готовність до материнства. У дослідженні взяли участь 30 жінок репродуктивного віку, які не мають дітей або перебувають на етапі планування материнства. Для реалізації мети було використано комплекс стандартизованих психодіагностичних методик, що дозволило забезпечити комплексний аналіз досліджуваних феноменів.

Отримані емпіричні результати засвідчили, що у більшості респонденток спостерігається середній рівень емоційної чутливості, лагідності та психологічної готовності до материнства. Це свідчить про наявність загалом сформованого, але ще недостатньо стабільного емоційно-особистісного підґрунтя для реалізації материнської ролі. Частина респонденток продемонструвала високі показники за всіма досліджуваними шкалами, що характеризує їх як емоційно зрілих, емпатійних та психологічно готових до материнства. Водночас наявність групи з низькими показниками свідчить про існування психологічних труднощів у формуванні материнської позиції.

Особливо важливими є результати кореляційного аналізу, які підтвердили наявність статистично значущих позитивних взаємозв’язків між емоційною чутливістю, лагідністю та психологічною готовністю до материнства. Було встановлено, що найсильніший зв’язок існує між емоційною чутливістю та готовністю до материнства, що дозволяє розглядати емпатію як провідний психологічний чинник у структурі материнської готовності. Також виявлено суттєвий взаємозв’язок між

лагідністю та готовністю до материнства, що підтверджує важливість доброзичливості та емоційної теплоти у формуванні позитивної материнської установки.

Отримані результати дали підстави стверджувати, що гіпотеза дослідження повністю підтвердилася. Високий рівень емоційної чутливості та лагідності дійсно сприяє формуванню більш вираженої психологічної готовності жінки до материнства. Таким чином, емоційно-особистісні характеристики виступають важливими детермінантами становлення материнської сфери особистості.

У межах дослідження також було розроблено практичні рекомендації, спрямовані на розвиток психологічної готовності до материнства через посилення емоційної чутливості та лагідності. Визначено, що ефективними напрямами роботи є розвиток емоційної усвідомленості, формування навичок емпатійного слухання, тренування емоційної саморегуляції, розвиток доброзичливості та терпимості, а також участь у психологічних тренінгах і консультаціях. Окремо підкреслено значення психоосвітньої роботи, спрямованої на формування адекватного уявлення про материнство та зниження рівня тривожності щодо майбутньої ролі матері.

Узагальнення результатів дослідження дозволяє зробити висновок, що психологічна готовність до материнства є складним багатокомпонентним утворенням, яке формується під впливом емоційних та особистісних характеристик жінки. Емоційна чутливість та лагідність виступають ключовими психологічними детермінантами цього процесу, забезпечуючи розвиток здатності до емпатії, емоційного прийняття та підтримувальної взаємодії.

Таким чином, проведене дослідження має як теоретичне, так і практичне значення. Теоретично воно уточнює роль емоційної сфери у формуванні материнської готовності, а практично – обґрунтовує необхідність впровадження психологічних програм розвитку емоційної чутливості та лагідності як важливого ресурсу підготовки жінок до материнства.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Анчева І. А. Сучасний погляд на психологічну готовність жінки до материнства. *Здоров'я жінки.* 2017. № 6 (122). С. 50–52.

2. Багінська А. Т. Теоретичні аспекти проблеми формування готовності до усвідомленого материнства у старшокласниць. *Актуальні питання гуманітарних наук.* 2023. Вип. 62. Т. 1. С. 239–244.

3. Баришнікова В. В. Особливості формування материнської домінанти. *Габітус.* 2021. Вип. 25. С. 64–69.

4. Ващук М. С. Дослідження особливостей психологічної готовності до материнства у жінок із безпліддям. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки.* 2011. Вип. 12. С. 114–118.

5. Вінс В. А. Психологічна підготовка жінок до вагітності як соціально значущий фактор. *Науковий вісник Ужгородського національного університету.* 2023. № 3. С. 36–39.

6. Гевчук Н., Жиляк Н. Визначення психологічної готовності майбутніх матерів до виконання батьківських обов'язків. *Проблеми сучасної психології.* 2019. № 45. С. 60–78.

7. Герасимова В. Г., Блинова О. Є. Дослідження особливостей комунікативного блоку готовності до материнства та факторів впливу на нього. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2019. Вип. 1. С. 22–25.

8. Гомонюк О. М., Яськова Н. М. Особливості психологічної готовності до материнства. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України.* 2017. Вип. 4. С. 5-6.

9. Денисенко А. О., Демешкан І. О. Психологічна готовність до материнства молодих жінок у період пандемії. *Габітус*. 2024. № 58. С. 127–131.

10. Канюка С. І. Вплив толерантності жінок на формування їх психологічної готовності до майбутнього материнства. *Проблеми сучасної психології.* 2017. Вип. 35. С. 155–172.

11. Канюка С. І. Формування толерантності жінок як умови їх психологічної готовності до майбутнього материнства : дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2018. 358 с.

12. Кирилова Д. С. Психологічна готовність до материнства в структурі життєвих смислів жінки. *Психологія: реальність і перспективи*. 2017. Вип. 8. С. 101–104.

13. Козира П. В., Легка А. І. Теоретико-методологічні засади вивчення цінностей готовності до материнства. *Молодий вчений*. 2022. № 4. С. 55–60.

14. Кочарян О. С. Психологічні аспекти поняття репродуктивної установки. *Вісник Харківського національного університету*. 2014. № 11. С. 124–127.

15. Кучер С. І. Формування толерантності жінок різного віку як умови їх психологічної готовності до майбутнього материнства. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова.* 2016. Вип. 3. С. 68–76.

16. Лєсняк А. О. Теоретичний аналіз основних наукових підходів до вивчення проблеми готовності сучасної жінки до материнства. *Проблеми сучасної психології*. 2020. № 1. С. 146–154.

17. Лучанінова Н. В. Особливості соціалізації дівчат з різними типами психологічної готовності до материнства. *Вісник Харківського національного університету.* 2015. Вип. 58. С. 136–142.

18. Магдисюк Л. І. Життєві кризи та психологічна готовність молоді до материнства. *Психологічні студії*. 2023. № 2. С. 110–115.

19. Мінюрова С. А. Діалогічний підхід до аналізу смислового переживання материнства. *Психологічний журнал.* 2022. № 5. С. 63–75.

20. Мітіна О. Л. Психологічні аспекти готовності жінок до реалізації репродуктивної функції. *Наукові записки.* 2024. № 1. С. 102–107.

21. Невоєнна О. А., Гарна О. О. Особливості психологічної готовності до материнства у вагітних та невагітних жінок. *Вісник ХНУ імені В. Н. Каразіна*. 2013. Вип. 52. С. 193–197.

22. Нікогосян Л. Р. Визначення стану готовності вагітної жінки до материнства. *Інтегративна антропологія.* 2014. № 2. С. 65–68.

23. Песоцька О. П. Готовність до материнства як умова формування усвідомленого батьківства. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. 2014. № 4. С. 195–202.

24. Підчасов Є. В., Чепелєва Н. І. Психологічна особливість сформованості ставлення до материнства жінок, які мають перших дітей до 3-х років. *Науковий вісник УжНУ*. 2022. Вип. 3. С. 35–39.

25. Прокопенко А. В. Психологічна готовність до материнства як психогігієнічна умова усвідомленої вагітності. *Наукові записки НаУ «Острозька академія»*. 2013. Вип. 22. С. 156–159.

26. Проскурняк О. П. Методичні основи дослідження компонентів психологічної готовності жінки до материнства. *Наукові записки НаУ «Острозька академія».* 2008. Вип. 11. С. 210–220.

27. Проскурняк О. П. Психологічна структура та особливості прояву феномена готовності до материнства : автореф. дис. Київ, 2010. 25 с.

28. Стрельник О. О. Материнство як соціальна практика : дис. … д-ра соціол. наук. Київ, 2017. 459 с.

29. Таран О. П., Гаража Н. Д. Соціально-психологічні чинники ставлення сучасних жінок до материнства. *Габітус.* 2021. Вип. 30. С. 91–96.

30. Тіунова О. В. Психологічні умови формування відповідального ставлення до материнства у дівчат старшого шкільного віку : дис. Тернопіль, 2008. 280 с.

31. Томаржевська І. В. Теоретичні аспекти проблеми психологічної готовності до материнства в молодих жінок. *Вчені записки ТНУ*. 2021. № 1. С. 141–146.

32. Чепелєва Н. І. Чинники формування уявлень жінки про материнство. *Габітус.* 2023. Вип. 45. С. 278–284.

33. Чередниченко Т. В. Стиль переживання вагітності як показник психологічної готовності до материнства. *Науковий вісник ХДУ*. 2018. Вип. 1(2). С. 108–113.

34. Шахрай В. М., Гончар Л. В., Канішевська Л. В. Формування готовності старшокласників до відповідального батьківствам: монографія. Кропивницький, 2022. 169 с.

35. Шевченко О. М. Психологічні особливості готовності до материнства дівчат-старшокласниць. *Науковий вісник ХДУ*. 2017. Вип. 4(2). С. 135–139.

36. Шевчук Г. С. Материнська ідентичність у структурі Я-концепції жінки. *Проблеми сучасної психології.* 2015. Вип. 9. С. 765–777.

37. Шмілик Н. Н. Психологічна готовність до материнства як системний та багатовекторний конструкт. *Проблеми гуманітарних наук.* 2013. Вип. 31. С. 128–141.

38. Шмілик Н. Н. Психологічний аналіз змісту, структури та критеріїв суб'єктивної готовності до материнства. *Актуальні питання гуманітарних наук.* 2013. Вип. 4. С. 253–259.

39. Шутько Н. І. Особливості готовності жінки до материнства та психологічні методи її формування. *Теоретичні і прикладні проблеми психології.* 2018. № 2. С. 284–292.

40. Яремчук Н. В. Психологічні особливості підготовки молодих жінок до материнства : дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2010. 243 с.

41. Васильченко О. М. Діагностика та корекція репродуктивної поведінки особистості. Київ, 2018. 96 с.

42. Ajzen I., Klobas J. Fertility intentions: An approach based on the theory of planned behavior. *Demographic Research*. 2013. № 29(8). P. 203–232.

43. Brunton P. J., Russell J. A. The expectant brain: adapting for motherhood. *Nature Reviews Neuroscience*. 2008. Vol. 9. P. 11–25. URL : https://www.nature.com/articles/nrn2280 (дата звернення: 12.05.2026).

44. Lee C., Gramotnev H. Motherhood plans among young Australian women: who wants children these days? *Journal of Health Psychology*. 2006. Vol. 11, № 1. P. 5–20. URL : https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16314377/ (дата звернення: 12.05.2026).

45. Amato P. R. Precursors of Young Women's Family Formation Pathways / P. R. Amato, N. S. Landale, T. C. Havasevich, A. Booth, D. J. Eggebeen, R. Schoen, S. M. McHale. *Journal of Marriage and Family*. 2008. Vol. 70, № 5. P. 1271–1286.

ДОДАТКИ

Додаток А

Позначення змінних:

ID – номер респондента

EMP – рівень емпатії (1–низький; 2–середній; 3–високий)

BIG5 – рівень лагідності (1–низький; 2–середній; 3–високий)

PARI – рівень психологічної готовності до материнства (1–низький; 2–середній; 3–високий)

Сирі дані емпіричного дослідження

ID	EMP	BIG5	PARI
1	2	2	2
2	3	3	3
3	2	2	2
4	1	1	1
5	2	2	2
6	3	2	3
7	2	2	2
8	2	3	2
9	1	1	1
10	2	2	2
11	3	3	3
12	2	2	2
13	2	2	2
14	3	3	3
15	1	2	1
16	2	2	2
17	2	2	2
18	3	3	3

19	2	2	2
20	2	2	2
21	1	1	1
22	3	3	3
23	2	2	2
24	2	2	2
25	3	2	3
26	1	1	1
27	2	2	2
28	3	3	3
29	2	2	2
30	3	3	2

Частотний розподіл

EMP (емпатія):

1 – 5 осіб

2 – 16 осіб

3 – 9 осіб

BIG5 (лагідність):

1 – 4 особи

2 – 18 осіб

3 – 8 осіб

PARI (готовність до материнства):

1 – 5 осіб

2 – 18 осіб

3 – 7 осіб

Додаток Б

Результати за методикою діагностики рівня емпатії Мехрабіана–Епштейна

Інтерпретація:

0–20 – низький рівень

21–40 – середній рівень

41–60 – високий рівень

№ респондента	**Бал**
1	34
2	48
3	29
4	18
5	32
6	44
7	27
8	35
9	19
10	31
11	52
12	24
13	36
14	46
15	17
16	28
17	30
18	50
19	33
20	26
21	16

22	43
23	38
24	25
25	47
26	14
27	29
28	55
29	37
30	45

Підсумок:

Низький – 5

Середній – 16

Високий – 9

Долаток В

Результати за методикою Big Five (фактор ІІ «Прихильність – відособленість»)

Інтерпретація:

15–30 – низький

31–50 – середній

51–75 – високий

№ респондента	**Бал**
1	41
2	59
3	38
4	24
5	44
6	49
7	36
8	55
9	27
10	42
11	61
12	39
13	35
14	58
15	47
16	40
17	37
18	63
19	43
20	34
21	28

22	56
23	46
24	32
25	48
26	26
27	45
28	60
29	41
30	53

Підсумок:

Низький – 4

Середній – 18

Високий – 8

Додаток Г

Результати за методикою PARI

Інтерпретація:

20–40 – низький

41–70 – середній

71–100 – високий

№ респондента	**Бал**
1	57
2	82
3	63
4	34
5	52
6	75
7	49
8	61
9	37
10	54
11	88
12	46
13	59
14	79
15	39
16	51
17	58
18	84
19	65
20	47
21	31
22	73

23	56
24	43
25	77
26	35
27	62
28	91
29	60
30	68

Підсумок:

Низький – 5

Середній – 18

Високий – 7