

## ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЖЕНЩИН ПРИ ПЕРВОЙ И ПОВТОРНОЙ БЕРЕМЕННОСТИ

*В. Г. Иваницкая* (МГУ имени А. А. Кулешова)

Науч. рук. *М. Б. Овчинникова*,

канд. психол. наук, доцент

Беременность – это уникальный период в жизни женщины, который сопровождается значительными физиологическими и психологическими изменениями. Изменения у женщин в период первой и повторной беременности являются сложным переплетением множества факторов. Опыт первой беременности часто сопровождается чувством неопределенности и страха, в то время как повторная беременность может вызывать волнения, связанные с уже имеющимися детьми. В каждом конкретном случае важным аспектом выступает наличие поддержки, способной снизить уровень тревоги и помочь женщине адаптироваться к состоянию беременности [1, с. 48].

С целью установления различий в психоэмоциональном состоянии женщин в период первой и повторной беременности было проведено исследование, в котором приняли участие 60 беременных женщин, средний возраст которых составил 28 лет (от 20 до 35 лет).

В результате эмпирического исследования с помощью методики «Самооценка психических состояний» Г. Айзенка; опросника «Актуальное состояние (АС)»; методики «Скрининговая шкала перинатальной тревоги, PASS-R» S. Somervilleetal, в адаптации М. А. Коргожа, А. О. Евмененко выявлено, что многие беременные женщины испытывают стресс, который выражается в отсутствии активности, низком тонусе, физическом дискомфорте, повышенной перинатальной тревожности, чрезмерной возбудимости, заниженной самооценке. Установлены значимые различия в психоэмоциональном состоянии женщин беременных первый раз и повторно. У женщин, беременных в первый раз, выше тревожность, фрустрация, эмоциональная возбудимость, дискомфортное физическое самочувствие и апатия по сравнению с женщинами, беременными повторно. Женщина, которая уже рожала, имеет больше уверенности в своих способностях, зная, что прежний опыт прошел удачно, лучше понимает, чего ожидать от беременности и родов, что существенно снижает тревогу и дискомфорт. При повторной беременности женщина более подготовлена к физическим и эмоциональным изменениям.

### Литература

1. **Купченко, В. Е.** Самосознание и эмоциональное состояние женщины в период беременности / В. Е. Купченко // Перинатальная психология и психология родительства. – 2008. – № 1. – С. 48–59.