

УДК 159.9:374.32-055.2:618.17
DOI: 10.31732/2663-2209-2025-78-460-466

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ГОТОВНОСТІ ДО МАТЕРИНСТВА В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ВІКУ

Олена Никоненко¹, Інна Самохвалова²

¹Канд. психол. наук, доцент, завідувач кафедри психології, ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна, e-mail: nikonenkoev@krok.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-0794-7905>

²Магістр спеціальності «Психологія», ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна, e-mail: samokhvalovais@krok.edu.ua

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF READINESS FOR MOTHERHOOD DEPENDING ON AGE

Olena Nykonenko¹, Inna Samokhvalova²

¹Ph.D.(Psychology), Professor, Department of Psychology, University "KROK", Kyiv, Ukraine, e-mail: nikonenkoev@krok.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-0794-7905>

²Master in Psychology of the VNZ "University of Economics and Law "KROK", Kyiv, Ukraine, e-mail: samokhvalovais@krok.edu.ua

Анотація. У результаті теоретичного дослідження встановлено, що материнство є не лише біологічним, а й соціально-психологічним явищем, яке формується під впливом особистісного досвіду, виховання та суспільних норм. Воно охоплює різні аспекти, включаючи мотиваційну складову, рівень емоційної зрілості, когнітивну готовність і поведінкові стратегії, що визначають усвідомленість і відповідальність жінки у прийнятті материнської ролі.

Аналіз наукової літератури дозволив деталізувати структуру психологічної готовності до материнства. Виявлено, що її ключовими компонентами є мотиваційний, когнітивний, емоційно-регулятивний і поведінковий. Взаємодія цих складових забезпечує здатність жінки усвідомлено сприймати майбутнє материнство, долати труднощі та адаптуватися до нових умов.

Окрему увагу приділено чинникам, що впливають на формування психологічної готовності до материнства. Встановлено, що цей процес починається ще в ранньому дитинстві через перші соціальні взаємодії та рольові моделі. Надалі на нього впливають життєвий досвід, рівень емоційної зрілості, міжособистісні стосунки та соціокультурні фактори. Значущим є вплив суспільних очікувань, які можуть як сприяти, так і гальмувати формування готовності до материнства.

Особливе місце у дослідженні посів аналіз вікового чинника. Виявлено, що психологічна готовність до материнства змінюється залежно від віку жінки. Молодші жінки частіше мають ідеалізовані уявлення про материнство, тоді як у більш зрілому віці зростає рівень усвідомленості та відповідальності, проте можуть виникати нові труднощі, зокрема підвищена тривожність і труднощі у поєднанні материнства з професійною діяльністю. Було розглянуто концептуальні підходи до розуміння готовності до материнства, визначено її основні складові, чинники формування та вікові особливості.

Психологічна готовність до материнства формується під впливом не лише вікових особливостей, а й соціального, особистісного та емоційного контексту. Рівень підтримки з боку сім'ї та суспільства, наявність позитивного досвіду міжпоколінної взаємодії та стабільність життєвих умов є важливими факторами, що можуть сприяти розвитку усвідомленого підходу до материнства. Урахування цих аспектів є необхідним для створення ефективних психологічних програм, спрямованих на підтримку жінок у різні періоди їхнього життя. Отримані теоретичні висновки є основою для подальшого дослідження методологічних аспектів вивчення цього феномену.

Ключові слова: психологічна готовність до материнства, компоненти готовності до материнства, психічний розвиток на різних вікових етапах, біологічні та соціальні чинники розвитку особистості.

Формули: 0, рис.: 0, табл.: 0, бібл.: 8

Abstract. As a result of theoretical research, it was established that motherhood is not only a biological, but also a socio-psychological phenomenon, which is formed under the influence of personal experience, upbringing and social norms. It covers various aspects, including the motivational component, the level of emotional maturity, cognitive

readiness and behavioral strategies that determine the awareness and responsibility of a woman in accepting the maternal role.

The analysis of scientific literature allowed us to detail the structure of psychological readiness for motherhood. It was found that its key components are motivational, cognitive, emotional-regulatory and behavioral. The interaction of these components ensures the ability of a woman to consciously perceive future motherhood, overcome difficulties and adapt to new conditions.

Particular attention is paid to factors that influence the formation of psychological readiness for motherhood. It has been established that this process begins in early childhood through the first social interactions and role models. Later, it is influenced by life experience, the level of emotional maturity, interpersonal relationships and sociocultural factors. The influence of social expectations is significant, which can both promote and inhibit the formation of readiness for motherhood.

A special place in the study was occupied by the analysis of the age factor. It was found that psychological readiness for motherhood varies depending on the age of the woman. Younger women more often have idealized ideas about motherhood, while in a more mature age the level of awareness and responsibility increases, but new difficulties may arise, in particular increased anxiety and difficulties in combining motherhood with professional activities. Conceptual approaches to understanding readiness for motherhood were considered, its main components, forming factors and age characteristics were identified.

Psychological readiness for motherhood is formed under the influence not only of age characteristics, but also of social, personal and emotional context. The level of support from the family and society, the presence of positive experience of intergenerational interaction and the stability of living conditions are important factors that can contribute to the development of a conscious approach to motherhood. Taking into account these aspects is necessary for the creation of effective psychological programs aimed at supporting women in different periods of their lives. The obtained theoretical conclusions are the basis for further research into the methodological aspects of studying this phenomenon.

Keywords: *psychological readiness for motherhood, components of readiness for motherhood, mental development at different age stages, biological and social factors of personality development.*

Formulas: *0, pic.: 0, table: 0, bibl.:8*

Постановка проблеми. Проблема психологічної готовності до материнства є однією з ключових у сучасній психології, оскільки вона визначає не лише особистісний розвиток жінки, а й сприяє гармонійному вихованню майбутнього покоління. В умовах сучасних соціально-економічних змін, війни, нестабільності, постійного стресу та страху за майбутнє зростає кількість жінок, які не відчувають впевненості у своїй готовності до материнства. Це може спричиняти серйозні психологічні наслідки як для самих жінок, так і для їхніх майбутніх дітей.

Згідно зі статистичними даними, в Україні спостерігається низький рівень народжуваності, що зумовлено не лише об'єктивними чинниками, такими як соціально-економічна ситуація, а й психологічною неготовністю жінок до материнства. У розвинених країнах надається велика увага підготовці жінок до материнської ролі, що допомагає знизити рівень післяпологової депресії, покращити якість взаємодії матері й дитини, сприяти усвідомленому батьківству. В Україні ж цей аспект залишається недостатньо розробленим, що підкреслює актуальність дослідження.

Психологічна готовність до материнства – це комплексний феномен, що включає мотиваційну, когнітивну, емоційну, поведінкову та соціальну складові. Формування готовності до материнства залежить від багатьох чинників: індивідуальних особливостей жінки, її особистісної зрілості, досвіду взаємодії з дітьми, виховання в батьківській сім'ї, соціального середовища та культурних норм. Важливу роль у цьому процесі відіграє також психологічна підтримка, яка допомагає жінці усвідомлено підійти до материнства та подолати можливі страхи й тривоги.

Аналіз досліджень і публікацій. Аналіз наукових праць свідчить, що напрями дослідження проблеми готовності до материнства охоплюють широкий спектр підходів, серед яких мотиваційний, що розглядає формування материнської потреби та її детермінанти через призму теорії прив'язаності, гуманістичної психології та особистісних мотивів (Д. Боулбі, Д. Віннікотт, А. Маслоу, Н. Даниленко, В. Кравець, Т. Гур'янова); когнітивний, що досліджує особливості усвідомлення жінкою власної материнської

ролі, рівень її знань про вагітність, пологи, догляд за дитиною, а також вплив пізнавальної активності на формування готовності та прийняття репродуктивних рішень (О. Проскурняк, Н. Яремчук, О.В. Тиунова, О. Васильченко); афективно-регулятивний, який спрямований на вивчення впливу емоційного стану жінки, рівня її стресостійкості, здатності до емоційної регуляції та взаємодії з дитиною (З. Фрейд, М. Малер, Ф. Дольто, Дж. Вальбі, О. Савченко); соціокультурний, що розглядає вплив суспільних норм, культурних традицій, гендерних очікувань та міжпоколінної передачі досвіду на формування материнської ролі (О. Кікінеджи, В. Кравець, М. Боуен, М. Мід, Г. Бронфенбреннер); онтогенетичний, що аналізує вікові аспекти готовності до материнства, зокрема відмінності у мотиваційних установках, рівні відповідальності та емоційній зрілості жінок на різних етапах життя (О. Проскурняк, Н. Яремчук, О. Тиунова); особистісно орієнтований, який досліджує вплив особистісних характеристик, суб'єктивного досвіду та стилю виховання у власній родині на формування материнської поведінки (Дж. Айнсворт, К. Рубін, С. Хьюгс, П. Фон Пранген, С. Бюнді); методологічний, який спрямований на розробку та адаптацію психодіагностичних інструментів для комплексного вивчення цього феномену (Е. Шеффер, Р. Белл, Т. Скрампа, Л. Овчаренко).

Метою статті є теоретично дослідити психологічні особливості готовності до материнства в залежності від віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. Психологічна готовність включає різні аспекти, що сприяють адаптації особистості до змін, пов'язаних із материнством. Оскільки психологічна готовність є системним утворенням, важливим завданням є виявлення її структурних компонентів для розробки ефективних методів розвитку та корекції. Визначення рівня психологічної готовності

базується на аналізі мотиваційного, саморегуляційного, емоційного та оцінного аспектів. Зокрема, саморегуляційний компонент охоплює здатність контролювати свою поведінку, ефективно розподіляти ресурси та активізувати зусилля в момент необхідності.

Особливої актуальності набуває дослідження психологічної готовності в контексті материнства. Психологічна готовність до материнства визначається як комплексний психологічний стан, який включає в себе свідоме бажання мати дітей, а також несвідомі мотиви та очікування, пов'язані з материнством. Це поняття охоплює як когнітивні, так і емоційні аспекти, які допомагають жінці підготуватися до ролі матері (Магдисюк & Демчук, 2023).

Сучасні дослідження готовності до материнства включають аналіз різноманітних чинників, таких як особистісні особливості, історія життя, адаптація до подружнього життя, досвід взаємодії із власною матір'ю, особливості сімейної моделі материнства, можливості взаємодії із немовлятами та поява інтересу до них у дитинстві. Також таким чинником можуть бути несприятливі життєві обставини, зокрема війна (Сингаївська & Страмоусова, 2024).

Психологи виділяють кілька ключових компонентів готовності до материнства:

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

Збалансована модель батьківства передбачає відповідність засвоєної моделі материнської та батьківської ролей нормам і цінностям культури, у якій виховувалася

жінка. До її складових належать батьківські установки, позиція, виховні стратегії та материнське ставлення, що забезпечують гармонійне виховання дитини.

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

Сформованість материнської компетентності включає такі аспекти: сприйняття дитини як суб'єкта не лише фізичних, а й психічних потреб і суб'єктивних переживань (суб'єктивізація дитини); сензитивність – чутливість до сигналів від дитини (плач, дихання, рухи); респонсивність – здатність адекватно реагувати на потреби дитини; володіння засобами контролю за станом дитини та її розвитком; ставлення до режиму, що включає гнучкість і врахування індивідуального ритму життєдіяльності дитини; знання про фізичний і психічний розвиток дитини, вікові особливості її взаємодії зі світом; уміння розуміти стан дитини, аналізувати її поведінку та емоції; навички виховання та навчання, що відповідають віковим особливостям дитини.

Сформованість материнської сфери передбачає інтеграцію материнства в особистісну сферу жінки та включає три блоки:

- Потребнісно-емоційний блок охоплює реакцію на гештальт дитинства, потребу у взаємодії з дитиною, охороні та турботі, а також усвідомлену потребу в материнстві.

- Операційний блок включає навички baby talk (особливий стиль мовлення при спілкуванні з немовлям), емоційний супровід дитини та операції догляду.

- Ціннісно-смісловий блок відображає усвідомлення цінності дитини

та материнства у системі життєвих пріоритетів жінки.

Формування цих компонентів відбувається поступово в онтогенезі жінки: у взаємодії з власною матір'ю та іншими носіями материнських функцій; у сюжетно-рольових іграх («дочки-матері», гра в ляльки та сім'ю); у досвіді контакту з немовлятами ще до народження власної дитини; у період статевого дозрівання, коли формується уявлення про материнство; у процесі взаємодії із власними дітьми (Чепелева, 2023).

Також психологічна готовність до материнства формується під впливом нероздільних біологічних і соціальних факторів й, з одного боку, має інстинктивну основу, а з іншого – виступає як особливе особистісне утворення, стрижнем якого є суб'єкт-об'єктна орієнтація у ставленні до ще ненародженої дитини.

У сучасному суспільстві жінки вступають у материнство у різні періоди життя, що зумовлює значні відмінності у їхній психологічній готовності до виконання материнської ролі. Одні жінки сприймають материнство як природний етап життєвого циклу, тоді як інші можуть відчувати сумніви щодо власної здатності впоратися з новими обов'язками. Вік є одним із визначальних чинників, що впливає на формування материнської зрілості, зумовлюючи рівень емоційної стабільності, усвідомленості вибору та адаптаційного потенціалу.

Наукові дослідження виокремлюють кілька вікових груп, у яких рівень психологічної готовності до материнства демонструє суттєві відмінності: 16-18 років – ставлення до материнства здебільшого має романтизований характер, однак рівень психологічної зрілості залишається недостатнім; 19-25 років – формується усвідомлене ставлення до материнства, проте вагомими залишаються кар'єрні та освітні пріоритети; 26-35 років – оптимальний період для народження дитини, у якому жінки демонструють найвищий рівень психологічної та соціальної готовності до материнства; 36-

46 років – материнство частіше є свідомим вибором, проте може супроводжуватися підвищеним рівнем тривожності та перфекціонізму.

У віковому періоді 16-18 років особистість жінки перебуває на стадії активного формування, що зумовлює її психологічну вразливість перед соціальними очікуваннями та особистісними змінами. Уявлення про материнство в цій групі часто мають ідеалізований характер, формуючись під впливом медійного простору, соціального середовища та сімейного виховання. Проте ці уявлення нерідко не відповідають реальним викликам догляду за дитиною, оскільки рівень усвідомлення відповідальності за виховання залишається низьким.

Попри сприятливі біологічні передумови для народження дитини, психологічна зрілість ще не досягнута. Молоді жінки мають обмежену здатність до прогнозування довготривалих наслідків власних рішень, що ускладнює їхню психологічну готовність до материнства. Брак досвіду, обмежена здатність до довготривалого планування, а також залежність від батьківських ресурсів створюють труднощі у формуванні відповідального материнства (Bowlby, 2008; Stern, 1995).

Соціальна залежність від батьків, відсутність самостійного соціально-економічного статусу та емоційна нестабільність можуть спричиняти труднощі у виконанні материнської ролі. Дослідження свідчать, що жінки цього віку менш толерантні до змін, що може зумовлювати підвищений рівень стресу та емоційного дискомфорту під час догляду за дитиною. Відзначається також недостатнє усвідомлення необхідності стабільних соціально-економічних умов для виховання дитини.

Жінки у віці 19-25 років перебувають у перехідному періоді між юністю та дорослістю, що визначає особливості їхнього ставлення до материнства. У цей час вони починають оцінювати його як важливий життєвий

етап, демонструючи зростаючу самостійність і відповідальність у прийнятті рішень щодо репродуктивного вибору. Водночас материнство часто відкладається через прагнення отримати освіту, побудувати кар'єру та досягти фінансової стабільності, що сприяє більш усвідомленому підходу до батьківства в майбутньому.

Рівень психологічної готовності до материнства у цій віковій групі значною мірою залежить від соціального контексту. Жінки, які виховувалися в підтримуючому сімейному середовищі та мають позитивний зразок материнства, частіше демонструють вищий рівень толерантності та усвідомленості у ставленні до майбутнього материнства. Це свідчить про важливість сімейних цінностей та міжпоколінної передачі моделей відповідального батьківства.

Вік 19-25 років є найбільш сензитивним періодом для розвитку психологічної готовності до материнства. Жінки цього віку мають більш сформовану систему цінностей, здатність до адаптації в нових соціальних ролях та підвищену відповідальність за власні рішення. Проте кар'єрні та освітні пріоритети можуть відтерміновувати материнство. Психологічна готовність у цій віковій групі формується через усвідомлення відповідальності та важливості цього кроку, що є наслідком як особистісного розвитку, так і соціальних очікувань.

Жінки у віці 26-35 років демонструють найвищий рівень психологічної та соціальної готовності до народження дитини. У цьому віковому періоді вони мають сформовану систему цінностей, розвинену емоційну стабільність і значний досвід самостійного життя, що сприяє усвідомленому прийняттю материнської ролі. Завдяки стійкому соціальному та економічному становищу, жінки частіше свідомо планують вагітність і відповідально підходять до виховання дитини.

Попри високу психологічну готовність, у цій віковій категорії можуть

виникати труднощі, пов'язані з адаптацією до змін у звичному стилі життя. Перехід від професійної діяльності до виконання материнської ролі може супроводжуватися внутрішнім конфліктом між особистими амбіціями та потребами дитини. Багато жінок зазнають стресу через необхідність балансування між кар'єрою та сімейними обов'язками, що може впливати на їхній емоційний стан.

Загалом, жінки у цьому віці володіють більш розвиненими навичками саморегуляції, що дозволяє їм успішніше долати виклики, пов'язані з материнством. Їхня здатність до усвідомленого виховання дитини є вищою порівняно з молодшими віковими групами, що зумовлює високий рівень відповідальності та психологічної зрілості у виконанні материнської ролі.

Жінки у віці 36-46 років зазвичай підходять до материнства свідомо та відповідально, що є наслідком їхнього життєвого досвіду, фінансової стабільності та високого рівня особистісної зрілості. Усвідомленість у прийнятті рішення про народження дитини дозволяє їм ретельніше планувати виховання, що позитивно впливає на їхню роль як матерів (Никоненко & Хохлова, 2023).

Водночас серед жінок старшого репродуктивного віку нерідко спостерігається підвищений рівень тривожності та перфекціонізму у вихованні дитини. Бажання забезпечити максимально сприятливі умови для розвитку дитини може супроводжуватися емоційним перенавантаженням і стресом. Дослідження також свідчать, що у жінок цієї групи часто присутні завищені вимоги до себе як матері, що зумовлює посилений контроль у вихованні дитини.

Крім психологічних аспектів, жінки після 35 років можуть стикатися з фізіологічними труднощами під час вагітності та пологів, що потребує додаткової уваги до їхнього здоров'я. Попри ці виклики, їхня емоційна зрілість і стабільність сприяють усвідомленому материнству, що часто характеризується відповідальним підходом до виховання та

забезпечення гармонійного розвитку дитини (Яремчук, 2008).

Вік є ключовим чинником, що визначає рівень психологічної готовності жінки до материнства. Кожен віковий період має свої особливості, що впливають на усвідомленість вибору, емоційну зрілість і здатність до адаптації в новій соціальній ролі. Найбільш сензитивним періодом для формування психологічної готовності є молодший вік, тоді як усвідомлене материнство найчастіше реалізується у більш зрілому віці. Водночас із віком можуть виникати додаткові виклики, зокрема тривожність або труднощі у балансуванні між материнством і кар'єрою.

Висновки. Підсумовуючи результати дослідження, можна відзначити, що аналіз підходів до вивчення готовності до материнства розкриває взаємозв'язок численних факторів, що впливають на формування ставлення жінки до материнства.

Материнство є важливою життєвою сферою, що впливає на особистісний розвиток жінки та забезпечує гармонійне виховання майбутньої дитини. Готовність до нього визначається здатністю жінки усвідомлювати значущість своєї ролі, брати відповідальність за дитину та адаптуватися до нового етапу життя.

Аналіз наукових підходів свідчить, що психологічна готовність до материнства не є статичною характеристикою, а змінюється в залежності від індивідуальних особливостей, соціального контексту та життєвих умов. Вона охоплює ставлення до материнства і практичну реалізацію догляду за дитиною.

Виявлено, що на рівень готовності до материнства впливають особистісні характеристики, досвід спілкування з власними батьками, соціальне оточення, сімейний стан та культурні особливості. Досвід позитивних стосунків із матір'ю сприяє формуванню впевненого ставлення до материнства, тоді як негативний чи нестабільний дитячий досвід може викликати тривожність або невпевненість

щодо майбутньої ролі матері. Попередній досвід материнства впливає на ставлення жінки до повторної вагітності.

Значну увагу приділено дослідженню впливу емоційного стану жінки на готовність до материнства. Виявлено, що рівень емоційної стабільності, здатність керувати стресовими станами та адаптуватися до змін визначають позитивне ставлення до материнської ролі.

Окремо розглянуто віковий чинник у контексті готовності до материнства. Вік жінки впливає на мотиваційні установки, рівень відповідальності, емоційну зрілість

та сприйняття власної майбутньої ролі. У ранньому репродуктивному віці материнство асоціюється із пошуком самореалізації, тоді як у більш зрілому віці воно сприймається усвідомлено, з урахуванням особистісних та соціальних чинників.

Готовність до материнства поєднує усвідомлене бажання мати дитину, емоційну та поведінкову адаптацію до цієї ролі та готовність брати на себе відповідальність за розвиток і благополуччя дитини.

Література:

1. Магдисюк, Л., & Демчук, В. (2023). Психологічна готовність української молоді до материнства. *Science, Research, Development*, 50. 67–70.
2. Нероба, М. (2015) Материнство як психологічний феномен. *Педагогічний процес: теорія і практика*, 3-4, 90–93.
3. Сингаївська, І., & Страмоусова, І. (2024). Чинники життєстійкості жінок під час війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 3(75), 231–245. DOI: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2024-75-231-245>
4. Чепелева, Н. (2023). Чинники формування уявлень жінки про материнство та трансформація образу матері в період народження дитини. *Габітус*, 45. 278–283.
5. Хохлова, Ю., & Никоненко, О. (2023). Поняття кризи середнього віку: вікові зміни та психологічні особливості.

Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку: тези доповідей V Міжнародної конференції (Київ, 7 грудня 2023 р.). Київ: Університет "КРОК".

<https://conf.krok.edu.ua/SRE/SRE-2023/paper/view/1882>

6. Яремчук, Н. (2008). Психологічні особливості готовності молоді жінки до майбутнього материнства. *Вісник післядипломної освіти*, 7, С. 234-239.
7. Bowlby, J. (2008). *Maternal care and mental health*. Geneva: Claridge. 321.
8. Stern, D. N. (1995). *The motherhood constellation*. NY. : Basic Books. 460 .