

галузі; зокрема, у більшості частини іноземних студентів виявлено високий та вище середнього рівня показники ІТН, що свідчить про неготовність до непередбачуваних та невизначених ситуацій, які притаманні авіаційній галузі. При цьому, високі показники ІТН було виявлено у студентів з таких країн як Нігерія, Конго, Китайська Народна Республіка, Алжир, Пакистан, Узбекистан. У цих же студентів було виявлено низький та нижче середнього рівня показники ІТН.

Список літератури

1. Євтух М.Б., Лузік Е.В., Ільїна Т.В. Математичне моделювання в психологічних та соціологічних дослідженнях: Підручник, 2-ге вид. випр. та доповн./Євтух М.Б., Лузік Е.В., Ільїна Т.В. – К.: Видавничий дім «Кондор», 2017 – 428 с.

2. Михеєва Т.О. Формування готовності до професійної діяльності іноземних студентів-майбутніх інженерів авіаційної галузі / Т.О. Михеєва // Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія: зб. наук. пр. – К.: Національний авіаційний університет, 2020. – Вип. 2(17). – С. 48-53.

3. Mann H. B., Whitney D. R. On a test of whether one of two random variables is stochastically larger than the other. // Annals of Mathematical Statistics. — 1947. — № 18. — P. 50—60.

4. McLain DL, Kefallonitis E and Armani K (2015) Ambiguity tolerance in organizations: definitional clarification and perspectives on future research. Front. Psychol. 6:344. doi: 10.3389/fpsyg.2015.00344

5. Stanley Budner, N.Y. (1962), Intolerance of ambiguity as a personality variable. Journal of Personality, 30: 29-50. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1962.tb02303.x>

*Науковий керівник: Ельвіра ЛУЗІК,
д-р. пед. наук, професор*

УДК 159.9:922. (043.2)

Дар'я МУРЕНКО

Національний авіаційний університет, м.Київ

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ У ЖІНОК РАНЬОГО ПІСЛЯПОЛОГОВОГО ПЕРІОДУ

Народження дитини – це досвід, який змінює життя. Бути матір'ю захоплює, але також материнство може бути виснажливим і важким. Виникати почуття занепокоєння чи сумніву – це нормально, особливо

якщо ви вперше стали матір'ю. Однак, якщо серед ваших почуттів є надзвичайний смуток або самотність, різкі перепади настрою та часті плачі, у вас може бути післяпологова депресія.

Післяпологова депресія (ППД) – це тип депресії, яка виникає після пологів. Післяпологова депресія впливає не тільки на породіллю. Це також може торкнутися сурогатних батьків та прийомних батьків. Люди відчувають гормональні, фізичні, емоційні, фінансові та соціальні зміни після народження дитини. Ці зміни можуть викликати симптоми післяпологової депресії.

Вагітність та пологи дуже сильний за рівнем переживань, специфічний за комплексом відчуттів період життя жінки. Тому важливо вивчити адаптаційні механізми жінки, які застосовуються після народження дитини і наявні в її сімейному середовищі. Адаптованим вважається та людина, у якої не порушена здатність насолоджуватися життям та психічна рівновага, спостерігається сприятливий стан функціонування психоемоційної сфери. Головна ознака дезадаптованості особистості – переживання тривалих зовнішніх та внутрішніх конфліктів без актуалізації необхідних їх подолання психічних механізмів і форм поведінки. Важливе місце у процесі адаптації до материнства після народження дитини займають емоції, їх ступінь виразності. До зниження рівня адаптації призводять надмірні хвилювання, що супроводжуються сильними негативними емоціями. У цей час активізуються фізіологічні та психологічні процеси пристосування материнського організму до нових умов існування. Тому значуще створення найкомфортніших умов сприяють ефективної адаптації матері до дитини саме після народження. До того ж цей період визначальний не тільки для особистості самої жінки.

Дезадаптація жінок, як відомо, супроводжується післяпологовою депресією, яка охоплює так звані післяпологові «блюзи» або синдром «печалі породіль». Це переважно короткостроковий період, який вимагає лікування. В інших, в більшості випадків, одиноких випадках розвиваються більш тяжкі симптоми депресії, що порушують працездатність, або ж набувають розвитку психопатичних розладів.

Деякі люди соромляться своїх симптомів або вважають себе жахливими батьками через те, що вони відчувають. Післяпологова депресія надзвичайно поширена. Ви не єдина людина, яка відчуває це, і це не означає, що ви погана людина.

Післяпологова депресія може характеризуватися наступними показниками:

- Почуття смутку, нікчемності, безнадійності або провини.
- Надмірне занепокоєння або відчуття нервозності.
- Втрата інтересу до хобі або речей, які вам колись подобалися.

- Зміни апетиту або відсутність їжі.
- Втрата енергії та мотивації.
- Проблеми зі сном або постійне бажання спати.
- Плач без причини або надмірно.
- Труднощі мислення або зосередження.
- Думки про самогубство або бажання померти.
- Відсутність інтересу до вашої дитини або відчуття тривоги навколо неї.

Депресивні матері втрачають інтерес до дитини, перестають доглядати за нею, їх дратує дитячий плач. Іноді спостерігаються панічні страхи, тривога перед виходом з дому, надмірна турбота про власне здоров'я і здоров'я дитини.

Післяпологова депресія може тривати від двох до шести місяців, хоча описані випадки затяжного перебігу тривалістю один рік і довше.

Список літератури

1. Михайлов Б. В. Стратегічні шляхи розвитку медичної психології та психотерапії в Україні. Проблеми медичної науки та освіти. 2006. № 2. С.5-7.

2. Шпатаковська Г. В. Дослідження психоемоційного стану жінок у період адаптації до вагітності. Вісник Одеського національного університету ОНУ імені І. І. Мечнікова. Одеса: Астро-принт, 2009. Том 14, Вип. 18: Порівн. "Психологія".

3. Сіласва А.В. Психологічні та генетичні фактори виникнення депресії в період вагітності та після пологів. Матеріали ІХ міжнародної науково-практичної конференції. Психологія та соціологія. Publishing house "Science and education". Прага, 2013. С. 26-29.

*Науковий керівник: Леся ХОМЕНКО-СЕМЕНОВА,
канд. педаг. наук, доцент*