

Астахов В.М., доктор медичних наук, професор, професор кафедри акушерства та гінекології Донецького національного медичного університету МОЗ України,

Бацилєва О. В., доктор психологічних наук, професор, професор кафедри здоров'я людини, реабілітології і спеціальної психології Харківського національного педагогічного університету імені Г.С.Сковороди,

Пузь І. В., кандидат психологічних наук, доцент, науковий співробітник лабораторії психології репродуктивної сфери, пренатальної та перинатальної психології Донецького національного медичного університету МОЗ України

МЕДИКО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ВАГІТНИХ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Актуальність. Війна в Україні, яка триває вже протягом трьох місяців, негативно позначається не тільки на загальному благополуччі нашої держави та якості життя його громадян, але й на функціонуванні більшості українських родин. Теперішня ситуація виступає серйозним психотравмуючим чинником, наслідками дії якого є розвиток посттравматичних стресових розладів серед різних груп населення, що призводить до появи нових та загострення цілої низки існуючих проблем зі здоров'ям як на соматичному, так і на психічному рівнях. Так, наприклад, в акушерсько-гінекологічній практиці сьогодні спостерігається збільшена кількість випадків різного роду ускладнень у жінок під час вагітності, які створюють реальну загрозу не тільки для здоров'я та життя майбутньої матері, але й майбутньої дитини, що, у свою чергу, може виступати додатковим стресогенним чинником. Відомо, що тривале перебування вагітної жінки у стресовій ситуації може призводити до репродуктивних втрат, передчасних пологів, порушення внутрішньоутробного розвитку плоду, народження дітей з низькою оцінкою по шкалі Апгар, психосоматичними та психопатологічними розладами. У ситуації впливу додаткових стресогенних чинників (втрата рідних, зміна місця проживання, переїзд в іншу країну, перебування у тимчасовій окупації тощо) збільшується ризик розвитку особистісних проблем, що, у свою чергу, може виступати підґрунтям для виникнення порушень материнської

сфери, коли, знаходячись на порозі материнства, жінки виявляються неготовими до прийняття відповідальності за життя власної дитини, до належного виконання материнських функцій та обов'язків. На жаль, вищезазначене є реальною загрозою для нормального перебігу вагітності та пологів, внутрішньоутробного розвитку майбутньої дитини, адаптації жінки до ситуації майбутнього материнства, фізичного та психічного стану новонародженого, а у перспективі – адекватному функціонуванні сім'ї та зниженню демографічного потенціалу держави. Саме тому особливої актуальності набувають питання, пов'язані з організацією та наданням комплексної медико-психологічної допомоги вагітним жінкам, з метою їх ефективної адаптації до якісно нової ситуації розвитку в несприятливих умовах життєдіяльності сьогодення.

Методологія дослідження. Було розроблено та впроваджено спеціальну комплексну програму медико-психологічного супроводу вагітних жінок в умовах воєнного стану. *Мета даної програми* полягає, перш за все, у стабілізації психоемоційного стану вагітних та формуванні готовності до материнства.

Основні результати. Під час планування роботи з вагітними слід враховувати той факт, що сама по собі ситуація вагітності може виступати причиною розвитку різного роду негативних переживань у жінок, природа яких обумовлена побоюваннями за стан власного здоров'я та ще ненародженої дитини, за пологи та післяпологовий період, за власну материнську компетентність тощо [1, 3]. Варто розуміти, що у ситуації невизначеності, психосоціального напруження та небезпеки ризик виникнення таких переживань значно збільшується. У зв'язку з цим під час роботи з вагітними важливо створити такі умови, які сприятимуть у подальшій можливості використання особистісних ресурсів у жінок, що зможе забезпечувати ефективне протистояння впливу різного роду стресогенних чинників, результатом чого має стати збереження не тільки власного фізичного та психічного здоров'я, але й благополуччя майбутньої дитини.

Ґрунтуючись на результатах багаторічного досвіду та враховуючи особливості сьогодення, розроблена програма медико-психологічного

супроводу, орієнтована не тільки на вагітних жінок, але й на внутрішньоутробний плід, що надає можливість створити нерозривний позитивний взаємозв'язок з майбутньою дитиною. Програма розрахована на три етапи, кожен із яких містить в собі 5 занять, які проводяться двічі на тиждень. Перший етап пов'язаний із формуванням і закріпленням позитивного ставлення до ситуації наявної вагітності та стабілізацією психоемоційного стану. Основною метою другого етапу є формування позитивного образу майбутньої дитини та майбутнього батьківства. Третій етап пов'язаний із формуванням батьківської компетентності, готовності до пологів та післяпологового періоду. Реалізація програми передбачена як в очному, так і в дистанційному форматах, що є особливо актуальним у сучасних умовах (відсутність або нестабільний зв'язок, територіальне переміщення тощо).

При розробці програми нами використовувався цілий комплекс психологічних технологій, зокрема психодіагностика, психологічне консультування, психологічної корекція та соціально-психологічна адаптація. Заняття програми передбачають використання низки методів і прийомів роботи. По-перше, це проведення індивідуальних та групових бесід, консультацій, у тому числі вебінарів, які спрямовані на встановлення довірливих, дружніх взаєностосунків, на з'ясування особливостей самосприйняття ситуації вагітності та ситуації майбутнього материнства, а також визначення проблем, з якими додатково стикнулася вагітна під час військових дій. По-друге, це тренінгові форми роботи, метою яких є формування необхідних вмінь та навичок. По-третє, це використання різноманітних психотерапевтичних та психокорекційних технік та прийомів (оволодіння навичками психічної саморегуляції, аутогенне тренування, тілесно-орієнтовна терапія, арт-терапія, психодрама), метою яких є зниження рівня психоемоційної напруги. Обов'язковою формою роботи виступає психодіагностика вагітних жінок, яка складається з трьох основних блоків методик, спрямованих на діагностику індивідуально-психологічних особливостей особистості жінки, особливостей її психоемоційної сфери, а також її ставлення до ситуації вагітності, майбутньої дитини та материнства в цілому

[2]. Слід зазначити, що саме завдяки отриманню результатів у ході психодіагностичного дослідження, можливим є визначення індивідуального підходу не тільки у плануванні, але й своєчасному корегуванні подальшого психологічного супроводу у кожному конкретному випадку.

Результативність програми оцінюється на підставі появи вагітних низки новоутворень: стабілізація психоемоційного стану; закріплення позитивних почуттів, пов'язаних із майбутньою дитиною та майбутнім материнством; формування психологічної готовності до пологів та післяпологового періоду; підвищення відповідальності за власні дії та життя майбутньої дитини. Для оцінки ефективності програми також важливим є урахування показників клінічного перебігу вагітності, пологів, післяпологового періоду, стану внутрішньоутробного плода та новонародженого.

Висновки. Сучасний рівень організації та надання ефективної допомоги вагітним жінкам в умовах воєнного стану потребує комплексного підходу, що передбачає не тільки якісну високопрофесійну медичну допомогу, але і відповідний психологічний супровід. Запропонована програма може виступати однією з ефективних форм роботи, яка спрямована на стабілізацію психоемоційного стану вагітних жінок, що безумовно знаходитиме своє позитивне відображення не тільки на особливостях перебігу вагітності та пологів, стану новонародженого, але й на процесі формування адекватної материнської поведінки. Представлена форма роботи дозволяє покращити фізичний та психічний стан майбутньої матері та дитини.

Перспектива подальших досліджень пов'язана із широким впровадженням такого підходу, а також активним залученням до співпраці фахівців медичного та психологічного профілю, що безумовно сприятиме створенню гармонійних умов для реалізації безпечного материнства у складних умовах сьогодення.

Список використаних джерел:

1. Астахов В. М., Бацылева О. В., Пузь И. В. Психологическое сопровождение беременных в современных условиях. *Здоровье женщины*. 2014.

№ 4(90). С. 58-61.

2. Бацилєва О. В., Астахов В. М., Пузь І. В. Особливості психологічного супроводу вагітних жінок, які мешкають у зоні конфлікту. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*. 2018. №1(38). С.14-18.

3. Бацилєва О. В., Пузь І. В. Програма соціально-психологічного супроводу вагітних як форма профілактики порушень материнської. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. Том 1, Вип. 9. К.: Феникс, 2014. С. 6-78.