

Психосоматика тривожності матерів дітей дошкільного віку

Подолан Лариса Миколаївна, студент ПВШ-2021д

**Науковий керівник - Шпортун Оксана Миколаївна,
доктор психологічних наук, професор, професор кафедри
психології КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»**

Об'єкт та предмет дослідження

- ▶ **Об'єкт дослідження** - психологія тривожності.
- ▶ **Предмет дослідження** - особливості психосоматичних проявів тривожних матерів дітей дошкільного віку.

Мета і гіпотеза дослідження

Мета дослідження: проаналізувати актуальний стан сучасних вітчизняних та зарубіжних досліджень та визначити особливості психосоматичних проявів у матерів дітей дошкільного віку.

Гіпотеза дослідження: ми припускаємо, що тривожні стани матерів дітей дошкільного віку, викликані їх індивідуально-психологічними особливостями, пережитими вагітністю та пологами, недостатньою адаптацією та станом невизначеності перед вступом до школи та організації цього процесу в цілому, можуть викликати у них психосоматичні розлади: порушення сну, неврози, розлади серцево-судинної системи, панічні атаки тощо...

Завдання дослідження

Відповідно до мети було сформульовано такі завдання:

- ▶ 1. У результаті теоретико-методологічного аналізу підходів до вивчення проблеми психосоматики тривожності визначити провідні психологічні чинники цього процесу.
- ▶ 2. З'ясувати особливості впливу на психосоматику тривожності матерів дітей дошкільного віку.
- ▶ 3. Розробити психокорекційну програму для подолання тривожності та її впливу на психологічний стан та здоров'я матерів дітей дошкільного віку та перевірити їх ефективність.

Методи та методики дослідження

- ▶ а) теоретичні
- ▶ б) емпіричні:
 - «Діагностики рівня невротизації» В. Бойко; «Ступінь хронічної втоми» (автор А.Б. Леонова)
 - «Визначення психічного психічного «вигорання» (А.А.Рукавішніков)»
 - «Якості життя (SF-36)»
- ▶ в) математично-статистичної обробки емпіричних даних - U-критерій Манна-Уїтні

Теоретична значущість роботи полягає у розширенні теоретичних відомостей про проблему впливу тривожних станів на психосоматичні прояви у матерів дітей дошкільного віку

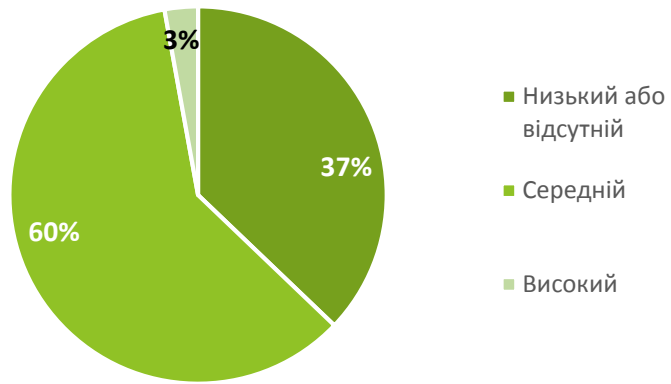


Рис.1. Результат дослідження рівня невротизації особистості за методикою В.Бойка

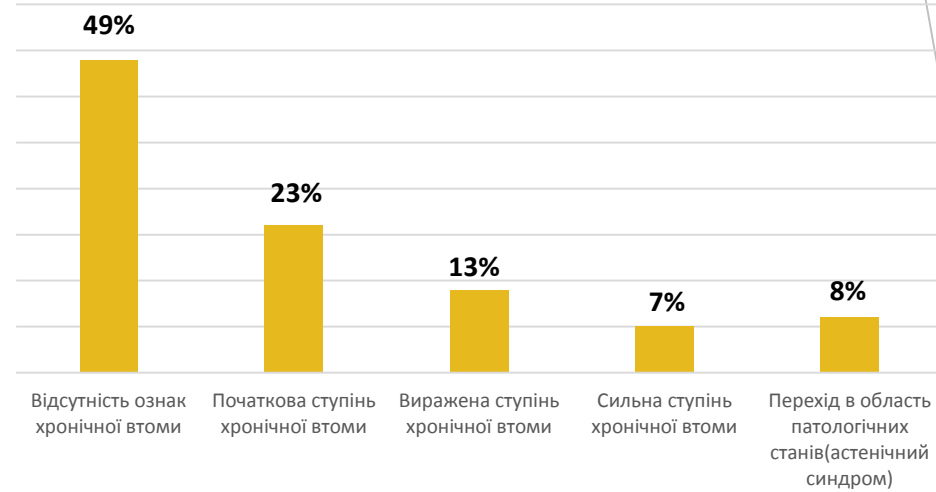


Рис.2 .Результат дослідження ступеню хронічної втоми (автор А.Б.Леонова)

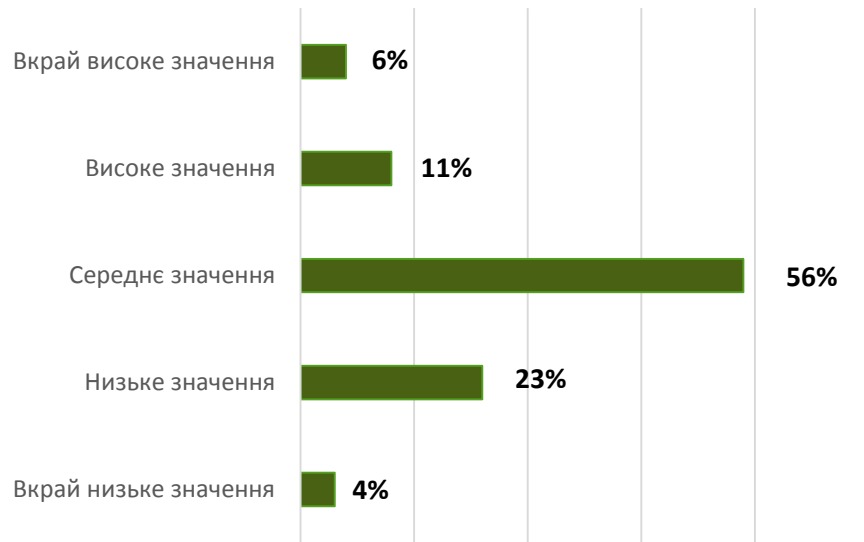


Рис.3.Результат дослідження визначення психічного вигорання (А.А.Рукавішніков)

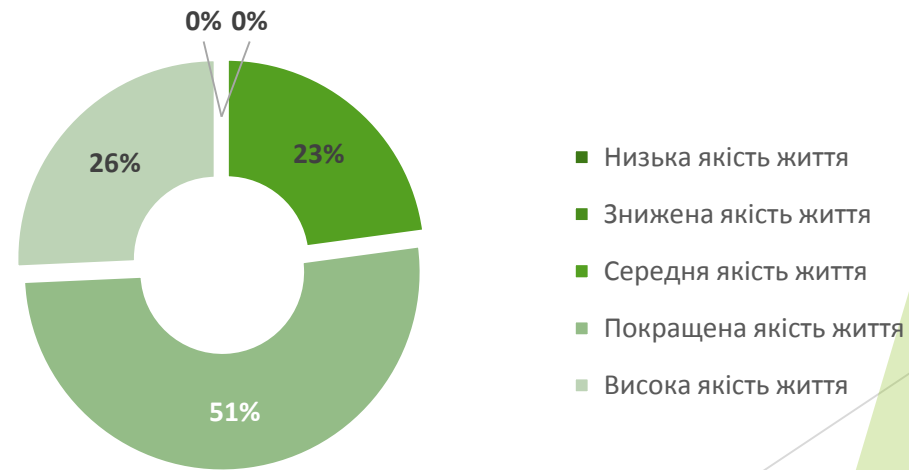


Рис.4.Результат дослідження визначення якості життя (SF-36)

Психокорекційна програма профілактики психосоматики тривожності матерів дітей дошкільного віку

Мета програми: прийняття тривожності, визначення подразника та навчитись адекватно сприймати навколишню інформацію.

Завдання: усвідомлення і подолання бар'єрів для прояву тривожності, яка може перерости в депресію.

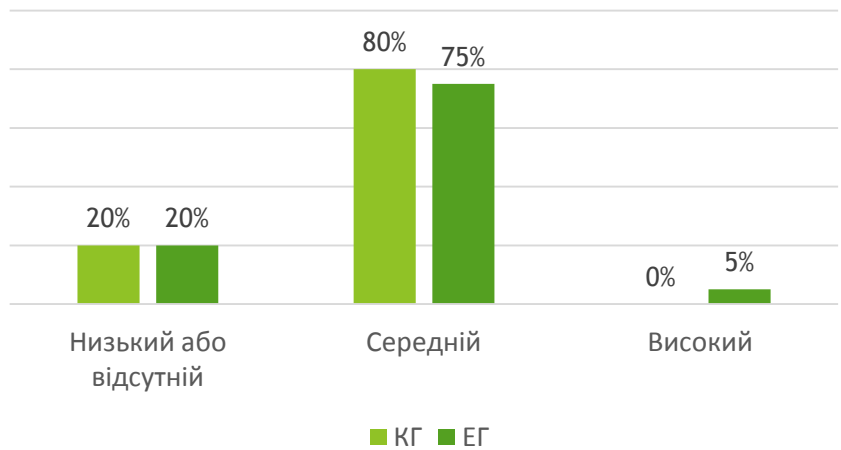


Рис.3.1. Результат дослідження рівня невротизації особистості за методикою В.Бойка в контрольній та експериментальній групах після експерименту

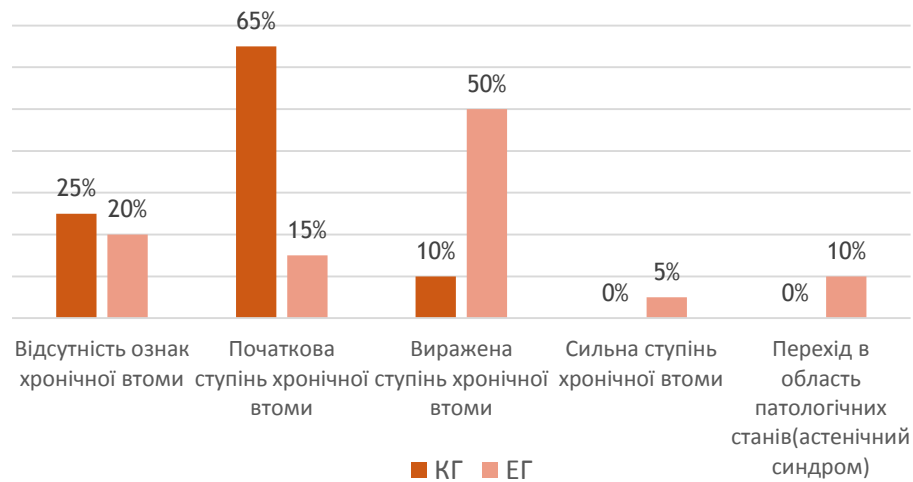


Рис.3.2. Результат дослідження ступеню хронічної втоми (автор А.Б.Леонова) в контрольній та експериментальній групах після експерименту

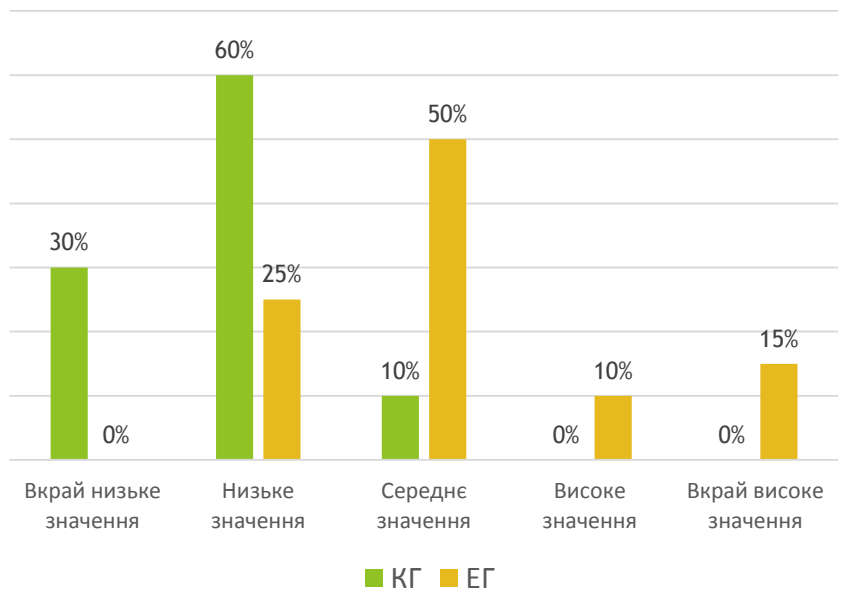


Рис.3.3 Результат дослідження визначення психічного «вигорання» (А.А.Рукавишніков) в контрольній та експериментальній групах після експерименту

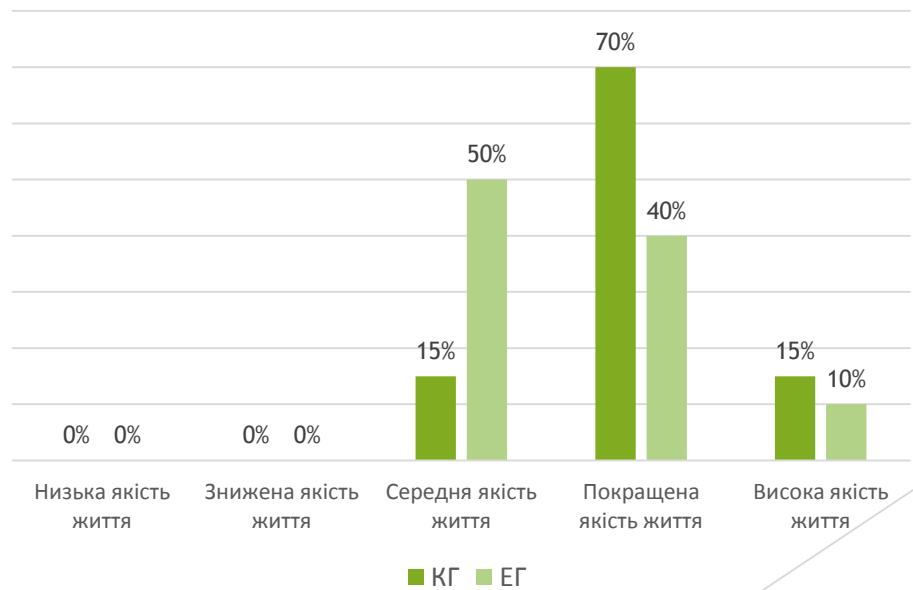


Рис.3.4. Результат дослідження визначення якості життя (SF-36) в контрольній та експериментальній групах після експерименту

Практична значущість дослідження полягає в тому, що отримані результати та запропонована програма можуть бути використані практичними психологами та працівниками психологічних служб у роботі з молодими матерями при вирішенні завдань психологічної допомоги, консультуванні, психокорекції та психотерапії; у процесі психологічної підготовки до подружнього життя та материнства.

**Дякую
за увагу!**