

УДК 159.923.2:347.156.2-055.2-054.73

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2025.1.9>**Лілія КОНЯЄВА**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом», koniaeva_l@ukr.net
ORCID: 0000-0002-8388-2090

Євгенія КРЕСС

магістр з психології, практикуючий психолог приватної практики, ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом», jennyinlove11@gmail.com
ORCID: 0009-0008-6699-1421

ОСОБЛИВОСТІ Я-КОНЦЕПЦІЇ ТА СУБ'ЄКТИВНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО МАТЕРИНСТВА УКРАЇНСЬКИХ ЖІНОК-БІЖЕНОК В УМОВАХ МІГРАЦІЇ

У статті представлені результати дослідження актуальної проблеми, вивчення якої зумовлено появою великої хвилі біженців з України внаслідок російсько-української війни, серед яких найбільше матерів-біженок, які мігрували зі своїми дітьми та опинились в складній ситуації, що може викликати трансформацію їх Я-концепції й материнської ідентичності. Метою статті є дослідження особливостей Я-концепції та суб'єктивної психологічної готовності до материнства українських жінок-біженок в умовах міграції з урахуванням досвіду їх материнства. Методи дослідження: теоретичний аналіз наукової літератури, методи порівняння і узагальнення, анкетування, психологічне тестування, статистичні методи (середніх величин – t-критерій Стьюдента, кореляційний аналіз за критерієм Пірсона). Наукова новизна результатів дослідження: вперше виявлені особливості суб'єктивної психологічної готовності до материнства українських жінок-біженок в умовах міграції з урахуванням сформованості їх Я-концепції, рівня стресостійкості та тривожності.

Результати дослідження показали, що суб'єктивна психологічна готовність до материнства більшості українських жінок-біженок є достатньо сформованою при наявності у них відчуття неготовності до материнства, але більшість з них не втрачають бажання дбати про своїх дітей, надають їм належну емоційну підтримку, відповідально виконують материнські обов'язки. Проте, частині жінок не вистачає внутрішніх ресурсів для реалізації своїх материнських функцій в умовах міграції. Більшості жінок властивий високий рівень диференційованості Я-концепції, причому цей показник, а також соціальне, діяльнісне та рефлексивне «Я» у жінок-біженок, які мають перших дітей до 3 років, є достовірно менш виразними, ніж у жінок з дітьми різного віку. У переважній більшості жінок помітно виражена ідентифікація себе з роллю матері, а також виявлений середній рівень стресостійкості та високий рівень особистісної тривожності. Встановлено, що у жінок-біженок, які мають перших дітей до 3-х років, з вираженою ідентифікацією себе з роллю матері, краще розвинена рефлексивність та образ свого тіла. Проте, жінки цієї групи з виразним діяльним Я менше усвідомлюють свою материнську роль. А у більш досвідчених матерів-біженок широта уявлень про себе виступає ключовим фактором гармонізації різних їх ідентичностей у структурі Я-концепції, проте, усвідомлення своєї материнської ідентичності суттєво не залежить від осмислення ними різних аспектів свого «Я», адже образ матері є у них визначеним, усталеним. Проте, жінки цієї групи з більш виразним усвідомленням свого материнства, менш стресостійкі.

Ключові слова: суб'єктивна психологічна готовність до материнства, Я-концепція, материнська ідентичність, українські жінки-біженки, вимушена міграція.

Lilia Koniaeva, Yevheniia Kress. PECULIARITIES OF SELF-CONCEPT AND SUBJECTIVE PSYCHOLOGICAL READINESS FOR MOTHERHOOD AMONG UKRAINIAN REFUGEE WOMEN IN THE CONTEXT OF MIGRATION

This article presents the results of a study addressing a pressing issue triggered by the large wave of refugees from Ukraine caused by the Russian-Ukrainian war. Among them, the majority are refugee mothers who migrated with their children and found themselves in challenging circumstances, which may lead to transformations in their self-concept and maternal identity. The aim of this article is to investigate the peculiarities of self-concept and subjective psychological readiness for motherhood among Ukrainian refugee women in the context of migration, taking into account their experience of motherhood. The research methods include: theoretical analysis of scientific literature, methods of comparison and generalization, questionnaires, psychological testing, and statistical techniques (mean value analysis using Student's t-test and Pearson correlation analysis). The scientific novelty of the study lies in the fact that, for the first time, the specific features of subjective psychological readiness for motherhood among Ukrainian refugee women in migration conditions have been identified, in relation to the development of their self-concept, levels of stress resilience, and anxiety.

The results of the study show that the subjective psychological readiness for motherhood among most Ukrainian refugee women is sufficiently developed. Even when some report feeling unprepared for motherhood, the majority do not lose the desire to care for their children, provide them with appropriate emotional support, and responsibly fulfill their maternal duties. However, a portion of the women lack internal resources to fully carry out their maternal roles under migration conditions. Most participants exhibit a high level of self-concept differentiation. Nevertheless, this indicator as well as the social, active, and reflective components of the self is significantly less pronounced among refugee women whose firstborn children are under the age of three, compared to those with children of various ages. The vast majority of women show a clearly expressed

identification with the maternal role, along with a moderate level of stress resilience and a high level of personal anxiety. It was found that refugee women with firstborn children under three who strongly identify with the maternal role demonstrate better-developed reflectivity and body image. However, those in this group with a strongly expressed active self show less awareness of their maternal role. In more experienced refugee mothers, the breadth of self-representations serves as a key factor in harmonizing various identities within the structure of the self-concept. Nonetheless, the awareness of their maternal identity does not significantly depend on their understanding of other aspects of the self, as their image of motherhood is already defined and stable. At the same time, women in this group who have a more pronounced awareness of their motherhood demonstrate lower stress resilience.

Key words: subjective psychological readiness for motherhood, self-concept, maternal identity, Ukrainian refugee women, forced migration.

Постановка проблеми. За останнє десятиліття, внаслідок військових конфліктів і політичної нестабільності, особливо за період повномасштабної війни в Україні, значно збільшилась хвиля біженців, які були змушені покинути нашу країну, рятуючи своє життя та своїх рідних. За даними директорки Інституту демографії та соціальних досліджень Е. Лібанової, 66% українських біженців – це жінки, які змушені були шукати притулку в інших країнах. Потрапивши у нове соціокультурне середовище, жінки-біженки, крім численних труднощів, пов'язаних з необхідністю адаптуватися до нових умов, часто без достатнього рівня знань мови приймаючої країни, зіштовхуються з відсутністю належної сімейної і соціальної підтримки, що викликає у них почуття невпевненості у майбутньому. Причому, більшість українських жінок мігрували в інші країни без своїх чоловіків, які залишилися боронити Україну, що спричиняє багато проблем, зокрема соціально-психологічних: роз'єднаність родини, постійне переживання за життя своїх чоловіків, відсутність чоловічої підтримки у вихованні дітей, фінансова нестабільність тощо. Тому в умовах вимушеної міграції реалізація жінками своїх материнських функцій ускладнюється, що привертає науковий інтерес до дослідження особливостей їх суб'єктивної психологічної готовності до материнства, яка пов'язана з материнською ідентичністю, що є складовою Я-концепції жінки.

Г. Шевчук вважає, що сьогодні доцільно вивчати феномен материнства з позиції самосприймання, самоосмислення жінки як матері в ракурсі того, яке місце займає материнство в особистісній сфері жінки, її Я-концепції [10]. Такий підхід, на нашу думку, є особливо конструктивним при дослідженні суб'єктивної психологічної готовності до материнства жінок-біженок, оскільки вони знаходяться в критичній життєвій ситуації, під час переживання якої, за словами С. Хаджирадевої, відбувається переосмислення, переоцінка свого минулого, зміна сенсу життя, а також пов'язана з розбудовою образу «Я», втрата чи зміна провідних мотивів поведінки. А стійкість особистості, її «Я-концепції» є умовою успішного подолання труднощів, які виникають внаслідок критичної ситуації [8, с. 1075].

Українські жінки-біженки опинились в складних обставинах, коли вони вимушені одночасно адаптуватися до нових умов існування в іншокультурному середовищі, фінансово забезпечувати родину, піклуватися та виховувати дітей, що може викликати трансформацію їх Я-концепції, і зокрема материнської ідентичності, та впливати на їх готовність до виконання ролі матері.

Загалом вважається, що Я-концепція є основою вищої саморегуляції людини, на базі якої вона вибудовує свою взаємодію з іншими людьми і ставлення до себе [10]. Я-концепція регулює і спрямовує всі свідомі дії людини і є своєрідним механізмом пристосування до змін у соціальному середовищі [9]. Тому, дослідження особливостей Я-концепції українських жінок-біженок з врахуванням їх материнської ідентичності, в контексті суб'єктивної психологічної готовності до материнства в умовах міграції набуває особливої актуальності, та сприятиме запобіганню їх емоційному вигоранню у шлюбно-сімейних взаєминах, підвищенню їх резильєнтності, знаходженню ефективних шляхів психологічної допомоги у реалізації ними своїх материнських функцій в іншокультурному середовищі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Феномен материнства привертав до себе увагу таких закордонних вчених, як К. Юнг, М. Мід, Е. Еріксон, Д. Пайнз, М. Кляйн, К. Хорні, К. Крінк та ін. Серед українських вчених відомими дослідниками різних аспектів материнства та психологічної готовності до нього є І. Анчева, М. Галицька, Н. Яремчук, Г. Шевчук, І. Пузь, Є. Підчасов, Н. Чепелева, О. Мітіна, І. Томаржевська та ін. А особливості материнства в умовах міграції досліджуються М. Rosinski, S.-Y. Huang, Н. Корчаковою та В. Безлюдною.

Аналіз наукової літератури дозволяє стверджувати, що проблематика, яка цікавить сучасних дослідників материнства, є надзвичайно широкою та різноманітною, проте можна виділити два основних підходи до розгляду материнства як психосоціального феномену: 1) материнство як забезпечення умов розвитку дитини, який фокусується на тому,

як материнська роль створює середовище, що сприяє фізичному, емоційному та соціальному розвитку дитини; 2) материнство як частина особистісної сфери жінки – акцентує увагу на тому, як материнство впливає на самоідентичність та особистісний розвиток жінки.

Нас особливо цікавить другий підхід, оскільки дослідники цього напрямку з'ясовують, як виконання материнської ролі змінює психічний стан жінки, її самоусвідомлення, відносини з іншими людьми та соціальні ролі. Так, М. Галицька зауважує, що материнство як стадія статевої та особистісної ідентифікації вивчається через призму особистісного розвитку жінки і через психологічні та фізіологічні особливості різних етапів репродуктивного циклу [2].

Одним з найважливіших етапів у формуванні материнської ідентичності є вагітність жінки. М. Нероба зазначає, що вагітність є однією з найважливіших фаз життя жінки, яка розглядається як критичний період, що визначає стадію статево-рольової ідентифікації і створює особливі умови для адаптації. Протягом вагітності значно змінюються самосвідомість жінки та її взаємини зі світом, оскільки цей інтенсивний перехідний етап часто супроводжується кризовими переживаннями [5].

Г. Шевчук, розглядаючи феномен материнства, акцентує увагу на формуванні у жінки материнської ідентичності та місці материнства в особистісній сфері жінки, її Я-концепції, вважаючи, що материнська ідентичність є психологічним конструктом, що виражає цілісне прийняття, усвідомлення та переживання жінкою себе як матері та своєї особистісної самореалізації в материнстві. А структура материнської ідентичності за Г. Шевчук включає когнітивний, емоційний і конативний компоненти. Проте, вирішальну роль у формуванні материнської ідентичності відіграють перші два компоненти – більш чітка й емоційно позитивно забарвлена система знань про функції, поведінку і психологічні характеристики матері сприяє більш інтенсивній і гармонійній самоідентифікації жінки з цією роллю та збалансованому входженню материнської ідентичності до загальної структури Я-концепції жінки, що позитивно впливає на її готовність до материнства [4; 10].

Загалом, психологічна готовність до материнства забезпечує більш швидку та якісну адаптацію жінки до ролі матері. Н. Яремчук визначає психологічну готовність до материнства як цілеспрямований психологічний вплив на особистість, результатом якого є сформована готовність до народження та виховання дитини [11].

О. Мітіна на основі теоретичного дослідження психологічних аспектів готовності до материнства, встановила, що науковці переважно виділяють п'ять її складових: 1) особистісну готовність (загальна особистісна зрілість); 2) адекватну модель батьківства (сприятливий особистий досвід); 3) мотиваційну готовність; 4) сформованість материнської компетентності; 5) сформованість материнської сфери (самоусвідомлення себе матір'ю) [4, с. 104]. Таким чином, ідентифікація себе з матір'ю входить у структуру психологічної готовності жінки до материнства.

І. Томаржевська вважає, що у жінки, як майбутньої матусі, формується установка щодо себе та глибинна ідентифікація зі «справжніми» жінками в процесі прийняття на себе соціальної ролі матері. Поступово у жінки з'являється статево-рольова ідентифікація «ми – матері», яка належить до блоку соціально-особистісної готовності до материнства, куди також відносять уявлення про важливі для розвитку дитини особистісні якості матері, позитивне сприйняття своєї материнської ролі, усвідомлення відповідальності за розвиток дитини і свою материнську позицію [7, с. 144]. Таким чином, материнська ідентичність формується поступово та включається в загальну структуру Я-концепції жінки.

На думку Г. Шевчук, такі психологічні утворення як «материнська ідентичність», «особистісна ідентичність», «гендерна ідентичність» та інші входять до структури Я-концепції особистості та поєднуються посередництвом становлення особистісної ідентичності, зміст якої збагачується змістом інших видів ідентичності. Залежно від того, у якій соціально-психологічній ситуації перебуває індивід, відповідний їй вид ідентичності стає динамічним центром Я-концепції особистості. Так, залежно від особливостей соціальної ситуації, материнська ідентичність може перебувати в центрі ідентифікаційної матриці Я-концепції жінки [10].

Загалом, Я-концепція розглядається вченими як система уявлень про себе, яка включає множинність Я, має різні аспекти, розвивається в процесі самоактуалізації особистості. Г. Чайка зазначає, що найбільш суттєвою властивістю Я-концепції є те, що вона є активним утворенням, динамічною, діючою структурою, яка може впливати на поведінку та бути джерелом її змін. Активна Я-концепція опосередковує і регулює поведінку, виконуючи мотиваційну та регуляційну функції, забезпечує стандарти, правила і сценарії поведінки. Я-концепція виконує детермінуючу роль в активності суб'єкта, його стосунках із

середовищем, допомагає виробити ефективні життєві орієнтири. Особливості становлення Я-концепції та розвиненість її численних підструктур є важливими індикаторами адаптованості особистості до найближчого соціального оточення, її внутрішньої готовності до активної поведінки, продуктивної діяльності [9]. Спираючись на зазначені положення щодо Я-концепції, можна припустити, що в нових соціальних умовах вимушеної міграції у жінок-біженок відбувається трансформація їх уявлення про себе, що відображується на структурі їх Я-концепції загалом та материнській ідентичності зокрема, а це, в свою чергу, впливає на успішність їх адаптації до іншокультурного середовища, їх життєві орієнтири та психологічну готовність до реалізації материнських обов'язків.

Аналіз наукових досліджень та публікацій щодо материнства в умовах міграції вказує на їх нечисельність. Особливої уваги заслуговує теоретичне дослідження Н. Корчакової і В. Безлюдної, які здійснили огляд зарубіжних досліджень, де підкреслюються специфічні психологічні виклики, з якими стикаються жінки-біженки під час підготовки до материнства, включаючи стрес, пов'язаний із міграцією, та соціально-психологічні труднощі адаптації. Серед зарубіжних досліджень, які торкнулись проблеми трансформації самосвідомості та ідентичності матерів-мігранток, Н. Корчакова і В. Безлюдна вказують на дослідження М. Rosinski (2018), який розуміє ідентичність матері-мігрантки як простору взаємовідносин, сформованого перехресними впливами материнства і міграції. Також авторки відмічають роботу S.-Y. Huang (2019), в якій простежується ідея втрати частини власного «Я», традицій, коріння матері-мігрантками. Н. Корчакова і В. Безлюдна також аналізують дослідження Шпанес (2010), в якому відображена ідея дисонансу між традиційними установками і реальним стилем материнства та досліджується напруга між культурно успадкованим образом материнства і специфічною практикою його реалізації на відстані, для зменшення якої матері-мігрантки коригують традиційний образ материнства [3, с. 79].

Одним із ключових критеріїв для аналізу трансформації материнства в умовах міграції Н. В. Корчакова і В. І. Безлюдна вважають причину виїзду жінки за кордон, оскільки цей критерій відображує рівень усвідомленості та добровільності прийняття рішення про зміну місця проживання. Авторки зазначають, що жінки, які вимушено покинули свої домівки, стикаються з абсолютно іншими рівнями пси-

хологічного навантаження, ніж у разі добровільної економічної міграції. Жінки-біженки часто не знають кінцевого пункту своєї подорожі, не мають фінансових гарантій, не володіють мовою приймаючої країни, часто мають травматичний досвід перебування в зоні бойових дій, втрати родичів тощо. Все це може призвести до розвитку депресії, посттравматичного стресового розладу і підвищеної тривожності, що вплине на процес адаптації матері в новому соціумі [3, с. 79–80].

Так, С. Хаджирадева на основі анкетування встановила, що серед емоційних порушень, обумовлених стресом, які мають жінки-біженки з України, найбільш поширеними є: 1) проблеми у когнітивній сфері (ослаблення пам'яті, навчання, інтелекту, уваги, психомоторної координації, ефективності обробки інформації тощо), причому майже третина жінок перебувають в стані емоційних гоїдалок (різкі і частіше безпричинні зміни настрою) і не можуть з цим справитись; 2) стан стресу, під дією якого жінки стають дезорганізованими, загальмованими, пасивними, бездіяльними; 3) стани фрустрації та тривожності [8]. Такі серйозні емоційні порушення в українських жінок-біженок, на нашу думку, можуть створювати додаткові труднощі в реалізації ними своєї материнської ролі в умовах міграції та значно погіршити їх психологічне здоров'я.

Отже, аналіз останніх досліджень та публікацій показав, що вивчення особливостей Я-концепції та суб'єктивної психологічної готовності до материнства українських жінок-біженок в умовах вимушеної міграції знаходиться на початковій стадії, що додатково підкреслює актуальність нашого дослідження.

Мета статті – дослідити особливості Я-концепції та суб'єктивної психологічної готовності до материнства українських жінок-біженок в умовах міграції з урахуванням досвіду їх материнства.

Методи дослідження: теоретичний аналіз наукової літератури, методи порівняння і узагальнення, анкетування, психологічне тестування, статистичні методи (середніх величин – t-критерій Стьюдента, кореляційний аналіз за критерієм Пірсона) з використанням програми IBM SPSS Statistics 19.

У дослідженні використовувались наступні **психодіагностичні методика:** проєктивна методика «Хто Я» Т. Макпартленда – М. Куна в модифікації Т. В. Рум'янцевої; україномовна версія шкали стресостійкості Коннора – Девідсона-10 (CD-RISC-10) в адаптації Н. В. Школіної, І. І. Шаповал та ін.; діагностики ситуативної та особистісної три-

можності Спілбергера–Ханіна. Анкетування проводилось за допомогою анкети авторської розробки «Материнство у міграції».

Експериментальна база дослідження. Дослідження проводилося у травні–вересні 2024 року. Вибірку дослідження склали 62 українські жінки-біженки, віком від 20 до 45 років, які на момент його проведення тимчасово проживали за кордоном в різних країнах. З них 51 заміжня, 8 – у стосунках, 3 – розлучені. Всі жінки мають дітей, або принаймні одного, віком до 4-х років.

Виклад основного матеріалу дослідження. Всі досліджувані жінки-біженки були розподілені нами на дві групи в залежності від досвіду материнства: 1 група – жінки з першими дітьми до 3-х років та 2 група – жінки з дітьми різних вікових груп. Жінки, що входили у 2 групу одночасно мали або кілька дітей різного віку (до 4-х років та дітей до 18 років) або дітей 3-4 років. Такий розподіл пояснюється тим, що коли у жінки з'являються перші діти, вона тільки починає освоювати соціальну роль матері та її функції, а її материнська ідентичність лише починає формуватись. Як зазначають Є. Підчасов та Н. Чепелева, у ставленні до материнства продовжуються процеси формування і трансформації з огляду на безпосередній досвід матері. Маленька дитина до 3-х років, особливо, якщо вона перша, є викликом для всієї родини, а матері таких дітей можуть відчувати пригніченість та безпорадність, що має відобразитись на їх самооцінці себе як матері та загалом [6, с. 37–38].

Аналіз результатів дослідження за методикою «Хто Я» здійснювався за такими конструктами Я-концепції матерів-біженок як «соціальне Я», в якому окремо виділялись ідентифікації жінок себе з материнською роллю, «комунікативне Я», «матеріальне Я», «фізичне Я», «діяльнісне Я», «перспективне Я» та «рефлексивне Я», які пропонує врахувати автор модифікованого варіанту цієї методики.

Також нами визначалась диференційованість Я-концепції (загальна кількість ідентифікаційних характеристик себе), аналіз особливостей якої показав, що у більшості жінок-біженок спостерігався високий рівень її прояву (74,1% осіб – у 1-й групі та 94,3% осіб – у 2-й групі). Для таких жінок властиве різнобічне уявлення про себе, усвідомлення різних аспектів свого «Я», орієнтація на свій внутрішній світ, що, як правило, дозволяє їм більш ефективно регулювати свою поведінку та соціальну взаємодію з оточенням. При цьому, у 1-й групі жінок, що мають перших

дітей до 3-х років, було на 20,2% менше таких жінок, ніж у 2-й групі жінок-біженок з дітьми різного віку. Водночас, у 1-й групі було значно більше жінок з середнім рівнем диференційованості Я-концепції (25,9% осіб), ніж у 2-й групі (5,7% осіб). Такі жінки, хоч і мають загально сформоване уявлення про себе, проте вони ще недостатньо добре пізнали своє «Я», свої особистісні якості, соціальні ролі. Причому, диференційованість Я-концепції у 1-й групі жінок-біженок, достовірно менш виражена, ніж у жінок з дітьми різного віку (2 група) (при $p \leq 0,001$) (табл. 1). На нашу думку, це пояснюється процесом переосмислення свого «Я» у жінок з першим досвідом материнства, адже народження перших дітей є значущою подією в житті жінки, яка міняє її життя докорінно, оскільки потребує від неї освоєння складної та дуже відповідальної ролі матері, яку не всі можуть опанувати на належному рівні в перші роки життя дитини. Це значно впливає на загальне уявлення про себе та різні свої якості, соціальні ролі, які у самосвідомості недосвідченої матері, можуть уточнюватись, наповнюватись новим змістом, а деякі, навіть піддаватись сумніву, у зв'язку з усвідомленням нею невідповідності попереднього уявлення про них в контексті теперішніх труднощів реалізації ролі матері, жінки, дружини тощо.

Так, Р. Васильків, аналізуючи роботи інших вчених, зазначає, що жінки, які стають матерями вперше, зустрічаються з розбіжностями між «Я ідеальним» та «Я реальним». У них поступово відбувається прийняття нової ролі, узгодження материнських установок жінки та її уявлень про себе як про матір, а також соціальних очікувань інших, перебудова власних цілей [1]. Саме це, на нашу думку, може створити ситуацію своєрідної кризи ідентичності жінки з першим досвідом материнства, яка спричиняє її невпевненість у собі, підвищену тривожність у зв'язку з недостатньою визначеністю своєї Я-концепції. До того ж у дослідженні Р. Васильків встановлено, що на відміну від жінок з другим досвідом материнства, які мають знання свого «Я» зі всіма недоліками, у матерів з першим досвідом материнства менш виражене прийняття свого цілісного «Я» [1]. Також слід нагадати, що жінки нашої вибірки є біженками, що викликає додаткові труднощі в реалізації ними материнської ролі в умовах міграції, особливо у жінок з маленькими дітьми до 3-х років. Це може ускладнювати трансформацію їх Я-концепції та узгодження різних ідентичностей, які входять до неї.

Середня кількість характеристик за такою складовою Я-концепції як «соціальне Я», яке

пов'язано з ототожненням себе з певними соціальними ролями (гендерними, сімейними, професійними та ін.), у жінок-біженок з дітьми до 3-х років (1 група) є достовірно меншою, ніж у більш досвідчених матерів-біженок (2 група) (при $p \leq 0,05$) (табл. 1). На наш погляд, це пояснюється наявністю ширшого кола спілкування більш досвідчених матерів, які переважно мають кілька дітей різних вікових груп (у сім'ї, у школі, з товаришами своїх дітей тощо), освоєнням ними ширшого спектру соціальних ролей, що сприяє більш чіткому усвідомленню ними функцій, які ці ролі передбачають.

У 95,2% жінок-біженок помітно виражена ідентифікація себе з роллю матері («Я мати», «Я турботлива мати», «Я відповідальна мати»), що вказує на сформованість у них уявлення про свою материнську роль, усвідомлення її значимості, розуміння її функцій. Причому достовірних відмінностей за цією складовою Я-концепції між жінками двох досліджуваних груп не виявлено (табл. 1), що вказує на достатньо чітке усвідомлення своєї материнської ролі не тільки більш досвідченими матерями, але й жінками з першими дітьми до 3-х років та включення материнської ідентичності до їх Я-концепції. Проте у 3,2% жінок з цієї ж групи були зовсім відсутні ідентифікаційні характеристики себе з роллю матері, що може свідчити про недостатнє усвідомлення або навіть відторгнення ними цієї ролі. Можливо, такі жінки не сприймають себе в якості матері або не готові прийняти цю роль як частину своєї ідентичності, що може бути зумовлено особистісними кризами, неготовністю до материнства.

Крім того, за такими складовими Я-концепції як «діяльнісне Я» (здібності до діяльності, вміння, знання, досягнення, інтереси) та «рефлексивне Я» (особистісні якості, особливості характеру, емоційне відношення до себе тощо) у жінок-біженок з першими дітьми до 3-х років була виявлена достовірно менша кількість

характеристик себе, ніж у жінок, які мають дітей різного віку (при $p \leq 0,05$ та $p \leq 0,01$ відповідно) (табл. 1). Тобто, жінки-біженки з більшим досвідом материнства краще усвідомлюють аспекти своєї особистості, пов'язані зі спрямованістю на діяльність, здійсненням різних видів діяльності, що характеризує їх як більш активних, цілеспрямованих, з більш розвиненою суб'єктивністю. На нашу думку, це пояснюється більшою різноманітністю їхньої материнської активності, в яку вони включаються для навчання і виховання своїх дітей різного віку, яка у свою чергу, допомогла їм краще пізнати свої якості, риси характеру, вирішуючи різні виклики материнства, що сприяло розвитку в них кращої здатності до самоаналізу. Розвинена суб'єктивність, під якою в психології розуміється зсередини детермінована спонтанна активність творення власної психіки і себе як суб'єкта, може допомогти жінкам-біженкам краще адаптуватися до нових життєвих обставин та успішніше виконувати свої материнські обов'язки в ускладнених умовах міграції, а рефлексивне «Я» є важливим чинником для розуміння своїх емоцій і переживань у процесі материнства, що сприяє більш ефективній адаптації до ролі матері та розвитку емоційної прив'язаності до дитини.

За іншими складовими Я-концепції (матеріальним, фізичним, комунікативним та перспективним Я) між жінками-біженками двох груп достовірних відмінностей не виявлено (табл. 1). Водночас, нами помічена негативна тенденція стосовно «комунікативного Я» українських жінок-біженок обох груп – більше, ніж у третини з них характеристики цього «Я» не представлені взагалі, причому у 1-й групі таких жінок було значно більше (51,9% осіб), ніж у 2-й групі досвідченіших матерів (22,9% осіб). Це може свідчити про знижений рівень соціальної активності українських жінок-біженок взагалі, про труднощі встановлення контактів їх з оточенням, що може бути наслідком обмеженого кола спілкування в умовах міграції, незна-

Таблиця 1

Порівняння виразності складових Я-концепції українських жінок-біженок з різним досвідом материнства ($Mx \pm m$)

Складові Я-концепції	1 група (n=27)	2 група (n=35)	t – критерій Стьюдента	p
Диференційованість Я-концепції	20,74±1,60	29,17±1,78	3,41	0,001
Соціальне Я	6,96±0,52	8,69±0,65	1,98	0,05
Ідентифікація себе з матір'ю	1,04±0,1	1,06±0,04	0,20	–
Комунікативне Я	1,67±0,45	2,23±0,32	1,04	–
Матеріальне Я	0,89±0,22	1,06±0,29	0,45	–
Фізичне Я	0,59±0,19	1,17±0,23	1,89	–
Діяльнісне Я	3,11±0,5	4,8±0,63	2,02	0,05
Перспективне Я	0,7±0,24	1,03±0,27	0,87	–
Рефлексивне Я	6,63±0,73	10±1,01	2,57	0,01

Примітка: 1 група – жінки з першими дітьми до 3-х років; 2 група – жінки з дітьми різного віку.

ння мови приймаючої країни. А брак спілкування з іншими матерями обмежує можливість отримання цінних порад, емоційної підтримки.

У структурі Я-концепції 51,6% жінок-біженок не представлено їх «фізичне Я», що свідчить про їх незадоволеність власним тілом або психологічний дискомфорт, пов'язаний із зміною фізичного середовища. А позитивне ставлення до свого тіла є важливим чинником для здорової самооцінки під час вагітності та виховання дітей. Крім того, вченими встановлено, що оцінка своєї зовнішності тягне за собою певне самопочуття і може визначати характер взаємин з людьми. Дещо менша представленість фізичних характеристик свого «Я» у жінок-біженок з першими дітьми до 3-х років пояснюється тим, що їхня фігура та зовнішність ще не встигла відновитись після пологів, і вони поки відмовляються приймати своє нове «фізичне Я», що може негативно вплинути на їх відношення до материнства, особливо, якщо вони мають надцінне сприйняття власного тіла, яке є достатньо властивим для сучасних молодих жінок. Так, О. Мітіна зазначає, що, на думку І. Пузь, у більшості жінок з різними формами порушення репродуктивної сфери виявляється специфічне викривлення тілесного компоненту образу «Я» та неадекватна самооцінка [4].

Звертає на себе увагу той факт, що «перспективне Я» (перспективи, наміри, мрії) у 61,3% жінок-біженок в їх Я-концепції не представлено. Це свідчить про відсутність у них чітких життєвих цілей чи планів на майбутнє та може призвести до невпевненості у власному житті, в тому числі і сімейному. На наш погляд, така ситуація пояснюється стресом, викликаним тривалою війною в Україні та невизначеністю жінок щодо свого майбутнього.

Важливими чинниками, що впливають на психологічну готовність до материнства є стресостійкість та особистісна тривожність жінок, які ми дослідили за допомогою української версії шкали стресостійкості Коннора–Девідсона-10 в адаптації Н. В. Школіної, І. І. Шаповал та ін. та методики діагностики ситуативної та особистісної тривожності Спілбергера–Ханіна. Порівняння результатів, отриманих за цими методиками, у жінок-біже-

нок обох груп показав відсутність достовірних відмінностей між ними за всіма зазначеними показниками (табл. 2).

Отже, необхідності порівняльного аналізу зазначених показників між двома групами жінок немає, тому ми проаналізували результати дослідження за цими показниками у всієї вибірки, на основі чого встановили, що 71% жінок-біженок мають середній рівень стресостійкості, а отже здатність опиратися стресу, адаптуватися до змін у них достатньо розвинена. Проте, у складних умовах життя в умовах міграції, частих переживань за своїх близьких, дітей, жінки з таким рівнем стресостійкості іноді можуть не витримати психологічного навантаження, що може негативно вплинути на їхнє психічне здоров'я. Причому, у 11,3% жінок був низький рівень стресостійкості, тобто вони неспроможні адекватно реагувати на стресові ситуації, для них властиві емоційна нестабільність, підвищена чутливість до стресу. Такі жінки-біженки можуть відчувати значні труднощі в адаптації до нових умов, що може призвести до емоційної відчуженості від своїх дітей і нестачі уваги до їхніх потреб. І лише у 17,7% жінок був високий рівень стресостійкості, які здатні знайти внутрішні ресурси для подолання труднощів, зберігаючи спокій, що дозволяє їм бути емоційно доступнішими для своїх дітей, підтримувати їх у важких ситуаціях.

За методикою Спілбергера–Ханіна встановлено, що за шкалою ситуативної тривожності у 90,3% жінок-біженок був середній її рівень, що свідчить про їх дещо підвищену занепокоєність, проте на допустимому рівні. А високий її рівень виявлений у 9,7% жінок-біженок, що вказує на їх підвищену психічну напруженість, схвильованість, сильне занепокоєння. Водночас, у 62,9% жінок-біженок був високий рівень особистісної тривожності, і лише у 37,1% жінок – середній, оптимальний рівень. Отже, більше половини українських жінок-біженок схильні сприймати більшість ситуацій у житті як загрозові, що призводить до чутливої реакції на різноманітні виклики та прояв надмірного хвилювання, яке частіше негативно позначається на здатності управляти своєю поведінкою. Високий рівень три-

Таблиця 2

Порівняння стресостійкості та тривожності в українських жінок-біженок з різним досвідом материнства ($Mx \pm m$)

Показники	1 група (n=27)	2 група (n=35)	t – критерій Стьюдента	p
Стресостійкість	26,37±0,69	27,69±0,81	1,19	–
Ситуативна тривожність	38,67±1,01	39,2±0,74	0,44	–
Особистісна тривожність	47,89±1,12	47,57±0,72	0,25	–

Примітка: 1 група – жінки з першими дітьми до 3-х років; 2 група – жінки з дітьми різного віку.

можності також може погіршувати виконання материнських обов'язків, оскільки жінки, які постійно перебувають у стані тривоги, мають труднощі з концентрацією на потребах своїх дітей, що може призвести до ігнорування важливих аспектів їх виховання, нездатність забезпечити спокійну атмосферу для їх розвитку. Водночас, у нашій вибірці були відсутні жінки з низьким рівнем тривожності, що є природною реакцією українських жінок-біженок на складні життєві обставини (війна, переїзд до іншої країни, розлука з рідними, невизначеність майбутнього). Крім того, матері, які змушені адаптуватися до нових умов, ще більше переживають за своїх дітей.

Кореляційний аналіз за критерієм Пірсона між складовими Я-концепції, стресостійкістю та тривожністю показав наявність певних відмінностей в характері цих взаємозв'язків між двома досліджуваними нами групами жінок-біженок. На основі значущих кореляційних взаємозв'язків ми побудували кореляційні плеяди для кожної групи досліджуваних жінок-біженок (рис. 1 та рис. 2).

У кореляційній плеяді 1-ї групи жінок-біженок з першими дітьми до 3-х років найбільша кількість значущих прямих взаємозв'язків спостерігалась між «рефлексивним Я» та диференційованістю Я-концепції ($r=0,809$), «фізичним Я» ($r=0,744$), ідентифікаціями себе з матір'ю ($r=0,559$), «перспективним Я» ($r=0,479$), «матеріальним Я» ($r=0,463$), «комунікативним Я» ($r=0,448$) (рис. 1). Отже, для жінок-біженок, що мають перших дітей до 3-х років, з більш розвинутою здатністю до самоаналізу, властиві більш розвинене уявлення про себе, різні сторони своєї особистості, в тому числі про свою материнську роль, більш чітко усвідомлення себе в якості суб'єкта спілкування, краще розвинені комунікативні вміння, сформований фізичний образ себе та відношення до матеріальних благ, а також наявність життєвих цілей або планів на майбутнє.

У свою чергу, показник диференційованості Я-концепції, крім зазначеного взаємозв'язку з рефлексивним Я, утворив ще 4 прямих взаємозв'язка з «комунікативним Я» ($r=0,705$) «фізичним Я» ($r=0,657$), «матеріальним Я» ($r=0,557$) та «перспективним Я» ($r=0,475$). А показник «комунікативного Я», крім зазначених вище взаємозв'язків, також прямо взаємозв'язаний з «перспективним Я» ($r=0,551$), а останній – з особистісною тривожністю ($r=0,523$) та ситуативною тривожністю ($r=0,389$), які прямо взаємопов'язані між собою ($r=0,555$). Таким чином, показник «комунікативного Я» об'єднав навколо себе

певне угруповання, що складається із взаємозалежних між собою зазначених складових Я-концепції (рис. 1). Отже, саме розвине уявлення про себе як активного суб'єкта спілкування у жінок-біженок з першими дітьми до 3-х років, тобто здатність їх налагоджувати взаємини з іншими людьми, виступає у них зв'язуючим осередком між загальним уявленням про себе, здатністю їх до самоаналізу та усвідомленням своїх життєвих перспектив. Можливо жінки-біженки цієї групи з більш активною позицією щодо взаємодії з іншими людьми, мають ширше коло спілкування, зіштовхуються з різноманітними ситуаціями в його процесі, що дозволяє їм краще пізнавати себе з різних сторін та стимулює їх до самоаналізу своїх якостей і поведінки. І закономірним є те, що такі матері більш чітко усвідомлюють свої цілі, життєві перспективи. Проте, для жінок, які мають визначені плани на майбутнє, характерним є вищий рівень особистісної й ситуативної тривожності, адже усвідомлюючи ситуацію невизначеності життя в умовах міграції, тривалої війни на Батьківщині, вони схильні відчувати загрозу щодо реалізації поставлених цілей. При цьому, слід враховувати, що вченими встановлено, що хвилювання як матері, так і батька, пов'язані з тривожною поведінкою матері у вихованні, закономірно посилюють тривожність дитини [13].

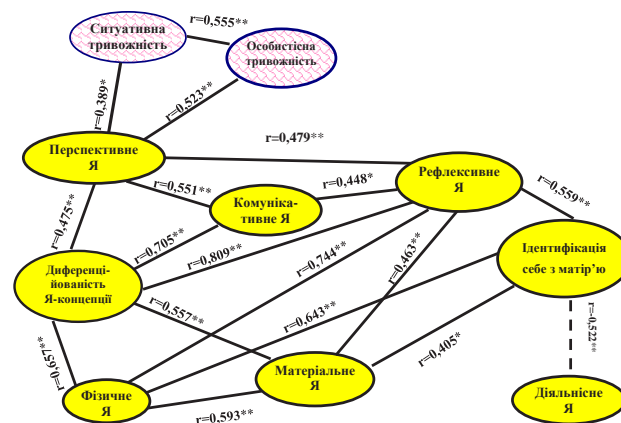


Рис. 1. Кореляційна плеяда значущих взаємозв'язків між різними складовими Я-концепції та тривожністю жінок-біженок з дітьми до 3-х років

Примітка: умовні позначення: – прямий зв'язок; --- зворотний зв'язок; ** – значущий кореляційний зв'язок при $p \leq 0,01$; * – значущий кореляційний зв'язок при $p \leq 0,05$

Звертає на себе увагу той факт, що показник ідентифікації себе з матір'ю у жінок-біженок 1-ї групи, крім зазначеного вище взаємозв'язку з «рефлексивним Я», також прямо корелює з «фізичним Я» ($r=0,643$)

і «матеріальним Я» ($r=0,405$) та обернено – з «діяльнісним Я» ($r=-0,522$), а «фізичне Я» та «матеріальне Я», в свою чергу прямо взаємопов'язані між собою ($r=0,593$) (рис. 1). Тобто, у жінок-біженок, які мають перших дітей до 3-х років, зі сформованим уявленням про свою материнську роль, краще розвинена рефлексивність, образ свого тіла та відношення до матеріальних благ. Розвинена здатність до самоаналізу і усвідомлення своїх внутрішніх переживань, сприяє формуванню чіткого розуміння своїх цінностей, соціальних ролей, а у випадку жінок-біженок з першими дітьми до 3-х років, які стикаються зі значним стресом через міграцію й освоєння нової соціальної ролі матері, ця здатність стає необхідною для переосмислення своєї ідентичності в нових умовах. Жінки з високим рівнем рефлексії мають більше шансів усвідомлено прийняти роль матері, розуміти її важливість, бачити материнство як частину свого самовизначення. Водночас, чітке усвідомлення своїх фізичних змін та особливостей, зокрема пов'язаних із материнством, сприяє формуванню у жінок глибшої ідентифікації з цією роллю. А жінки з більш вираженим «матеріальним Я» частіше мають краще матеріальне забезпечення, що в свою чергу, сприяє прийняттю ними нової для себе ролі матері, яка може забезпечити більш стабільне життя для своєї дитини. Зворотній взаємозв'язок між показником ідентифікації себе з матір'ю та «діяльнісним Я» жінок 1-ї групи, пояснюється тим, що більш активні, енергійні жінки з першим досвідом материнства можуть відчувати, що маленька дитина обмежує їх реалізацію себе у професійній діяльності, задоволенні своїх інтересів, до чого вони ще не звикли, до того ж у них ще не вистачає досвіду гармонійного поєднання догляду за дитиною з різними видами діяльності.

У кореляційній плеяді 2-ї групи жінок-біженок, що мають дітей різного віку (рис. 2), чітко видно кілька угруповань певних складових Я-концепції, ключовим осередком між якими виступає показник її диференційованості, який утворив прямі значущі взаємозв'язки: 1) з «рефлексивним Я» ($r=0,663$) – найтісніший, та «фізичним Я» ($r=0,564$), які також прямо взаємопов'язані між собою ($r=0,410$); 2) «з комунікативним Я» ($r=0,590$) та «діяльнісним Я» ($r=0,575$), які прямо корелюють між собою ($r=0,517$); 3) з «матеріальним Я» ($r=0,582$), яке також прямо корелює з «соціальним Я» ($r=0,473$).

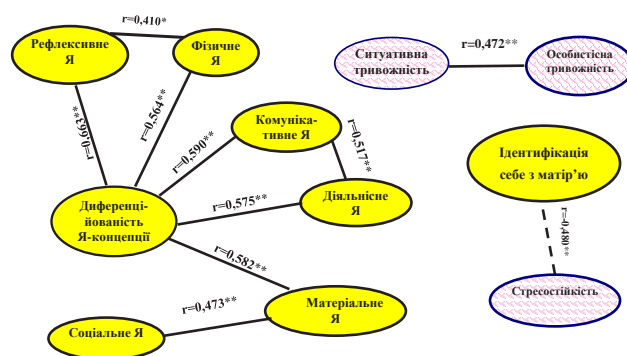


Рис. 2. Кореляційна плеяда значущих взаємозв'язків між різними складовими Я-концепції, стресостійкістю і тривожністю жінок-біженок з дітьми різного віку

Примітка: умовні позначення: – прямий зв'язок; --- зворотний зв'язок; ** – значущий кореляційний зв'язок при $p \leq 0,01$; * – значущий кореляційний зв'язок при $p \leq 0,05$

Таким чином, у більш досвідчених матерів-біженок, саме широта та різноманіття уявлень про себе є ключовим фактором гармонізації різних ідентичностей, що входять у структуру їх Я-концепції. Виходячи з вищезазначених взаємозв'язків, у жінок-біженок, які мають дітей різного віку, з більш розвиненим уявленням про себе, водночас краще розвинені рефлексивні здібності, фізичний образ власного Я, спостерігається більш чітке усвідомлення себе суб'єктом різних видів діяльності та спілкування, свого відношення до матеріальних благ, що в свою чергу, впливає на краще усвідомлення ними своїх соціальних ролей.

Звертає на себе увагу той факт, що показник ідентифікації себе з матір'ю в 2-й групі жінок не утворив жодного значущого взаємозв'язка з іншими складовими їх Я-концепції, що вказує на те, що усвідомлення своєї материнської ідентичності у більш досвідчених матерів суттєво не залежить від усвідомлення ними різних аспектів свого Я. Можливо це пояснюється тим, що образ матері в їх Я-концепції, є більш чітким, визначеним, усталеним, ніж у жінок-біженок з першим досвідом материнства, і при зміні, наприклад, свого відношення до власного тіла, зменшення діяльнісної активності, у цих матерів усвідомлення своєї материнської ідентичності суттєво не змінюється, вона не піддається сумніву. Це вказує на їх кращу готовність до материнства, особливо в складних умовах міграції. Проте, материнська ідентичність таких жінок зворотньо взаємопов'язана з їх стресостійкістю. Це пояснюється тим, що виконання ролі матері при наявності кількох дітей в умовах міграції

значно ускладнюється, особливо, якщо поруч немає чоловіка, а усвідомлення цього, велика відповідальність за своїх дітей, робить цих матусь більш чутливими до дії стресу, емоційно вразливими, що може знизити їх адаптаційні можливості. Так, закордонні дослідники J. E. Morris та R. Levine Coley встановили, що характеристики, які виснажують ресурси, зокрема сімейні фактори (наприклад, більше маленьких дітей, наявність дитини з обмеженими можливостями), пов'язані з більшою напругою ролі матері [12]. Отже, матусі з дітьми різного віку, особливо багатодітні, потребують цілеспрямованого розвитку їх резильєнтності.

Наступним кроком у нашому дослідженні був аналіз результатів створеної нами авторської анкети «Материнство у міграції», яка надає важливу інформацію про емоційні, соціальні, когнітивні та поведінкові аспекти суб'єктивної психологічної готовності до материнства в умовах міграції. За більшістю питань цієї анкети відповіді суттєво не відрізнялись в двох групах досліджуваних жінок-біженок, тому ми здійснили аналіз її результатів для всієї вибірки.

Аналіз відповідей на питання анкети показав, що більшість українських жінок-біженок (51,6%) не має бажання знов народжувати дітей в умовах міграції; 17,7% осіб бажають, але мають сумніви; 19,4% осіб все ж таки мають бажання народжувати у міграції, а серед 11,3% жінок, що обрали варіант «інше» були такі, які вказували, що їм вже достатньо народжених дітей, а також ті, що зазначили наявність такого бажання при наявності поруч чоловіка. Серед емоцій та почуттів, які відчувають українські жінки-біженки при думці про вірогідність стати матір'ю в умовах міграції, 40,3% осіб відчувають занепокоєння, тривогу та/або побоювання; 17,7% осіб – спокій; 14,5% осіб повідомили про радість і піднесений настрій; 11,3% осіб – невпевненість у собі, безсилля та/або розгубленість, а 3,2% жінок – засмучення та/або пригніченість, що свідчить про значний емоційний дискомфорт з цього питання у цих жінок. Серед 12,9% жінок, що обрали варіант «інше», були відповіді про переживання змішаних почуттів: «радість бути мамою, але розуміння того, що самій буде важко». Водночас, у 72,6% жінок бажання піклуватися про дітей в умовах міграції не зменшується, тобто міграція не підриває материнських почуттів цих українських матусь і бажання забезпечити добробут своїх дітей. Проте, 25,8% осіб зазначили про зменшення цього бажання, з них 17,7% жінок зізналися, що у них про-

сто не вистачає сил на це. При цьому, українські жінки в переважній більшості (79% осіб) справляються з наданням емоційної підтримки своїм дітям в умовах міграції, причому серед них 41,9% жінок завжди успішно вирішують це завдання, що свідчить про розвиненість емоційного компоненту суб'єктивної психологічної готовності до материнства цих жінок-біженок в умовах міграції. Лише 9,7% жінок зізналися, що їм дуже важко і вони іноді розгублюються, не знаючи, як діяти, що демонструє потребу в їх додатковій підтримці.

Когнітивна та поведінкова складові суб'єктивної психологічної готовності українських матусь-біженок також є достатньо розвиненими, що підтверджують такі результати анкетування: 1) 82,2% жінок мають хоча б деякі знання про виховання дітей, причому в умовах міграції, українські матусі найбільше цінують знання про психічний розвиток дітей (53,2% осіб) та підходи до їх виховання (30,6% осіб); 2) 51,6% жінок брали участь у тренінгах або курсах з виховання дітей, що є позитивним фактом, адже вони прагнуть постійно вдосконалювати свої материнські навички; 3) 82,3% жінок-біженок регулярно намагаються дізнатися більше про підготовку до материнства (через книги, курси чи спілкування з іншими матерями), а отже вони усвідомлюють важливість постійного навчання і саморозвитку; 4) 53,2% осіб жінок-біженок приділяють особливу увагу питанню підготовки до материнства, що засвідчує їх відповідальне ставлення до ролі матері та бажання забезпечити своїм дітям найкращі умови для розвитку, а 32,3% матусь обмежуються збором загальної інформації з цього питання.

Цікаво, що на питання «Як Ви оцінюєте свою готовність до материнства на даний момент?» 45,2% жінок відповіли «зовсім не готова», а 29% жінок – «не зовсім готова». Отже, більшість українських жінок-біженок відчувають сумніви та тривоги щодо своєї психологічної готовності до материнства в умовах міграції, оскільки вони пов'язані з серйозними соціальними, економічними, психологічними труднощами. І лише 6,5% жінок вважають себе повністю готовими до материнства на даний момент, а 19,4% жінок – скоріше готовими. Проте, результати анкетування за попередніми питаннями показують, що, незважаючи на суб'єктивне відчуття неготовності, більшість жінок здатні до піклування про своїх дітей в умовах міграції, відповідально ставляться до виконання материнських обов'язків, мають сильний емоційний зв'язок зі своїми дітьми та здатні забезпечити їм належний догляд і тур-

боту. Ймовірно зовнішні обставини та психологічний тиск, пов'язаний з міграцією, впливають на їхню самооцінку, але не знижують їхніх реальних здібностей до виконання материнських функцій.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Суб'єктивна психологічна готовність до материнства у більшості українських жінок-біженок є достатньо сформованою, оскільки, незважаючи на суб'єктивне відчуття неготовності їх до материнства, переважно негативні емоції (занепокоєння, невпевненість, розгубленість), що виникають у них при думці про вірогідність стати матір'ю в умовах міграції, більшість з них все ж таки не втрачають бажання дбати про своїх дітей, надають їм належну емоційну підтримку, відповідальні у виконанні материнських обов'язків, мають необхідні знання для виховання дітей та прагнуть їх постійно вдосконалювати. Але, частині жінок не вистачає внутрішніх ресурсів для реалізації материнських функцій в умовах міграції.

Встановлено, що для більшості українських маюць властивий високий рівень диференційованості Я-концепції, причому цей показник, а також соціальне, діяльнісне та рефлексивне «Я» у жінок-біженок, які мають перших дітей до 3 років, є достовірно менш виразними, ніж у жінок з дітьми різного віку. Скоріше за все, у частини жінок з першим досвідом материнства відбуваються процеси переосмислення свого «Я» у зв'язку освоєнням нової для себе та відповідальної ролі матері.

У більшості українських жінок-біженок обох груп виявлена достатньо виражена ідентифікація себе з роллю матері, що вказує на сформованість у них материнської ідентичності, усвідомлення її значення. Проте, помічена негативна тенденція – відсутність характеристик комунікативного, перспективного та

фізичного «Я» в структурі Я-концепції значної частини українських жінок обох груп, що може негативно вплинути на їх психологічну готовність до материнства в умовах міграції. Водночас, у більшості жінок-біженок обох груп був середній рівень стресостійкості, що вказує на достатньо розвинену у них здатність долати виклики, пов'язані з адаптацією до умов міграції. Проте, помітна частина жінок мала низький рівень стресостійкості, а у більшості жінок був високий рівень особистісної тривожності, що свідчить про недостатні психологічні ресурси для успішного подолання ними стресових ситуацій у нових життєвих умовах.

Кореляційний аналіз показав, що у жінок-біженок, які мають перших дітей до 3-х років, з вираженою ідентифікацією себе з роллю матері, краще розвинена рефлексивність та образ свого тіла. Проте, жінки цієї групи з виразним діяльним Я менше усвідомлюють свою материнську роль, оскільки можуть відчувати, що маленька дитина обмежує їх реалізацію себе у професійній діяльності, захопленнях.

А у більш досвідчених матерів-біженок широта уявлень про себе виступає ключовим фактором гармонізації різних ідентичностей у структурі їх Я-концепції, проте, усвідомлення своєї материнської ідентичності суттєво не залежить від осмислення ними різних аспектів свого «Я», адже образ матері є у них більш визначеним, усталеним. Водночас, такі жінки виявились менш стресостійкими, що пояснюється їх більшою чутливістю до дії стресу, підвищеною психічною напругою і відповідальністю у зв'язку з необхідністю виховання кількох дітей в умовах міграції.

У перспективі нами планується здійснити розробку корекційно-розвивальних заходів, спрямованих на вдосконалення психологічної готовності до материнства українських жінок-біженок, зниження їх тривожності та підвищення резильєнтності.

Література:

1. Васильків Р. Я. Особливості самоставлення матерів з першим досвідом материнства: кваліфікаційна на здобуття освітнього ступеня магістра спеціальності «053 – Психологія». Львів. 2022. 44 с.
2. Галицька М. Особливості материнства як частини особистісної сфери жінки: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Одеса, 2019. 20 с.
3. Корчакова Н., Безлюдна В. Материнство у міграції: огляд зарубіжних досліджень. *Психологія: реальність і перспективи. Збірник наукових праць РДГУ*. 2023. Вип. 20. С. 77–89.
4. Мітіна О. Л. Психологічні аспекти готовності жінок до реалізації репродуктивної функції. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. № 1. С. 102–107.
5. Нероба М. Материнство як психологічний феномен. *Педагогічний процес : теорія і практика*. 2015. Вип. 3. С. 90–99.
6. Підчасов Є. В., Чепелева Н. І. Психологічна особливість ставлення до материнства жінок, які мають перших дітей до 3-х років. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. №3. С. 35–39.

7. Томаржевська І. Теоретичні аспекти проблеми психологічної готовності до материнства в молодих жінок. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Київ, 2021. Том 32 (71), № 1. С. 141–146.
8. Хаджирадева С. Стратегування щодо підтримки ментального здоров'я жінок-біженок з України. *Публічне управління та регіональний розвиток: наук. журнал*. 2023. № 22. С. 1063–1080.
9. Чайка Г. В. Я-концепція як структурно-динамічний аспект поняття «Я» в працях українських і зарубіжних дослідників. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2016. Том. XIV, №11. С. 196–211.
10. Шевчук Г. Материнська ідентичність у структурі Я-концепції жінки. *Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології"*. 2010. № 9. С. 765–777.
11. Яремчук Н. Психологічна готовність жінки до материнства: вікові особливості. *Неперервна професійна освіта : теорія і практика*. 2019. № 1-2. С. 167–173.
12. Morris J. E., Levine Coley R. Maternal, Family, and Work Correlates of Role Strain in Low-Income Mothers. *Journal of Family Psychology*. 2004. №18(3). С.424–432. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.3.424> (індексовано в Scopus).
13. Zhou S., Li X. Maternal and paternal worry, anxious rearing behaviors, and child anxiety during the preschool years. *Journal of Family Psychology*. 2022. № 36 (3). С. 468–478. <https://doi.org/10.1037/fam0000902> (індексовано в Scopus).