

ПРЕДИКТОРЫ ПСИХОСОМАТИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ РЕБЕНКА

PREDICTORS OF A CHILD'S PSYCHOSOMATIC WELL-BEING

Семенова Кристина Сергеевна

Semenova Kristina Sergeevna

Курский государственный медицинский
университет

Kursk State Medical University

E-mail: kristina.samsonenko21@yandex.com

Резюме

В статье рассматриваются предикторы психосоматического благополучия ребенка, такие как готовность к материнству и привязанность матери к ребенку. Раскрываются их понятия, их влияние на жизнедеятельность ребенка. Готовность к материнству является важным аспектом жизни каждой женщины. Она включает в себя физическую, психологическую и эмоциональную готовность, а также поддержку окружающих людей. Не все женщины готовы к материнству, что может привести к серьезным последствиям для ребенка. Физическая готовность — это состояние здоровья женщины, которая позволяет ей выносить и родить ребенка. Психологическая готовность — это способность женщины адаптироваться к новой роли матери и быть готовой к изменениям в своей жизни. Эмоциональная готовность — это способность женщины испытывать эмоции, связанные с материнством. Важным аспектом готовности к материнству является также поддержка окружающих людей. Привязанность матери к ребенку является ключевым фактором для обеспечения психосоматического благополучия ребенка. Матери должны стремиться к созданию благоприятной атмосферы в семье и поддержке близких отношений с детьми. Они также должны учиться управлять своими эмоциями и обращаться за помощью к специалистам, если возникают проблемы в отношениях с детьми. Готовность к материнству должна начинаться задолго до беременности и включать в себя физическую, психологическую и эмоциональную подготовку, а также поддержку окружающих людей.

Ключевые слова: готовность к материнству, привязанность матери к ребенку, психосоматическое благополучие ребенка, предикторы психосоматического благополучия ребенка.

Summary

The article discusses predictors of a child's psychosomatic well-being, such as readiness for motherhood and mother's attachment to the child. Their concepts and their influence on the child's life are revealed. Readiness for motherhood is an important aspect of every woman's life. It includes physical, psychological and emotional readiness, as well as the support of people around you. Not all women are ready for motherhood, which can lead to serious consequences for the child. Physical readiness is a woman's state of health that allows her to carry and give birth to a child. Psychological readiness is a woman's ability to adapt to a new role as a mother and be ready for changes in her life. Emotional readiness is a woman's ability to experience emotions related to motherhood. An important aspect of readiness for motherhood is also the support of people around you. The attachment of the mother to the child is a key factor for ensuring the psychosomatic well-being of the child. Mothers should strive to create a favorable atmosphere in the family and support close relationships with children. They should also learn to manage their emotions and seek help from specialists if there are problems in their relationships with children. Readiness for motherhood should begin long before pregnancy and include physical, psychological and emotional preparation, as well as the support of others.

Key words: readiness for motherhood, mother's attachment to the child, psychosomatic well-being of the child, predictors of psychosomatic well-being of the child.

Библиографическая ссылка на статью

Семенова К.С. Предикторы психосоматического благополучия ребенка // Innova. - 2024. - Т.10 № 1. - С. 51-53.

References to the article

Semenova K.S. Predictors of a child's psychosomatic well-being // Innova. - 2024. - T.10 No. 1. - P.51-53.

Актуальность данной темы заключается в том, что готовность к материнству является важным аспектом жизни каждой женщины, так как она влияет на психосоматическое благополучие ребенка. Не все женщины готовы к материнству, что может привести к серьезным последствиям для ребенка. Поэтому необходимо уделить должное внимание физической,

психологической и эмоциональной подготовке перед беременностью. Подготовка должна начинаться задолго до беременности и включать в себя медицинское обследование, психологическую готовность, эмоциональную готовность и поддержку окружающих людей. Особое внимание следует уделить привязанности матери к ребенку, так как это

является ключевым фактором для обеспечения психосоматического благополучия ребенка.

Цель исследования – изучить предикторы психосоматического благополучия ребенка младенческого возраста

В нашей работе были использованы следующие методы: теоретический анализ.

Готовность к материнству является важным аспектом жизни каждой женщины. Она включает в себя физическую, психологическую и эмоциональную готовность, а также поддержку окружающих людей. Однако, не все женщины готовы к материнству, что может привести к серьезным последствиям для ребенка.

Физическая готовность – это состояние здоровья женщины, которое позволяет ей выносить и родить ребенка. Для этого необходимо пройти медицинское обследование и убедиться в отсутствии противопоказаний для беременности и родов. Также важно следить за своим здоровьем во время беременности, чтобы избежать возможных осложнений.

Психологическая готовность – это способность женщины адаптироваться к новой роли матери и быть готовой к изменениям в своей жизни. Важно понимать, что материнство – это большая ответственность, требующая терпения, любви и заботы о ребенке. Женщина должна быть готова к тому, что ее жизнь изменится навсегда, и она должна научиться справляться со всеми трудностями, которые могут возникнуть в процессе воспитания ребенка.

Эмоциональная готовность – это способность женщины испытывать эмоции, связанные с материнством, такие как любовь, радость, грусть и разочарование. Женщина должна быть готова к тому, что ее чувства будут меняться в зависимости от ситуации, и она должна научиться контролировать свои эмоции, чтобы не навредить ребенку [4].

Важным аспектом готовности к материнству является также поддержка окружающих людей. Женщина должна иметь поддержку со стороны семьи, друзей и коллег, чтобы чувствовать себя уверенно и спокойно в процессе беременности и родов.

Существует множество исследований, подтверждающих связь между готовностью к материнству и психосоматическим благополучием ребенка. Например, исследования показали, что женщины, которые были хорошо подготовлены к материнству, имеют более низкий уровень стресса и тревожности во время беременности и родов. Кроме того, они чаще обращаются за помощью к специалистам и принимают активное участие в

уходе за ребенком после рождения [1].

Однако, есть и другая сторона медали. Некоторые женщины, которые не были достаточно подготовлены к материнству, могут столкнуться с проблемами, такими как депрессия, тревожность и постпартумный синдром. Эти проблемы могут негативно сказаться на здоровье ребенка и его развитии [3].

Привязанность матери к ребенку является одним из ключевых факторов, влияющих на психосоматическое благополучие ребенка. Исследования показывают, что дети, которые имеют крепкую привязанность к матери, лучше развиваются и имеют меньший риск возникновения различных заболеваний.

Привязанность матери к ребенку формируется в первые месяцы жизни ребенка и зависит от многих факторов, таких как стиль общения, уровень эмоциональной поддержки и т.д. Если мать испытывает положительные эмоции по отношению к ребенку, то это способствует формированию крепкой привязанности [5].

Кроме того, привязанность матери к ребенку может повлиять на ее поведение в отношении ребенка. Например, если мать испытывает негативные эмоции по отношению к ребенку, то это может привести к нарушению его психического и физического здоровья [2].

Выводы: таким образом, готовность к материнству и привязанность матери к ребенку являются важными факторами для обеспечения психосоматического благополучия ребенка. Матери должны стремиться к тому, чтобы создавать благоприятную атмосферу в семье и поддерживать близкие отношения с детьми. Они также должны учиться управлять своими эмоциями и обращаться за помощью к специалистам, если возникают проблемы в отношениях с детьми. Женщины должны быть готовы к тому, что их жизнь изменится навсегда, и они должны научиться справляться со всеми трудностями, которые могут возникнуть в процессе воспитания ребенка. Подготовка к материнству должна начинаться задолго до беременности и включать в себя физическую, психологическую и эмоциональную подготовку, а также поддержку окружающих людей.

Результаты: готовность к материнству и привязанность матери к ребенку являются важными факторами для обеспечения психосоматического благополучия ребенка. Это подтверждается многими исследованиями, которые показывают, что дети, которые имеют крепкую привязанность к матери, лучше развиваются и имеют меньший риск

возникновения различных заболеваний. Кроме того, привязанность матери к ребенку может повлиять на ее поведение в отношении ребенка, например, если мать испытывает негативные эмоции по отношению к ребенку, то это может привести к нарушению его психического и физического здоровья. Поэтому женщинам, планирующим стать матерями, необходимо уделить должное внимание физической, психологической и эмоциональной подготовке перед беременностью, а также поддержке окружающих людей. Особое внимание следует уделить привязанности матери к ребенку, так как это является ключевым фактором для обеспечения психосоматического благополучия ребенка.

Литература.

1. Гурьянова Т. А. Психологическая готовность к материнству как динамическое системно-структурное образование // Ползуновский вестник. 2005. №3. URL: [https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-gotovnost-k-materinstvu-kak-dinamicheskoe-](https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-gotovnost-k-materinstvu-kak-dinamicheskoe-sistemno-strukturnoe-obrazovanie)

sistemno-strukturnoe-obrazovanie (дата обращения: 09.11.2023).

2. Джон Боулби Привязанность / Джон Боулби — . — Москва: , 2003 — 287 с.

3. Корнетов Николай Алексеевич Послеродовая депрессия - центральная проблема охраны психического здоровья раннего материнства // Бюллетень сибирской медицины. 2015. №6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/poslerodovaya-depressiya-tsentralnaya-problema-ohrany-psihicheskogo-zdorovya-rannego-materinstva> (дата обращения: 09.11.2023).

4. Мещерякова С. Ю., Авдеева Н. Н., Ганошенко Н. И. Изучение психологической готовности к материнству как фактор развития последующих взаимоотношений ребенка и матери. URL: <https://www.psychology.ru/library/00072.shtml>.

5. Мещерякова С. Ю. Психологическая готовность к материнству. URL: [http://psychlib.ru/mgppu/periodica/VP052000/MPG-018.HTM#\\$p18](http://psychlib.ru/mgppu/periodica/VP052000/MPG-018.HTM#$p18).