

## СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В МЕДИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОЛОГІЇ ЗДОРОВ'Я

УДК 159.9

DOI: 10.31558/2786-8745.2024.1(4).7

### ВПЛИВ ВІЙНИ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ВАГІТНИХ ЖІНОК

**Матохнюк Людмила Олександрівна**

доктор психологічних наук, професор

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6316-2352>

**Оверчук Вікторія Анатоліївна**

доктор психологічних наук, професор

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7744-9346>

***Анотація.** У статті увага приділяється психологічному здоров'ю вагітних жінок що є важливим аспектом та впливає на майбутнє дитини, особливо в умовах війни. Вагітні жінки стикаються з підвищеним рівнем стресу та тривожності, що може призвести до серйозних психічних і фізичних ускладнень. Війна додає до цього низку викликів, включаючи небезпеку для життя, втрату близьких, руйнування інфраструктури та порушення соціальних зв'язків. Це може призвести до депресивних розладів, посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та підвищеного рівня кортизолу, що збільшує ризик передчасних пологів і народження дітей з низькою вагою. Вивчення впливу війни на психічний стан вагітних жінок стає дедалі актуальнішим, з огляду на зростання кількості збройних конфліктів. Перші дослідження у цьому напрямі були проведені в контексті світових воєн і збройних конфліктів в Іраку, Афганістані, Сирії тощо. Вони показали, що вагітні жінки, які зазнали впливу війни, частіше стикаються з симптомами депресії, тривожних розладів та ПТСР. Однак бракує системних досліджень, які б враховували довгострокові наслідки війни на психічне здоров'я вагітних жінок та їхніх дітей. Особливо важливо розробити ефективні методи психологічної підтримки вагітних жінок у зонах конфлікту, враховуючи індивідуальні особливості та рівень стресостійкості. Спеціальні програми допомоги повинні включати індивідуальні та групові терапевтичні сесії, а також медичну допомогу, спрямовану на зменшення ризиків для здоров'я матері та дитини. Перспективи подальших досліджень включають створення таких програм, а також вивчення впливу війни на розвиток дітей, які народилися під час конфліктів, та вдосконалення існуючих методик психологічної допомоги.*

*Загалом, вплив війни на психологічний стан вагітних жінок є надзвичайно серйозною проблемою, яка потребує подальших досліджень і*

*розробки відповідних стратегій психологічної підтримки та медичної допомоги.*

**Ключові слова:** *психічний стан, психологічне здоров'я, симптоми, вагітна жінка, наслідки війни.*

**Постановка проблеми у загальному вигляді.** Психологічне здоров'я вагітних жінок є важливим аспектом не тільки для матері, але й для її майбутньої дитини, що безпосередньо залежить від психоемоційного стану матері протягом періоду вагітності. Вагітні жінки стикаються з підвищеним рівнем стресу та тривожності навіть за умов мирного часу, що вже впливає на їхній психічний стан. Проте в умовах війни ці фактори значно посилюються і можуть мати критичний вплив на здоров'я як матері, так і дитини.

Війна є травматичною подією, яка несе низку викликів для психічного здоров'я населення. Ситуація невизначеності, небезпека для життя, втрата близьких людей, руйнування інфраструктури та порушення соціальних і економічних зв'язків створюють додаткові стресові фактори для вагітних жінок. Вони, поряд із фізіологічними змінами, які відбуваються в організмі під час вагітності, можуть спричинити підвищену тривожність, депресивні розлади, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), а також фізичні ускладнення.

З огляду на зростання кількості збройних конфліктів у світі, питання впливу війни на психічний стан вагітних жінок набуває дедалі більшої актуальності. Це завдання має на меті не лише

зменшення негативних наслідків для здоров'я матері та дитини, але й розробку відповідних стратегій психологічної підтримки та лікування. Вивчення цього питання стає важливим науковим завданням, адже сприяє збереженню фізичного та психологічного здоров'я жінок у складних умовах.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Проблема психологічного стану вагітних жінок у стресових умовах є предметом численних досліджень. Серед наукових праць, присвячених психологічній готовності до материнства, можна виокремити дослідження Д. Боулбі, Д.У. Віннікотта, М.І. Лісіної, Г.Г. Філіппової, Л.С. Виготського, А.В. Запорожця та ін., О.П. Проскурняк, З. Крижановська, І.М. Лук'яненко, О.Л. Кононко, Т. Гур'янова та ін., які визначили основні компоненти та аспекти психологічної готовності жінок до материнства. Проте наукові праці, присвячені впливу саме військових конфліктів, є відносно новими. Перші дослідження у цьому напрямі проводилися в контексті світових воєн і збройних конфліктів, таких як війни в Іраку, Афганістані, Сирії та інших країнах.

Вчені виявили, що вагітні жінки під час війни значно частіше стикаються з симптомами депресії, тривожних розладів та ПТСР. Дослідження, проведені на основі конфлікту в Сирії, показали, що

більшість вагітних жінок, які пережили бомбардування або втратили близьких, мали підвищений рівень кортизолу (гормон стресу), що призводило до зростання кількості випадків передчасних пологів і народження дітей з низькою вагою.

Однак варто зазначити, що в науковій літературі бракує системних досліджень, присвячених довгостроковим наслідкам війни на психічне здоров'я вагітних жінок і їхніх дітей. Відсутність комплексних досліджень, які б враховували вплив різних факторів, таких як ступінь травматизації, соціальна підтримка, економічний стан та інші аспекти, створює прогалини у розумінні цієї проблеми.

**Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми.** Попри значну кількість досліджень, присвячених впливу стресових факторів на психічний стан вагітних жінок, питання впливу війни залишається недостатньо вивченим. Особливо це стосується довгострокових наслідків війни для психічного здоров'я жінок та їхніх дітей, адже вплив стресу може відбитися на психологічному розвитку дитини навіть через багато років після завершення конфлікту. Нерозв'язаними залишаються питання щодо ефективних методів психологічної підтримки вагітних жінок у зонах конфлікту та після завершення бойових дій. Існує потреба у створенні спеціалізованих програм підтримки, які б враховували культурні, соціальні та економічні особливості

постраждалих регіонів. Також важливою проблемою є недостатнє висвітлення індивідуальних особливостей жінок та їхньої стійкості до стресу. Не всі жінки однаково реагують на травматичні події, і цей фактор варто враховувати при розробці програм психологічної підтримки.

#### **Формулювання цілей статті.**

Мета статті полягає у дослідженні впливу війни на психологічний стан вагітних жінок, визначення основних стресових факторів, які впливають на їхнє здоров'я. **Завданням** є виявлення довгострокових наслідків впливу стресу на жінок та їхніх дітей, а також пропозиція нових методів підтримки на основі існуючих досліджень і практик. **Методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань використано теоретичні методи: аналіз, узагальнення порівняння, систематизація теоретичних даних.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Війна є критичним джерелом стресу для всіх категорій населення, проте для вагітних жінок цей стрес має особливе значення. У період вагітності жінка стає вразливішою до фізичних і психологічних змін, що може мати серйозні наслідки як для неї, так і для її майбутньої дитини. Так, Савченко Ю. зазначає, що «...ставлення до дитини виступає стержневим чинником у структурі психологічної готовності до материнства, воно проєцюється на стиль материнської поведінки, водночас, забезпечуючи оптимальні умови для психічного розвитку

малюка» [1]. Макарова О. П., Шевченко І. Ю., Зінченко Д. А. вивчаючи питання розуміння психологічної травми та її впливу на військовослужбовців та інших фахівців у секторі безпеки зазначають одним з ключових аспектів адаптації до військових конфліктів є розвиток стресостійкості, здатність до швидкого прийняття рішень в непередбачуваних умовах, розвиток специфічних навичок та здатності до саморегуляції [2]. Військовий конфлікт посилює стресові фактори через постійне почуття небезпеки, відсутність стабільності та обмеженість доступу до медичної допомоги.

Вагітні жінки під час війни часто стикаються з різними травматичними подіями: бомбардуваннями, насильством, втратами близьких, вимушеною міграцією, втратою житла тощо. Це впливає на їхній психологічний стан, викликаючи тривожність, депресію, ПТСР, а в деяких випадках навіть серйозні психічні розлади. Згідно з даними Фонду ООН у сфері народонаселення, станом на весну 2022 року в Україні приблизно 240 000 вагітних жінок, і 80 000 з них мали народити дітей упродовж перших трьох місяців війни. Після російського вторгнення 24 лютого українські жінки змушені народжувати навіть у бомбосховищах [3].

Наукові дослідження показують, що вагітні жінки, які зазнали впливу війни, часто страждають від підвищеного рівня кортизолу, що може призводити до

передчасних пологів або народження дітей з низькою вагою [4]. Також науково доведено, що війна може впливати на майбутній психічний розвиток дітей, які перебували в утробі матері під час конфлікту.

Поряд із фізіологічними змінами, які відбуваються під час вагітності, війна створює додаткові стресори, що посилюють ризики розвитку психічних розладів. Особливо небезпечними є ситуації, коли жінки не мають доступу до адекватної медичної та психологічної допомоги. В умовах бойових дій або вимушеної міграції жінки часто втрачають можливість отримати кваліфіковану підтримку.

Одним із найважливіших аспектів у боротьбі з негативним впливом війни на вагітних є доступ до психологічної підтримки та медичної допомоги. Дослідження показують, що жінки, які мали змогу отримувати психологічну підтримку під час вагітності, набагато краще справляються зі стресом і мають менше ускладнень під час пологів. Проте, в умовах війни доступ до такої допомоги часто обмежений, що створює додаткові труднощі [1].

Існує також низка соціальних факторів, які впливають на психологічний стан вагітних жінок під час війни. Соціальна підтримка від родичів, друзів і громади відіграє ключову роль у зменшенні рівня стресу. Військові конфлікти часто призводять до руйнування соціальних зв'язків, що залишає жінок наодинці з їхніми проблемами.

Для ефективної психологічної

підтримки вагітних жінок під час війни необхідно враховувати індивідуальні особливості кожної жінки, рівень її стресостійкості та доступ до соціальної підтримки. Спеціальні програми допомоги повинні включати індивідуальні та групові терапевтичні сесії, а також медичну допомогу, спрямовану на зменшення ризиків для здоров'я матері та дитини.

**Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку.** Вплив війни на психологічний стан вагітних жінок є надзвичайно серйозною проблемою,

яка потребує подальших досліджень. Необхідно вивчати довгострокові наслідки війни для здоров'я як жінок, так і їхніх дітей, а також розробляти ефективні методи психологічної підтримки та медичної допомоги. Перспективи подальших досліджень включають створення спеціальних програм підтримки для вагітних жінок у зонах конфлікту, дослідження впливу війни на розвиток дітей, які народилися у цей період, та вдосконалення існуючих методик психологічної допомоги.

### Список літератури

1. Савченко Ю. Батьківство в аспекті перинатальної психології. Педагогічний процес: теорія і практика. 2016. Вип. 3. С. 119-123.
2. Зінченко, Данііл, Ігор Шевченко, and Олена Макарова. *Психологічні аспекти підготовки фахівців у сфері сектору безпеки і оборони для роботи в умовах війни*. Diss. Видавець і виготовлювач Національна академія Національної гвардії України, майдан Захисників України, 3, м. Харків-1, 61001. Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК No 4794 від 24.11. 2014 р., 2024.
3. З України вже виїхали майже 5,5 мільйона біженців – ООН. ТСН. 30 квітня 2022 року. URL: <https://tsn.ua/ato/z-ukrayini-vzhe-viyihali-mayzhe-5-5-milyona-bizhenciv-oon-2050408.html> (дата звернення: 3 березня 2023).
4. Данилюк, І. О. Психологічні аспекти тривожного розладу особистості. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*, 11(254), 2012. С. 125-130.

## THE EFFECT OF WAR ON THE PSYCHOLOGICAL STATE OF PREGNANT WOMEN

Matokhniuk Liudmyla Oleksandrivna  
Overchuk Victoriia Anatolyivna

*Annotation.* The article focuses on the psychological health of pregnant women, which is an important aspect and affects the future of the child, especially in wartime conditions. Pregnant women face increased levels of stress and anxiety, which can lead to serious mental and physical complications. War adds a host of challenges to this, including danger to life, loss of loved ones, destruction

*of infrastructure and disruption of social ties. This can lead to depressive disorders, post-traumatic stress disorder (PTSD), and elevated cortisol levels, which increase the risk of premature birth and low birth weight babies.*

*The study of the impact of war on the mental state of pregnant women is becoming more and more relevant, given the increase in the number of armed conflicts. The first studies in this direction were conducted in the context of world wars and armed conflicts in Iraq, Afghanistan, Syria, etc. They showed that pregnant women exposed to war are more likely to experience symptoms of depression, anxiety disorders and PTSD. However, there is a lack of systematic studies that would take into account the long-term effects of war on the mental health of pregnant women and their children.*

*It is especially important to develop effective methods of psychological support for pregnant women in conflict zones, taking into account individual characteristics and the level of stress resistance. Special assistance programs should include individual and group therapy sessions, as well as medical assistance aimed at reducing risks to the health of the mother and child. Prospects for further research include the creation of such programs, as well as the study of the impact of war on the development of children born during conflicts, and the improvement of existing methods of psychological assistance.*

*In general, the impact of war on the psychological state of pregnant women is an extremely serious problem that requires further research and the development of appropriate strategies for psychological support and medical care.*

**Key words:** *mental state, psychological health, symptoms, pregnant woman, consequences of war.*

### **References**

1. Savchenko Yu. Batkivstvo v aspekti perynatalnoi psykholohii. [Parenthood in the aspect of perinatal psychology] Pedahohichni protses: teoriia i praktyka. 2016. Vyp. 3. S. 119-123.
2. Zinchenko, Daniil, Ihor Shevchenko, and Olena Makarova. Psykholohichni aspekty pidhotovky fakhivtsiv u sferi sektoru bezpeky i oborony dlia roboty v umovakh viiny [Psychological aspects of training specialists in the field of security and defense for work in war conditions]. Diss. Vydavets i vyhotovliuvach Natsionalna akademiia Natsionalnoi hvardii Ukrainy, maidan Zakhysnykiv Ukrainy, 3, m. Kharkiv-1, 61001. Svidotstvo subiekta vydavnychoi spravy DK No 4794 vid 24.11. 2014 r., 2024.
3. Z Ukrainy vzhe vyikhaly maizhe 5,5 miliona bizhentsiv – OON. TSN. [Almost 5.5 million refugees have already left Ukraine - UN. TSN] 30 kvitnia 2022 roku. URL: <https://tsn.ua/ato/z-ukrayini-vzhe-viyihali-mayzhe-5-5-milyona-bizhenciv-oon-2050408.html> (data zvernennia: 3 bereznia 2023).
4. Danyliuk, I. O. Psykholohichni aspekty tryvozhnoho rozladu osobystosti [Psychological aspects of anxiety disorder of personality]. Visnyk Luhanskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka, 11(254), 2012. S. 125-130.