

3. Huber, M., Knottnerus, J.A., Green, L., van der Horst, H., Jadad, A.R., Kromhout, D., ... Smid, H. (2011). How should we define health? *BMJ*, 343, d4163.
4. Li, X., Keady, J., & Ward, R. (2021). Transforming lived places into the connected neighbourhood: a longitudinal narrative study of five couples where one partner has an early diagnosis of dementia. *Ageing & Society*, 41(3), 605-627.
5. Odzakovic, E., Hellström, I., Ward, R., & Kullberg, A. (2020). 'O verjoyed that I can go outside': Using walking interviews to learn about the lived experience and meaning of neighbourhood for people living with dementia. *Dementia*, 19(7), 2199-2219.
6. Odzakovic, E., Kullberg, A., Hellström, I., Clark, A., Campbell, S., Manji, K., ... & Ward, R. (2021). 'It's our pleasure, we count cars here': an exploration of the 'neighbourhood-based connections' for people living alone with dementia. *Ageing & Society*, 41(3), 645-670.
7. Sturge, J., Klaassens, M., Lager, D., Weitkamp, G., Vegter, D., & Meijering, L. (2021). Using the concept of activity space to understand the social health of older adults living with memory problems and dementia at home. *Social Science & Medicine*, 288, 113208.

Міхєєва В. В.,
студентка 4 курсу кафедри Школа соціальної роботи ім. В.І. Полтавця
факультету соціальних наук і соціальних технологій НаУКМА
e-mail: vladylava.mikhieieva@ukma.edu.ua
Науковий керівник: **Гусак Н. Є.**,
кандидат соціологічних наук, доцент,
Національний університет «Києво-Могилянська академія»
e-mail: gusakny@ukma.edu.ua

ОСНОВНІ ПРОЯВИ ТА ЧИННИКИ ЕМОЦІЙНОГО ДИСТРЕСУ ЖІНОК В ПОСТНАТАЛЬНИЙ ПЕРІОД

Постнатальний період пов'язаний з психологічними, емоційними та фізіологічними змінами в житті жінки, що супроводжуються трансформацією її соціального, професійного та сімейного життя. Згідно з Bauer et al. (2014), 20% від усіх жінок мають труднощі з психічним здоров'ям у постнатальний період.

Емоційний дистрес, депресія, тривога та розлади адаптації є неповним переліком ймовірних труднощів, з якими стикаються жінки в постнатальний період (Coates, Ayers & de Visser, 2014). Емоційним дистресом вважається стан емоційних страждань, що виникає у людини під впливом травматичного досвіду або події й охоплює широкий спектр симптомів, серед яких відчуття плаксивості та тривоги є найбільш розповсюдженими. Плаксивість у жінок в цей період виникає через нездатність впоратись з труднощами та обов'язками материнства, а тривога – наслідок усвідомлення нової материнської ролі або піклування про стан здоров'я малюка. Серед менш розповсюджених симптомів - паніка, надмірне розмірковування, гнів та слабкість, відчуття ізольованості та самотності (Coates, de Visser & Ayers, 2015). Характерними ознаками дистресу є депресивний стан та тривога, що можуть проявлятися неочікувано та тривати протягом короткого періоду часу (Kandola, 2020).

Основною причиною виникнення емоційного дистресу в постнатальний період є нереалістичні очікування щодо материнства. Додатково жінки можуть відчувати фізичне

перевантаження, свою некомпетентність в ролі матері, переживати труднощі з грудним вигодовуванням, не мати достатньої соціальної підтримки, втрачати автономність, переживати зміни у відчутті часу, своїй зовнішності, сексуальності та професійній ідентичності (Coates, Ayers & de Visser, 2014). Дослідження Schury et al. (2017) виявили прямий зв'язок між досвідом жорстокого поводження у дитинстві та емоційним дистресом у жінок в постнатальний період. На думку дослідників, усі форми фізичного, сексуального, економічного та психологічного насильства мають серйозні довготривалі наслідки для фізичного, психічного чи репродуктивного здоров'я. Жінка, яка зазнала жорстокого поводження в дитинстві, матиме труднощі з активацією тих біологічних аспектів, що сприяють догляду за власною дитиною.

Емоційний дистресу негативно впливає на психічне, фізичне та емоційне здоров'я не тільки матері, але і дитини. Післяпологовий дистрес впливає на якість материнської турботи та догляду, що може призвести до труднощів з формування соціальних зв'язків у дитини та порушень у поведінковому, когнітивному та фізичному розвитку. Формування прив'язаності між матір'ю та дитиною також під загрозою (Stockman, 2007).

Зважаючи на негативні наслідки емоційного дистресу, соціальним працівникам та працівникам медичних закладів важливо приділяти особливу увагу психічному, емоційному та фізичному здоров'ю жінки після пологів з метою зменшення можливих ризиків як для самої жінки, так і для новонародженої дитини.

Список використаних джерел:

1. Bauer A., Parsonage M., Knapp, M., Iemmi V., & Adelaja B. (2014). *The costs of perinatal mental health problems*. Режим доступу: www.centreformentalhealth.org.uk
2. Coates R., Ayers S., & de Visser R. (2014). *Women's experiences of postnatal distress: a qualitative study*. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 14(1). doi:10.1186/1471-2393-14-359
3. Coates R., de Visser R., & Ayers S. (2015). *Not identifying with postnatal depression: a qualitative study of women's postnatal symptoms of distress and need for support*. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 36(3), 114–121. doi:10.3109/0167482x.2015.1059418
4. Kandola A. (2020). *Emotional distress: What are the causes and symptoms?* *Medical News Today*. Режим доступу: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/emotional-distress>
5. Schury K., Zimmermann J., Umlauf M., Hulbert A. L., Guendel H., Ziegenhain U., & Kolassa I.-T. (2017). *Childhood maltreatment, postnatal distress and the protective role of social support*. *Child Abuse & Neglect*, 67, 228–239. doi:10.1016/j.chiabu.2017.02.021
6. Stockman J. A. (2007). *Paternal Depression in the Postnatal Period and Child Development: A Prospective Population Study*. *Yearbook of Pediatrics*, 2007, 364–365. doi:10.1016/s0084-3954(08)70201-x

Скороход Х. Л.,
студентка 2 р.н. магістратури кафедри Школа соціальної роботи ім. В.І. Полтавця
факультету соціальних наук та соціальних технологій НаУКМА
e-mail: kh.skorokhod@ukma.edu.com
Науковий керівник: **Гусак Н.Є.,**
кандидат соціологічних наук, доцент,
Національний університет «Києво-Могилянська академія»
e-mail: gusakny@ukma.edu.ua