

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ЖІНОК-МАТЕРІВ

PECULIARITIES OF THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF WOMEN-MOTHERS

У даній статті представлено дослідження, метою якого було вивчити вплив наявності дітей на психоемоційний стан жінок. Через аналіз різних аспектів психічного благополуччя, таких як тривожність, самооцінка, емоційний стан, емоційне прийняття, соціальне схвалення та загальне суб'єктивне соціальне благополуччя, ми дослідили, як змінюється психоемоційний стан жінок залежно від кількості дітей у сім'ї. Використовуючи тест Шеффе для порівняльного аналізу, ми виявили, що наявність дітей має складний багатогранний вплив на психоемоційний стан матерів. Результати показали, що жінки без дітей мають значно вищі показники особистісної тривожності, що може вказувати на вплив соціальних очікувань чи внутрішніх конфліктів, пов'язаних з роллю матері. З іншого боку, було виявлено, що наявність дітей веде до збільшення самооцінки та впевненості, але також у жінок зростає рівень залежності та знижується енергійність, особливо з появою третьої дитини. Цікаво, що кількість дітей не вплинула на загальний рівень особистісної тривожності жінок. Однак суб'єктивне соціальне благополуччя знижується з народженням кожної наступної дитини, що вказує на збільшення соціальних та емоційних навантажень. Також було виявлено, що емоційний стан жінок без дітей є позитивним, у той час як у жінок з дітьми він є добрим і стабільним. Наше дослідження підкреслює складність взаємозв'язку між роллю матері та психоемоційним станом, вказуючи на необхідність розробки цілеспрямованих програм підтримки жінок з дітьми для покращення їх психологічного благополуччя та загальної якості життя, акцентуючи на важливості соціальної підтримки та впровадження освітніх програм. Наше дослідження пропонує поглиблений погляд на вплив материнства на психологічне благополуччя жінок та відкриває шляхи для подальших досліджень у цій галузі.

Ключові слова: материнство, психоемоційний стан, тривожність, самооцінка, під-

тримка матерів, вплив наявності дітей, адаптація до материнства.

This article presents a study that aimed to examine the impact of having children on the psycho-emotional state of women mothers. By analysing various aspects of mental well-being, such as anxiety, self-esteem, emotional well-being, emotional acceptance, social approval and overall subjective social well-being, we investigated how women's psycho-emotional well-being changes depending on the number of children in the family. Using Scheffe's test for comparative analysis, we found that having children has a complex and multifaceted impact on mothers' psycho-emotional state. The results showed that women without children have significantly higher levels of personal anxiety, which may indicate the influence of social expectations or internal conflicts related to the role of motherhood. On the other hand, it was found that having children leads to an increase in self-esteem and confidence, but also increases dependency and decreases energy, especially with the third child. Interestingly, the number of children did not affect women's overall level of personal anxiety. However, subjective social well-being decreases with the birth of each subsequent child, indicating an increase in social and emotional stress. It was also found that the emotional state of women without children is worse, while that of women with children is good and stable. Our research highlights the complexity of the relationship between motherhood and psycho-emotional state, pointing to the need to develop targeted support programmes for women with children to improve their psychological well-being and overall quality of life, emphasising the importance of social support and educational programmes. Our study provides an in-depth look at the impact of motherhood on women's psychological well-being and opens up avenues for further research in this area.

Key words: motherhood, psycho-emotional state, anxiety, self-esteem, maternal support, impact of having children, adaptation to motherhood.

УДК [159.923:159.942.5-055.26:159.922.7]:316.362
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.29>

Пелех Г.Я.

магістр психології,
Львівський національний університет
імені Івана Франка

Волошок О.В.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Львівський національний університет
імені Івана Франка

У сучасному суспільстві психоемоційний стан людини є вирішальним фактором її загального благополуччя та здатності ефективно взаємодіяти з навколишнім світом. Жінки, які виховують дітей, особливо чутливі до впливу різноманітних соціальних, економічних та психологічних викликів, що можуть суттєво впливати на їхній психоемоційний стан. Завдання поєднання професійних амбіцій з сімейними обов'язками, соціальні очікування стосовно материнства та виховання дітей у різних вікових категоріях створюють додатковий тиск, який вимагає уваги та розуміння з боку дослідників та суспільства загалом.

Актуальність дослідження психоемоційного стану жінок-матерів зумовлена не тільки важливістю питання для індивідуального здоров'я жінок, але й для загального благополуччя сім'ї

та суспільства. Особлива увага в цьому контексті приділяється ідентифікації викликів та стратегій адаптації, які жінки використовують для підтримки свого психологічного благополуччя.

Метою статті є всебічний аналіз психоемоційного стану жінок-матерів, що виховують дітей, на основі вивчення наукових публікацій та аналізу результатів власного дослідження серед 140 жінок. Через призму отриманих даних ми прагнемо виявити ключові фактори, що впливають на психоемоційний стан цієї категорії населення та розробити рекомендації для його підтримки та покращення.

У нашому дослідженні ми висуваємо дві гіпотези. Перша гіпотеза полягає у тому, що у жінок з дітьми буде вищий рівень суб'єктивного соціального благополуччя, ніж у жінок

без дітей. Друга гіпотеза полягає у тому, що зі збільшенням кількості дітей у сім'ї буде зростати рівень особистісної тривожності у жінок.

Психоемоційний стан особистості охоплює широкий спектр емоційних переживань, настроїв та відчуттів, що виникають у відповідь на різноманітні внутрішні та зовнішні подразники. Він включає в себе як моментальні емоційні реакції на певні події, так і більш тривалі емоційні стани, що формують загальний настрій особи. Він впливає на здатність людини ефективно взаємодіяти з навколишнім світом, приймати рішення, будувати стосунки та адаптуватися до змін. Здоровий психоемоційний стан є ключем до підтримки високого рівня якості життя, стійкості перед стресами та здатності досягати особистісних та професійних цілей.

Наявність сім'ї та дітей впливає на емоційний та фізичний стан жінки, задовольняючи її життєві потреби. Структура сім'ї, а також соціальні та економічні умови на макрорівні мають значний вплив на особистісне фізичне та емоційне життя жінки.

У дослідженні, проведеному З. Фараджадеганом та колегами, було встановлено прямий зв'язок між добробутом жінок і певними аспектами сімейних функцій. Зокрема, виявлено, що в сім'ях з високим рівнем функціональності, де члени сім'ї відкрито діляться своїми емоціями та почуттями, панує єдність та згуртованість, а конфлікти та розбіжності зведені до мінімуму, рівень добробуту виявився вищим порівняно з іншими групами. Зокрема, акцент робиться на важливості емоційного вираження та обміну почуттями між батьками та дітьми, що сприяє підвищенню загального добробуту [5].

Оскільки одним з основних чинників тривожності і зниженого благополуччя жінки є проблеми з репродуктивною функцією, можна вважати, що наявність дітей позитивно впливає на психоемоційний стан жінок [6].

У сьогоденні суспільство часто очікує, що жінка буде мати дітей, проте материнство не є однозначним вибором для всіх жінок. Згідно з даними досліджень, приблизно 70 мільйонів жінок у віці репродуктивного здоров'я у світі стикаються з проблемами неможливості спонтанного зачаття. Небажана бездітність може викликати зниження самооцінки, соціальну ізоляцію, відчуття неповноцінності, а також проблеми у відносинах з партнером. І. Куперс та ін. у своєму дослідженні вказують, що кожна двадцята жінка у дітородному віці, яка не може завагітніти, переживає глибоку депресію, а кількість тих, хто відчуває тривогу, варіюється від 14 до 29%. Таким чином, бездітність суттєво погіршує психічне здоров'я жінок порівняно з тими, хто може мати дітей [6].

Між психосоціальними характеристиками жінок та їхнім репродуктивним здоров'ям існує безпосередній зв'язок, який зумовлений їх суб'єктивними емоційними станами та соціально-психологічними особливостями середовища, в якому вони живуть [1].

Наявність дітей може вважатися важливим фактором, що впливає на психоемоційний стан жінки. Вивчення дорослого населення у Великій Британії виявило, що наявність дітей у сім'ї пов'язана з підвищеним рівнем тривожності, причому роль матері по-різному впливає на психологічний добробут жінок [2].

Материнство характеризується зв'язком, прихильністю, теплотою, близькістю та взаємозалежністю «мати – дитина» протягом материнства. Незважаючи на позитивні аспекти материнства, відомо, що життєвий баланс жінок, які мають дітей, може постраждати, зокрема серед жінок з дітьми дошкільного віку та серед жінок, які мають більше однієї дитини. Зниження психологічного благополуччя було визнано важливим фактором, що негативно впливає на життєвий баланс матерів з дітьми віком до 12 років [6].

Матері маленьких дітей мають значний ризик таких проблем з психічним здоров'ям, як депресія та депресивні симптоми, причому кількість матерів, які повідомляють про два або більше депресивних симптоми, становить 19% [8].

Результати дослідження Р. Містрі та ін. показали, що матері, які мають маленьких дітей, особливо матері з низьким рівнем доходу та ті, хто належать до расових/етнічних меншин, зазвичай повідомляють про стресові фактори у вихованні, пов'язані із соціальними та фінансовими факторами та охороною здоров'я дитини. Соціальні та фінансові фактори батьківського стресу збільшують ризик поганого психічного здоров'я матері [8].

Деяким матерям важко виховувати дитину або спілкуватися з нею, що викликає почуття стресу та провини. Деякі матері описують негативну емоційну реакцію на материнство, коли відчувають негативні, парадоксальні або амбівалентні почуття до материнства та/або дитини. Погане емоційне здоров'я під час материнства може бути спричинене труднощами, пов'язаними із зобов'язанням виховувати іншу людину, динамікою та змінами стосунків і соціального контексту, а також втратою свободи та фінансової незалежності. Для багатьох жінок материнство поєднується з великими очікуваннями щодо кар'єри та підтримуючих стосунків, а багатозадачність може додати стресу [6].

У дослідженні, проведеному І. Куперсом та ін., було виявлено, що психологічний стан жінок без дітей залишається рівномірним, тоді як благополуччя матерів з часом знижу-

ється, досягаючи нижчого рівня, ніж у бездітних. Погіршення психологічного стану матерів можна пояснити різними факторами, включаючи кількість дітей, вік дитини або наявність у дітей проблем із здоров'ям, несподівані труднощі або важливі події в житті, зниження задоволеності відносинами, фінансові обмеження (через обмежену підтримку під час декретної відпустки), а також необхідність жонглювати домашніми та професійними обов'язками, що в кінцевому результаті веде до зниження психологічного благополуччя матерів [6].

На психоемоційний стан жінки впливає не лише наявність дітей а і їх кількість. У своєму дослідженні В. Лайдмає спочатку очікувала, що зростання кількості дітей у сім'ї та збільшення обсягу домашніх обов'язків призведуть до підвищення стресу серед батьків. Проте результати показали, що ні кількість дітей, ні їх повна відсутність безпосередньо не пов'язана з вищим рівнем стресу. Проте сам факт наявності дітей у сім'ї мав тенденцію до збільшення стресу, особливо серед жінок, а саме у випадку взаємодії з дітьми до 17 років. Згідно з подальшими висновками Лайдмає, важливість і час, витрачений на спілкування з дітьми, не має суттєвого зв'язку із зростанням стресу, а години, проведені з дітьми, здатні підвищувати задоволеність життям і здоров'ям матері, тим самим знижуючи стрес [7].

Варто зазначити, що взаємозв'язок між наявністю дітей у сім'ї та рівнем тривожності змінюється залежно від віку. Жінки старшого віку виявляють більшу стурбованість у зв'язку з наявністю великої кількості дітей, тоді як у молодших жінок це викликає менше занепокоєння [2].

Цікавим є і те, що психоемоційний стан матерів безпосередньо впливає на психоемоційний стан їхніх дітей. Наприклад, у шведському національному когортному дослідженні трьох поколінь, проведеному Г. Судсйо та ін., було виявлено безпосередній вплив психоемоційного стану матері на її дітей. Виявлено, що у матерів другого покоління з діагнозом «тривога» діти також частіше мали такий самий діагноз і більш імовірно зверталися за медичною допомогою як у стаціонарних, так і в амбулаторних умовах [10].

Особливого впливу на психоемоційний стан зазнають жінки, які виховують дітей з різними розладами. Наприклад, у дослідженні Д. Пападопулос матері, які доглядають дітей з розладами аутистичного спектру демонстрували вищий рівень психологічного стресу, тривоги та депресії, ніж матері дітей з іншими синдромами [9].

У роботі Е. Берант та ін. було виявлено довгостроковий вплив на матерів та на їхнє психологічне функціонування, а також психологічне функціонування їхніх дітей в 7-річному

дослідженні дітей з вродженою вадою серця. Материнське уникнення прихильності було предиктором погіршення психічного здоров'я матері та задоволеності шлюбом протягом 7-річного періоду, особливо в підгрупі, де діти мали важку ваду. Також було виявлено, що на початковому етапі дослідження невизначеність у відносинах між матерями та дітьми (як у формі тривожності, так і уникнення) корелювала з емоційними труднощами їхніх дітей, а через сім років з їх низькою самооцінкою [4].

У дослідженні Д. Бандейра та ін. було визначено основні фактори, які пов'язані з психічним здоров'ям матерів дітей до семи років. Змінними з найбільшою прогностичною силою є дохід, здоров'я матері під час вагітності, бажаність вагітності та задоволеність шлюбом [3].

У рамках нашого дослідження було опитано 140 жінок віком від 18 до 60 років. Серед досліджуваних 69 жінок не мають дітей і 71 жінка має дітей, з них – 36 мають одну дитину, 30 – мають двох дітей, 5 – мають трьох дітей. Збір емпіричного матеріалу був проведений у вересні – жовтні 2023 року.

Ми у своєму дослідженні беремо до уваги визначення психоемоційного стану та благополуччя жінок. Саме тому наш вибір методик зупинився на шкалі реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності Ч.Д. Спілбергера – Ю.Л. Ханіна, шкалі стресу Т.Х. Холмса та Р.Х. Рея, методиці самооцінки емоційного стану А.Е. Уессмана – Д.Ф. Рікса, шкалі самооцінки М.Б. Розенберга, тесті міжособистісних відносин Т.Ф. Лірі, опитувальнику параметрів суб'єктивного соціального благополуччя Т.В. Данильченко.

Нами було проведено порівняльний аналіз досліджених жінок за допомогою тесту Шеффе при $p < 0,05$. Даний аналіз виявив відмінності за такими шкалами: «залежний – слухняний», «особистісна тривожність», «емоційне прийняття», «соціальне схвалення», «загальний рівень суб'єктивного соціального благополуччя (ССБ)», «самооцінка», «впевненість у собі – безпорадність», «енергійність – втомленість», «інтегральний показник емоційного стану».

За методикою міжособистісних відносин Т.Ф. Лірі досліджувані показали такі значення показника «залежний – слухняний»: жінки без дітей $M=7,41$; жінки з однією дитиною $M=8,31$; жінки з двома дітьми $M=8,77$; жінки з трьома дітьми $M=10,00$. Отже, з кожною наступною дитиною зростає їхня слухняність та безпорадність, адже значення після 9,00 балів говорять про боязкість, невміння чинити опір та про те, що інші, на їхню думку, завжди праві.

У аналізі попередніх досліджень нами було виявлено, що кількість дітей не впливає на рівень тривожності, тому значення особистіс-

ної тривожності є особливо цікавими в рамках нашого дослідження (рис. 1).

Жінки без дітей мають найвищі значення особистісної тривожності $M=52,65$, що вказує на емоційні або соціальні очікування, пов'язані з материнством, чи їх особистісні проблеми. Жінки з однією дитиною мають нижчий рівень тривожності $M=47,64$, що може бути пов'язано зі стабілізацією сімейного життя та зменшенням невизначеності. Жінки з двома або трьома дітьми показують схожі рівні тривожності $M=49,50$ та $M=49,20$, що вказує те, що після народження першої дитини збільшення кількості дітей в сім'ї не впливає на рівень особистісної тривожності. Даний аналіз спростовує другу гіпотезу, згідно з якою при збільшенні кількості дітей у сім'ї буде зростати рівень особистісної тривожності у жінок.

У результаті проведення порівняльного аналізу параметрів суб'єктивного соціального благополуччя ми побачили, що за показником емоційного прийняття жінки без дітей мають значення $M=36,04$, жінки з однією дитиною

$M=40,03$, з двома дітьми $M=39,30$, а з трьома дітьми $M=29,00$. Отже, наявність дитини підвищує соціальне емоційне прийняття жінки, проте з кожною наступною дитиною цей показник падає. Аналогічною є ситуація з соціальним схваленням, бо жінки без дітей мають $M=34,19$, жінки з однією дитиною $M=36,39$, з двома $M=35,67$, з трьома $M=26,60$. Загальний рівень суб'єктивного соціального благополуччя також підтримує цю тенденцію (рис. 2).

Цікавим є те, що для соціального благополуччя жінці потрібні діти, бо без дітей її показник становить $M=104,46$, а з однією і двома дітьми зростає і становить $M=116,11$, $M=111,07$ відповідно. З появою третьої дитини її благополуччя різко падає і стає лише $M=80,00$. Даний аналіз частково спростовує першу гіпотезу, згідно з якою у жінок з дітьми вищий рівень суб'єктивного соціального благополуччя, ніж у жінок без дітей, тому що загальний рівень суб'єктивного соціального благополуччя у жінок з дітьми вищий, ніж у жінок без дітей, але лише за наявності не більше двох дітей.

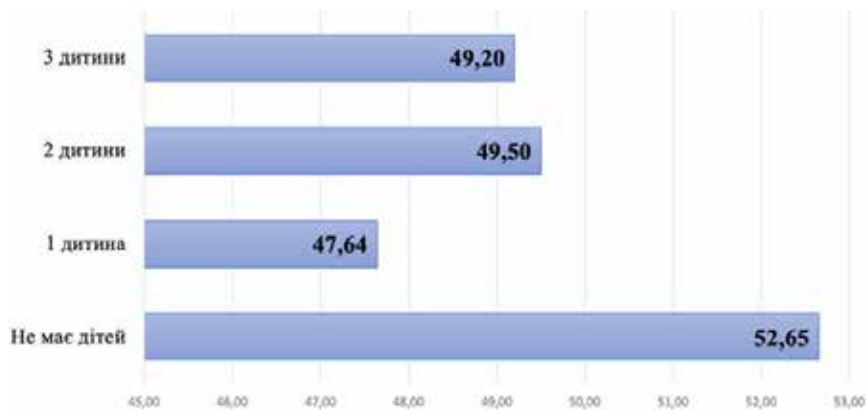


Рис. 1. Порівняльний аналіз показника «особистісна тривожність» відповідно до кількості дітей в сім'ї

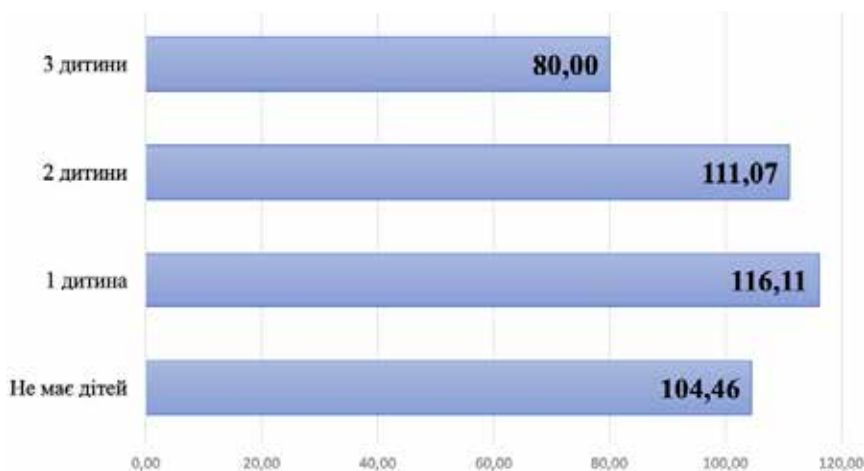


Рис. 2. Порівняльний аналіз показника «загальний рівень суб'єктивного соціального благополуччя» відповідно до кількості дітей в сім'ї

За показником самооцінки ситуація зовсім інша, адже тут найгірші значення були у жінок без дітей $M=16,94$. У жінок з однією дитиною $M=19,92$, з двома $M=19,17$, з трьома $M=18,40$. Можна сказати, що з кожною наступною дитиною показник самооцінки падає, проте це зниження не є вагомим порівняно з самооцінкою до появи дітей.

Показники самооцінки емоційного стану А.Е. Уессмана і Д.Ф. Рікса демонструють, що у жінок без дітей значення є нижчими і відповідають погіршеному стану, тоді як у жінок з дітьми значення є добрими та дуже добрими (від 6 до 10 балів), що може свідчити про позитивний вплив дітей на емоційний стан жінки (рис. 3).

За шкалою «впевненість у собі – безпорадність» жінки без дітей мають найнижчий показник $M=5,91$, що відповідає погіршеному значенню і характеризує їх як тих, хто відчуває, що їх вміння та здібності є дещо обмеженими. Найвищі значення за даним показником мають жінки з трьома дітьми $M=8,00$, що відповідає дуже доброму значенню та характеризує даних жінок як впевнених у собі та своїх звершеннях. За показником «енергійність – втомленість» результати дещо схожі, а саме жінки без дітей знову мають погіршені значення $M=5,07$, що свідчить про втому, лінощі та нестачу енергії. Проте за показником «енергійність – втомленість» вже немає чіткого лідера, адже значення у жінок з однією, двома та трьома дітьми є схожими ($M=6,00$; $M=6,50$, $M=6,20$ відповідно). Як ми бачимо, енергійність після другої дитини падає, проте далі залишається на доброму рівні і відповідає почуттю бадьорості та свіжості. Інтегральний показник емоційного стану підсумовує усі шкали і показує нам, що жінки без дітей мають погіршений результат $M=5,45$,

а жінки з дітьми мають добрі значення емоційного стану ($M=6,03$, $M=6,10$, $M=6,55$ відповідно).

Результати дослідження показали, що можна зробити кілька важливих висновків щодо впливу наявності дітей на психоемоційний стан жінок. Існують значимі відмінності між жінками з різною кількістю дітей за такими параметрами, як залежність, особистісна тривожність, емоційне прийняття, соціальне схвалення, загальний рівень суб'єктивного соціального благополуччя, самооцінка, впевненість у собі, енергійність та інтегральний показник емоційного стану.

Особливо важливим є те, що з кожною наступною дитиною зростає залежність та слухняність жінок, що може свідчити про збільшення емоційного тиску. Проте цікаво, що кількість дітей не показала прямого впливу на рівень особистісної тривожності. Жінки без дітей відчувають найвищий рівень особистісної тривожності, що може бути пов'язано з соціальними очікуваннями або особистісними питаннями.

Що стосується суб'єктивного соціального благополуччя, то наявність дітей спочатку покращує емоційне прийняття та соціальне схвалення, але з появою третьої дитини ці показники знижуються. Це може вказувати на те, що більша кількість дітей вносить додатковий стрес та емоційні виклики, що впливає на загальне відчуття благополуччя.

Водночас наші результати показують, що жінки з дітьми мають кращі показники самооцінки та емоційного стану, ніж жінки без дітей, що свідчить про позитивний вплив материнства на психологічне благополуччя. Зокрема, збільшення кількості дітей сприяє підвищенню впевненості у собі та загального емо-

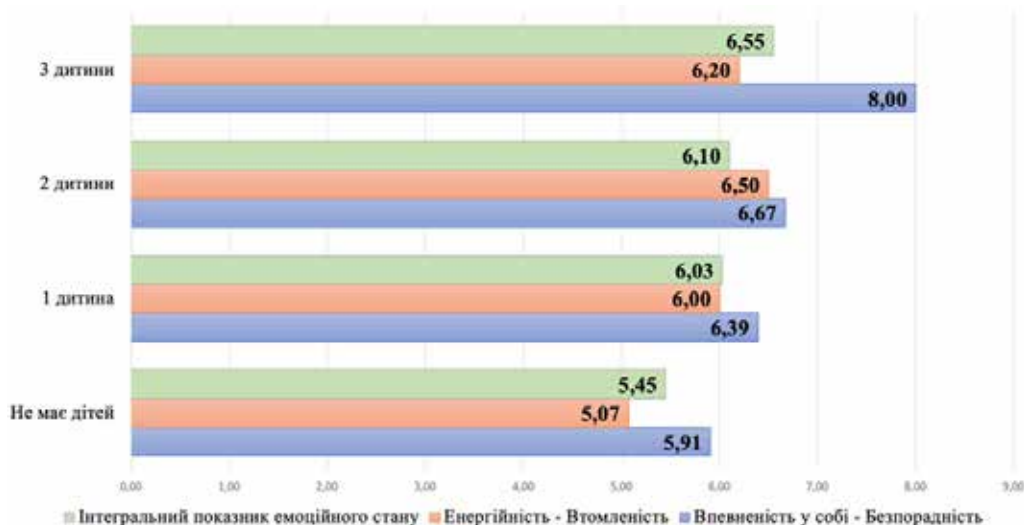


Рис. 3. Порівняльний аналіз показників самооцінки емоційного стану А.Е. Уессмана і Д.Ф. Рікса відповідно до кількості дітей в сім'ї

ційного стану, хоча і впливає на зменшення енергійності.

У нашому дослідженні ми висували дві гіпотези, які припускали, що у жінок з дітьми буде вищий рівень суб'єктивного соціального благополуччя, ніж у жінок без дітей, та що зі збільшенням кількості дітей у сім'ї буде зростати рівень особистісної тривожності у жінок. Першу гіпотезу було частково спростовано тому, що у жінок з дітьми вищий рівень суб'єктивного соціального благополуччя, ніж у жінок без дітей, але лише за наявності не більше двох дітей. Другу гіпотезу було спростовано тому, що після народження першої дитини збільшення кількості дітей в сім'ї не впливає на рівень особистісної тривожності.

У цілому дані нашого дослідження підкреслюють важливість впливу наявності дітей на психоемоційний стан жінок. Вони вказують на те, що материнство може бути джерелом збільшення самооцінки та покращення загального психологічного благополуччя, але також вносить певні виклики, зокрема збільшену емоційну залежність та знижену енергійність, особливо з появою більшої кількості дітей. Цікаво, що сам факт наявності дітей має важливіше значення для психоемоційного стану, ніж конкретна кількість дітей. Це підкреслює значення материнських відносин і взаємодії з дітьми.

На основі цього дослідження можна зробити висновок, що підтримка жінок у їхній материнській ролі є ключовою для підвищення їхнього психологічного благополуччя. Це може включати забезпечення доступу до ресурсів, які допомагають вирішувати економічні та емоційні виклики, пов'язані з вихованням дітей, а також заходи для зміцнення соціального схвалення та емоційного прийняття серед матерів. Важливо створити простір для вільного обміну досвідом між матерями, щоб вони могли ділитися власними історіями й отримувати поради та підтримку. Надання доступу до ресурсів, які допомагають жінкам ефективно поєднувати роботу та сімейне життя, може знизити емоційний та фізичний тиск. Окрім цього, підвищення обізнаності про значення психічного здоров'я у суспільстві допоможе

зменшити стигму та покращити загальне ставлення до психологічної допомоги.

Таким чином, наше дослідження підкреслює важливість розуміння різних аспектів впливу наявності дітей на жінок і необхідність адекватної підтримки з боку сім'ї, суспільства та держави для забезпечення їхнього психологічного благополуччя та розвитку.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Шведова К.І., Шевченко Є.О. Особливості соціально-психологічної адаптації жінок репродуктивного віку у зоні ООС. *Вісник Донецького національного медичного університету*. 2019. С. 227–230.
2. Avery A.R., Tsang S., Seto E.Y.W. Differences in Stress and Anxiety Among Women With and Without Children in the Household During the Early Months of the COVID-19 Pandemic. *Front Public Health*. 2021. Vol. 1. № 9. P. 14.
3. Factors associated with mental health in mothers with children under seven / R.D. Bandeira, C.E. Azevedo, C.B. Cattani, M.A. Silva, F.E. Mendonca, B.G. Frizzo. *Psicothema*. 2020. Vol. 32. № 3. P. 346–351.
4. Berant E., Mikulincer M., Shaver P. R. Mothers' attachment style, their mental health, and their children's emotional vulnerabilities: a 7-year study of children with congenital heart disease. 2007. Vol. 76. № 1. P. 31–66.
5. Farajzadegan Z., Koosha P., Sufi G.J., Keshvari M. The relationship between family function and women's well-being. *Iran J Nurs Midwifery Res*. 2013. Vol. 18. № 1. P. 9–13.
6. Kuipers Y.J., Beeck E.V., Cijssouw A. The impact of motherhood on the course of women's psychological wellbeing. *Journal of Affective Disorders Reports*. 2021. Vol. 6. P. 8.
7. Laidmae V.I. Woman in the family: the sources of stress. *European journal of Health*. 2015. P. 21.
8. Mistry R., Stevens G.D., Sareen H., De Vogli R., Halfon N. Parenting-related stressors and self-reported mental health of mothers with young children. *Am J Public Health*. 2007. Vol. 97. № 7. P. 8.
9. Papadopoulos D. Impact of Child and Family Factors on Caregivers' Mental Health and Psychological Distress during the COVID-19 Pandemic in Greece. *Children*. 2023. Vol. 11, no. 1. P. 7.
10. Sydsjo G., Agnafors S., Bladh M. et al. Anxiety in women – a Swedish national three-generational cohort study. *BMC Psychiatry*. 2018. Vol. 18. № 1. P. 11.