

Особенности внимания и памяти женщин в ранний период материнства

Тилипалова Виктория Андреевна

Студент (бакалавр)

Костромской государственной университет, Кострома, Россия

E-mail: tilipuz1996@mail.ru

В современном мире молодые женщины сталкиваются с множеством проблем, связанных с их решением стать матерью. Одной из главных, которые дают свое начало в ранний период материнства, является проблема, связанная с памятью и вниманием. Многие из женщин жалуются на то, что после родов ухудшается память. Некоторые переживают стресс от того, что не способны запомнить элементарные вещи. Нарушение когнитивной функции у женщин многие авторы связывают с послеродовой депрессией, которая отмечается практически у 60% женщин (В.Н. Мясищев, Н.А. Короткова, Т.А. Федорова, И.Л. Шелехов, Н.Л. Мамышева и др.) [1]. Данная тема была и будет одной из тайн женского организма, и мы решили посвятить свою работу изучению именно данной проблематики. Таким образом, целью исследования стало изучение особенностей памяти и внимания у женщины в ранний период материнства, но не в период острого стресса, а по достижению ребенком 1 года. Мы предположили, что во-первых, для женщин в ранний период материнства характерны низкие показатели концентрации, распределения внимания, низкий уровень объема внимания и памяти, а во-вторых, у женщин в ранний период материнства возникают субъективно переживаемые трудности, связанные с вниманием и памятью.

Инструментарий исследования: «Таблицы Шульце»; «Корректирующая проба»; «Заучивание 10 слов», а так же авторская анкета для выявления субъективно переживаемых трудностей, связываемых с особенностями внимания и памяти в ранний период материнства, обработанная методом контент-анализа.

Выборка: 20 женщин на раннем этапе материнства, возраст детей которых от 8 месяцев до 1 года.

Результаты по стандартизированным методикам позволили нам прийти к выводу, что для женщин на данном этапе материнства свойственны трудности концентрации внимания, сниженная работоспособность, быстрая истощаемость внимания. Во время проведения методик, было замечено, что все женщины испытывали трудности, было достаточно много пропущенных букв и время работы катастрофически не хватало. При работе с методикой "Заучивание 10 слов" испытуемым было предложено 6 проб и 1 проба через час. Был получен значимый отрицательный сдвиг показателей от 1-ой к 6-ой пробе (в среднем наблюдалось ухудшение запоминания на 4 слова к шестой пробе), при этом через час показатели выросли, но не значительно (в среднем воспроизводилось 7 слов).

По результатам самоотчетов, мы пришли к выводу, что практически в 94% случаев женщины испытывают трудности с вниманием и памятью, осознают их и связывают с хронической усталостью, нестабильным эмоциональным состоянием, профессиональной стагнацией: «я постоянно все забываю», «частенько из головы вылетает то одно, то другое»... При этом проблемы с памятью и вниманием женщины оценивают как источник дополнительного стресса и коммуникативных трудностей.

Весь мир для женщины в ранний период материнства меняется, а мозг не успевает подстраиваться под все эти изменения и блокирует некоторые сегменты. В период послеродовой депрессии у женщины появляются разного рода тревоги, нервные и негативные мысли, а это также немало влияет на ухудшение памяти и снижение внимания. При этом,

мы пришли к выводу, что даже по достижению ребенком 1 года данные трудности остаются актуальными и поэтому мы предполагаем, что они не так тесно связаны с послеродовой депрессией и гормональной перестройкой, но это ляжет в основу следующей работы.

Источники и литература

- 1) 1. Н.А.Короткова, Т.А.Федорова. Стресс после родов - последствия для матери и ребенка (литературный обзор) // Вестник новых медицинских технологий. – 2010 – Т. XVII, № 4 – С. 140