

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
(повне найменування вищого навчального закладу)

Факультет психології та соціальної роботи
(повне найменування інституту/факультету)

Кафедра загальної психології та психології розвитку особистості
(повна назва кафедри)

Д и п л о м н а р о б о т а

бакалавра
(освітньо-кваліфікаційний рівень)

на тему: «Вплив дельфінотерапії на емоційний стан вагітних жінок»
«Influence of dolphin therapy on the emotional state of pregnant women»

Виконав: студент заочної форми навчання
напряму підготовки 6.030102 Психологія

Цикаланов Дмитро Павлович
(ПІБ)

Керівни к.психол.н., доц. Буганова В.М. _____
(ПІБ) (підпис)

Рецензент д.психол.н., проф.Родіна Н.В. _____
(підпис)

Рекомендовано до захисту:
Протокол засідання кафедри
№ __ від __.__.2018 р.

Захищено на засіданні ЕК №
протокол № __ від __.__.2018 р.
Оцінка _____ / _____ / _____
(за національною шкалою, шкалою
ECTS, бали)

Завідувач кафедри

(підпис) Кіреєва З.О.

Голова ЕК

(підпис) Родіна Н.В.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ДЕЛЬФІНОТЕРАПІЯ ВАГІТНИХ ЖІНОК ЯК МЕТОД СТАБІЛІЗАЦІЇ ЇХ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ.....	7
1.1. Види емоційних станів людини.....	7
1.2. Специфіка емоційної сфери вагітної жінки.....	10
1.3. Вплив емоційного стану вагітної жінки на розвиток дитини.....	15
1.4. Вплив ставлення жінок до своєї вагітності на їх емоційний стан.....	18
1.5. Дельфінотерапія як метод стабілізації емоційного стану людей.....	20
1.6. Дельфінотерапія вагітних жінок.....	37
Висновки до розділу 1.....	41
РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ДЕЛЬФІНОТЕРАПІЇ НА ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ЖІНОК.....	42
2.1. Програма емпіричного дослідження.....	42
2.2. Опис і аналіз результатів.....	45
2.3. Обговорення результатів.....	65
Висновки до розділу 2.....	67
ВИСНОВКИ.....	70
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	72
ДОДАТОК.....	78

ВСУП

Дельфін - єдина істота,
чия любов до людини безкорислива.

Плутарх

Актуальність дослідження. Одним з найактуальніших питань сьогодення є психічне і фізичне здоров'я майбутнього покоління. Це положення підтверджується концепцією державної програми «Репродуктивне здоров'я 2006-2015 р.», що підтримане Міністерством здоров'я України та проектом «Здоров'я матері та дитини», що потронується Міжнародним благодійним фондом «Україна 3000».

Тим не менше, вивчення вагітності, пологів та новонароджених до сих пір, частіше зводилося до вивчення фізіологічних процесів, які відповідають даним періодам. Через побоювання інфекції новонароджені досі невинувато надовго розлучаються з матір'ю в перші дні після народження. Ставлення до дитини як до істоти, що володіє лише фізіологічними потребами, призводить, в кінцевому рахунку, до того, послаблюються безпосередньо материнські інстинкти, психоемоційна зв'язок матері з дитиною. Тому найважливішим завданням, що стоїть перед медициною і психологією, стосовно до проблем здорового материнства і дитинства, є формування нового погляду, що принципово відрізняється більшою гуманністю та центрованістю на особистості, що потребує нових методів і форм адаптації жінок до періоду виношування і народження дитини.

Все це показує, наскільки актуальним є турбота щодо здоров'я матері та дитини в нашій країні. Разом з тим, дієвих методів такої допомоги не так багато і весь час дослідники шукають нові підходи, що здатні допомогти родинам, що переживають не простий та відповідальний період виношування та народження дитини.

Тим паче, що ряд наукових досліджень останніх років дозволяє по-новому поглянути на зазначені проблеми. Це, перш за все, роботи зарубіжних дослідників - Р.Ассаджиоли, С. Гроф, Т.Верні, Л.Нільсон, М. Оден. Серед вітчизняних вчених це - В.В.Абрамченко, В.А.Ананьев, А.С.Батуев, Н.П. Бехтерева, В.В. Бойко, Г.І.Брехман, А.І.Брусіловскій, Л.І. Вассерман, К.Гайдебран, Н.А.Гармашова, А.І. Захаров, Б.Е.Мікіртумов, Р.Ж.Мухамедрахімов, В.Н.Панферов, В.П.Потапов, В.Д.Рижков, В.Ф.Сержантов, Л.І.Співак, Д.Л.Співак, А.П.Федоров, Г.Г.Філіппова, Е.Г.Ейдемільер та ін.

Однак, незважаючи на праці цих людей період внутрішньоутробного розвитку людини, як особистості, залишається найзагадковішим і недослідженим. Рівень з'ясовності питань щодо динаміки процесів у психіці вагітних жінок – залишається не задовільним. Недостатньо приділяється уваги психоемоційним змін, що відбуваються з жінкою в цей важливий період її особистісного становлення. Майже не висвітлюється питання про взаємодію матері і дитини протягом перших 9-ти місяців їхнього спільного життя, коли дитина ще іменується плодом. Мало уваги приділено в літературі впливу творчої активності на психоемоційний світ сім'ї, вагітної і породіллі. Вимагає наукового осмислення інтеграція позитивного досвіду, теоретичних і методичних напрацювань в області психопрофілактики в допомозі породіллі і народження нової сімейної культури очікування дитини. Недостатня вивченість питань щодо емоційного стану жінок залишає процеси неконтрольованими та іноді, досить проблемними.

Прикладна актуальність нашого дослідження полягає в тому, що вона дозволяє удосконалити ту програму підготовки вагітних до пологів, що вже декілька років працює в Одеському дельфінарії «Немо», показуючи, які саме методи та підходи є більш ефективними для емоційної стабілізації жінок. Адже, дана програма підготовки складалася інтуїтивно, навмання і, без сумніву, вона потребує наукового підтвердження та удосконалення, що і складає **прикладну актуальність** нашого дослідження.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що добавляє фактів щодо процесів, котрі відбуваються в психіці жінок, що виношують нове життя.

Знання про психологічний стан жінки в період вагітності, буде корисна як у віковій, диференціальній і соціальної психології так і в медичній психології, психофізіології, психодіагностики та психотерапії. Важливість даного питання з практичної точки зору неможливо переоцінити. Знання вагітної жінки і оточуючих її близьких людей про те, наскільки важливо все те, що відбувається в її емоційному стані, про кожен дрібницю, що впливає на неї і плід, дадуть можливість відповідним чином благотворно впливати на цей процес, як з фізіологічної, так і з психологічної точки зору.

Актуальність нашого дослідження полягає в дослідженні позитивного ефекту спілкування з дельфінами, який не тільки покращує стан жінок, але, також, благотворно впливає і пренатальний розвиток дитини. А також знаходження нових способів психокорекції, що прямим або непрямим чином впливають на успішність адаптації майбутньої матері, що є фундаментом успішності подальших взаємин матері і дитини.

У якості новітнього та досить оригінального способу впливу на емоційний стан вагітних жінок нами обрана дельфінотерапія, про яку саме в Одесі накопичений багатий та вельми цінний досвід, що розповсюджується у ближньому та дальньому зарубіжжі. Тим паче, що саме цей вид роботи є безпосереднім нашим місцем працевлаштування.

У зв'язку з вищевикладеним, ми поставили перед собою **мету дослідження**: показати вплив дельфінотерапії на емоційний стан вагітних жінок.

Об'єкт дослідження - емоційний стан жінок в період вагітності.

Предмет дослідження - вплив дельфінотерапії на емоційний стан вагітних жінок.

У нашому дослідженні ми поставили перед собою наступні **завдання**:

1) Проаналізувати дельфінотерапію як засіб стабілізації емоційного стану вагітних жінок.

2) Провести діагностику емоційного стану експериментальної і контрольної групи жінок, що знаходяться в стані вагітності і.

3) Порівняти отримані результати в контрольній та експериментальній групах та довести позитивний вплив дельфінотерапії на емоційний стан вагітних жінок.

Методи дослідження: спостереження, бесіда, аналіз медичних відомостей, дослідження за допомогою стандартизованих методик: Методика діагностики оперативної оцінки самопочуття, активності і настрою (САН); Методика вимірювання рівня тривожності Тейлора, адаптація Немчинова Т.А.; Тест Люшера; Кольоровий тест відносин - тест на задоволеність шлюбом В.В.Столина; математична обробка отриманих результатів за допомогою підрахунку Т критичного.

Опис вибірки: експериментальна група: 12 вагітних жінок, що проходили програму дельфінотерапії; Контрольна група: 12 жінок вільної вибірки.

База емпіричного дослідження: дельфінарій «Немо»

Структура роботи: робота складається з вступу, 2х розділів, висновків, списку використаних першоджерел, що налічує 80 посилань, додатку. Загальна кількість сторінок 77. Робота містить 9 таблиць та 1 рисунок.

ВИСНОВКИ

1. Дельфінотерапія - дієвий спосіб стабілізації емоційного стану вагітних жінок, що, зокрема, підтверджується масштабістю його запровадження у всьому мирі. Дельфінотерапія є альтернативним, нетрадиційним методом психотерапії, де в центрі психотерапевтичного процесу лежить спілкування людини і дельфіна. Дельфіни можуть допомогти людині побороти багато хвороб, адже спілкування з ними сприяє стимуляції обмінних, імунних процесів, підсилює вироблення гормонів, заспокоює і зміцнює нервову систему. Спілкування з дельфінами створює умови для психологічної розрядки, дуже позитивно впливаючи не тільки емоційний стан людини, а й на його здоров'я в цілому, причому це відбувається на клітинному рівні. Дружелюбність дельфінів, їх постійна готовність грати надають величезну підтримку для всіх, хто потребує позитивних емоцій чи відчуває себе самотнім. Дельфінотерапія - це дуже ефективний спосіб реабілітації для людей, що пережили насильство. Після кількох сеансів часу з дельфінами у людини підвищується працездатність, спостерігається душевний підйом, поліпшується сон.

2. Первинне дослідження жінок в експериментальній та контрольній групах показало, що їх емоційний стан, насамперед, обумовлений самим фактом вагітності – вони мають знижену активність, самопочуття трохи менше, ніж тестові норми, але настрої – підвищений та оптимістичний, бо асоціюється з новим життям, що зріє в них. Декілька завищена тривожність пов'язана з майбутніми пологами. Взагалі, емоції у більшості своєї пов'язані з їх специфічним станом, пологами та дитиною, яку вони чекають. Відношення до себе, свого тіла, до сім'ї, зокрема, до чоловіка; наявність внутрішньо особистісних та міжособистісних конфліктів – індивідуальна і в групі розпадається на досить широкий діапазон варіацій, що обумовлені локальними чинниками.

3. Вторинне дослідження показало, що емоційний стан вагітних жінок в експериментальній групі після проведеного курсу дельфінотерапії істотно став

відрізнитися від стану жінок у контрольній групі. Так, емоційний стан досліджуваних контрольної групи практично не змінився, порівняно з первинними результатами. А у жінок експериментальної групи помітно покращився настрій, на краще змінилося самопочуття, майже активність, хоч і не суттєво, але, все ж таки, зросла. Знизилася тривожність. Змінилось відношення до себе, свого тіла, обставин їх поточного життя – те, що раніше здавалося важливим (наприклад, деякі недосконалості відносин у сім'ї), перестали активно турбувати жінок. Помітно знизилася внутрішня психологічна напруга.

При чому, математична обробка отриманих результатів показала, що відмінності емоційного стану жінок, що пройшли дельфінотерапію і тих, що не приймали участь у програмі, значущі.

Отримані результати дозволяють стверджувати, що вплив дельфінотерапії на емоційний стан вагітних жінок суттєво позитивний, стабілізуючий їх внутрішній мир та такий, що сприяє оптимальному виношуванню дитинки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Аболин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека/Л.М. Аболин. – Казань: Издательство Казанского университета, 1987. – 261 с.
2. Абрамченко В.В. Современные методы подготовки беременных к родам – Спб, 1991
3. Абрамченко В.В., Каплун И.Б. Особенности психологического статуса у беременных. //Перинатальная психология в родовспоможении. Сб. материалов конференции. Спб., 2001
4. Айрапетьянц Э.Ш., Константинов А.И. Эхолокация в природе. Л., 1970 г.
5. Акимушкин И.И. Мир животных. Млекопитающие или звери. М., 1999.
6. Александрина Е. В., Денисов А. Г. Коррекция психологического состояния перед родами в условиях акушерского стационара. - Волгоград 1997
7. Анохин П.К. Эмоции // Психология эмоций: Тексты. – М., 1984.
8. Артемова О.В. Дельфинотерапия как метод психотерапии. М.: «Смысл», 1999
9. Архангельский А.Е. Неврозы, неврозоподобные состояния при беременности и родах. - Календарь психотерапевта 1996
- 10.Бабаян Э. А. Руководство по использованию цветового теста отношений С.-П. 1995г.
- 11.Баженова О.В., Баз Л.Л., Копыл О.А. Готовность к материнству: выделение факторов, условий психологического риска для будущего развития ребенка// Синапс 1993, № 4, с. 47-51
- 12.Баз Л. Л., Баженова О. В. Исследование восприятия психологической поддержки беременными женщинами// Психологический журнал. 1994.
- 13.Беженарь В. Ф. Особенности комплексного воздействия неблагоприятных эколого-профессиональных факторов на репродуктивное здоровье женщин: Автореф. Дис. ... д-ра мед. Наук. СПб., 2002.
- 14.Благонравный Л.В. Эмоции и чувства // Психология / Под ред. А.А.Смирнова и др. - М., 1956. - 369с.

- 15.Болезни и дисфункция нервной системы при беременности и в послеродовой период / Под ред. А. С. Деева. Рязань, 1994.
- 16.Большой энциклопедический словарь. Млекопитающие. М., 1999.
- 17.Боровикова Н.В. Психологическая помощь беременным. Русский Медицинский Сервер – Психология беременности, 2001г.
- 18.Боровикова Н.В., Посохова С.Т. Психологическая помощь беременным. Русский Медицинский Сервер – Психология беременности, 2001.
- 19.Бреслав Г.М. Психология эмоций. – М.: Смысл: Издательский центр «Академия», 2007. – 544с.
- 20.Буганова В.Н. Плин вагітності в фазах переживання часу // Вісник одеського національного університету. – Том 6. Випуск 2. «Психологія». –2002. с.31-34.
- 21.Васильева О.С., Могилевская Е.В. Групповая работа с беременными женщинами: Социально – психологический аспект// Психологический журнал, 2001. т.22. № 1. с.82-89.
- 22.Велис К.В. Эмоциональные явления. – М., 1976.
- 23.Венківський Б.М., Костюк А.Л., Белов О.О. Прогнозування невиношування вагітності шляхом комплексної оцінки соматотипологічного та психологічного статусу вагітної // Педіатрія, акушерство та гінекологія .2001, № 6.
- 24.Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений / Под ред. О.В. Овчинниковой. М.: МГУ, 1986.
- 25.Витт Н.В. Об эмоциях и их выражении // Вопросы психологии. -1964. - №3.
- 26.Воронін К.В, Акімова К.Б., Рогачевський О.П. Психосоцистична характеристика жінок у окремі критичні періоди життя // Вісник асоціації акушерів-гінекологів України. – 2000. - №1
- 27.Выготский Л.С. Проблема эмоций // Вопросы психологии. - 1958. -№ 3.
- 28.Гептнер В. Г., Чапский К. К. и др. Млекопитающие Советского Союза. Т. 2, ч. 3. Ластоногие и зубатые киты. Москва, 1972 г.
- 29.Грофф С. За пределами мозга: рождение, смерть и трансцендентальная психотерапия. М., 2001 г.
- 30.Дерябин В.С. Чувства влияния эмоции / под ред. В.М. Смирнова, А.И.

Трохачева. Изд. «Наука». Ленинград, 1974.

- 31.Добряков И.В. Диагностика и лечение невротических расстройств у беременных женщин СБ 1997г.
- 32.Добряков И.В. О повышении эффективности работы курсов по дородовой подготовке Спб 1997г.
- 33.Додонов Б.И. В мире эмоций. К., Укр., 1982. 25 – 37.
- 34.Дьюсбери Д. Поведение животных. Сравнительные аспекты. М., 1988.
- 35.Дьяченко, В. Г. Руководство по социальной педиатрии / В. Г. Дьяченко, М. Ф. Рзынкина, Л. В. Солохина. – Х.: ГОУ ВПО Дальневосточный государственный медицинский университет, 2010. – 437 с.
- 36.Жак-Ив Кусто, Филипп Кусто. Могучий властелин морей. М., 1997.
- 37.Журид, Б. А. Кормление морских млекопитающих в океанариуме/ Б. А. Журид, С. А. Верижникова. – С.: Аквармарин, 2000. – 368 с.
- 38.Захаров А.И. Влияние эмоционального стресса матери на течение беременности и родов: Сборник материалов конференции «Перинатальная психология и родовспоможение». СПб., 1997. с.54.
- 39.Зенкович Б. А. Киты и китобойный промысел. М., 1952.
- 40.Изард К. Психология эмоций. – Пер.с англ. – СПб.: Питер,1999.
- 41.Изард К. Эмоции человека. — М.: Изд-во Моск. унта, 1980. — 439 с.
- 42.Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб: Питер, 2001. – 752 с.
- 43.Ирад К.Ф. Эмоции в среде человека. – М., 1980.
- 44.Качалина Т.С., Третьякова Е.В., Стельникова О.М. Психологическая и физическая подготовка беременных к родам. Нижний Новгород. Издательство НГМА. 2001.
- 45.Клейненберг С. Е., Яблоков А. В., Белькович В. М., Тарасевич М. Н. Белуха. М., 1964.
- 46.Копыл О.А., Бас Л.Л., Баженова О.В. Готовность к материнству: выделение факторов и условий психологического риска для будущего развития ребенка file://Синапс. 1993. N 4.

- 47.Кульчимбаева С.М., Мамедалиева Н.М., Джангильдин Ю.Т.
Психозэмоциональное состояние беременных с привычным невынашиванием. // Вестник Российской ассоциации акушеров- гинекологов, 2000, № 3.
- 48.Кунерт К. Дельфинотерапия. О целебной силе дельфинов. Научное подтверждение чуда. Изд-во Диля, 2001.
- 49.Ластоногие и зубатые киты. Москва, 1972 г.
- 50.Лебедь М.И. Эмоции. Защита // Психология эмоций Тексты. – М., 1984.
- 51.Лиллии, Д. К. Человек и дельфин/ Д. К. Лиллии; перевод с английского В. М. Белькович, Т. Г. Бетелева, под редакцией и с предисловием д. биол. наук С. Е. Клейненберг. – М.: Мир, 1965. – 160 с.
- 52.Лукина, Л. Н. Механизмы терапевтических эффектов процедур дельфинотерапии/ Л. Н. Лукина // Таврический медико-биологический вестник. – 2012. – Т. 15, № 3(ч. 2). – С. 162–165.
- 53.Лысенко В.И., Загоруйченко И.В., Батозский Ю.К. Использование дельфинотерапии в реабилитации детей// Матер. VI Конгресса педиатров России «Неотложные состояния у детей». - Москва, 2000. -с.177-178.
- 54.Мак-Фарленд Д. Поведение животных. Психобиология, этология и эволюция. М., 1988.
- 55.Мещерякова С.Ю. Психологическая готовность к материнству. // Вопросы психологии. 2000, № 5.
- 56.Мирный К.К. Эмоциональные проявления. – М., 1976.
- 57.Несенчук В.В., Серебрякова Р.О., Аржанова О.Н. Опыт применения когнитивной психокоррекции эмоционального состояния женщин с осложненным течением беременности в третьем триместре.// Журнал акушерства и женских болезней. 2001, №4.
- 58.Олперс, Э. Дельфины (ANTONY ALPERS A BOOK OF DOLPHINS)/ Э. Олперс; – Л.: Судостроение, 1971. – 112 с.
- 59.Полчанов С.А. и др. Материалы для занятий в школах беременных и матерей. - М., 1970.
- 60.Психология эмоций. Тексты / Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер.

М.: Изд-во МГУ, 1984;

- 61.Разумов Р.С. Эмоциональные реакции и эмоциональный стресс. — В кн.: Эмоциональный стресс в условиях нормы и патологии человека. Л., 1976, гл. 1, с.5-32.
- 62.Симонов П.В. Теория отражения и психофизиология эмоций. Изд. «Наука», М., 1970.
63. Соколов В. Е. Систематика млекопитающих. В 3 т. М., 1979.
- 64.Спивак Л.И. Нервно-психические расстройства при беременности и родах. СПб. 1998г.
- 65.Супин А. Я. Этот обыкновенный загадочный дельфин. М., 2002.
- 66.Тимофеев В., Руководство по использованию цветового теста Люшера «Иматон» С.-П. 1995г.
- 67.Томилин А. Г. Дельфины служат человеку. Москва, 1969.
- 68.Томилин А.Г. Снова в воду: Биологический очерк об околоводных, полуводных и водных млекопитающих. М., 1977.
- 69.Томилин, А.Г. В мире китов и дельфинов – 28е издание переработанное и дополненное. – М.: Знание, 1980. – 224 с.
- 70.Фелипьев, А. О. Лечение с помощью дельфинов (дельфинотерапия)/ А. О. Фелипьев. – [Б. м.]: Акционное общество «Литературная студия "Научная книга"», 2013. – 130 с.
- 71.Филипова Г.Г Психология материнства. – М.: Издательство Института Психотерапии, 2002.
- 72.Филиппова Г.Г. Мотивационная основа материнского поведения: филогенетический аспект // Социокогнитивное развитие ребенка в раннем детстве. М., 1995.
- 73.Шкиряк-Нижник З.А., Непчатова-Курацкевич Е.І. Ми чекаємо дитину. Київ, 1991.
- 74.Шмидт-Ниельсен К. Физиология животных. Приспособления и среда. В 2 т. М., 1982.

- 75.Щеглова И.Ю. Особенности психического состояния и психотерапевтическая помощь беременным. Ленинград 1992г.
- 76.Яблоков А. В., Белкович В. М., Борисов В. И. Киты и дельфины. М., 1972.
- 77.<http://www.rusmedserv.ru>
- 78.<http://www.fpo.ru/>
- 79.Serpell J. In the Company of Animals. London, 1997.
- 80.www.7ja.ru