

ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»
Навчально-науковий інститут
міжнародних відносин і соціальних наук

Кафедра психології

Матіяш-Татомир Любов Костянтинівна

Кваліфікаційна робота

**на тему: «Вплив конфліктів у родині на самооцінку
дитини»**

Група ТУбц-8-24-М₁ПС (2,0зс)
Спеціальність: 053 Психологія
Спеціалізація: -
Рівень вищої освіти: магістр

*Дипломна робота містить результати власних досліджень. Використання
ідей, результатів, текстів інших авторів мають посилання на відповідне
джерело*

Науковий керівник

Кандидат

педагогічних наук

(посада, науковий ступінь, вчене звання)

_____ (підпис)

Л.К. Матіяш-Татомир

(прізвище та ініціали)

Допущено до захисту в ЕК

Завідувач кафедри

Д.пс.н., професор

(посада, науковий ступінь, вчене звання)

_____ (підпис)

А.В. Аносова

(прізвище та ініціали)

_____ (підпис)

В.Б. Синякова

(прізвище та ініціали)

Київ 2026 р.

ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ
УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»

**Навчально-науковий інститут
міжнародних відносин і соціальних наук**
(назва навчального підрозділу)
Кафедра психології

Рівень вищої освіти: другий (магістерський)
Галузь знань: **05 «Соціальні та поведінкові науки»**
Спеціальність: **053«Психологія»**
Спеціалізація: _____

«Затверджую»
Завідувач кафедри

(підпис, ПІБ)
« ____ » _____ 20 ____ р.

Завдання
на дипломну (магістерську) роботу студента

Матіяш -Татомир Любов Костянтинівна

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема дипломної (магістерської) роботи
«Вплив конфліктів у родині на самооцінку дитини».

Керівник дипломної (магістерської) роботи

Кандидат педагогічних наук

(посада, науковий ступінь, вчене звання)

Аносова Анастасія Вікторівна

(прізвище, ім'я, по батькові)

2. Строк подання студентом дипломної (магістерської) роботи на попередній захист: «07» травня 2026 р.

3. Вихідні дані до дипломної (магістерської) роботи (рекомендовані науковим керівником та відповідним методичним забезпеченням (окремі аспекти роботи, обсяги роботи)):

Об'єкт дослідження – самооцінка дітей дошкільного віку.

Предмет дослідження – вплив сімейних конфліктів на особливості формування самооцінки дітей дошкільного віку.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити вплив сімейних конфліктів на формування самооцінки дітей дошкільного віку, а також розробити та апробувати програму психолого-педагогічного впливу, спрямовану на розвиток адекватної самооцінки дітей в умовах сімейної конфліктності.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні аспекти дослідження впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини, а саме: поняття сім'ї та її роль у психічному розвитку дитини, психологічна характеристика самооцінки дитини, сутність і види сімейних конфліктів та їх вплив на психоемоційний розвиток та формування самооцінки дитини, теоретичні підходи та моделі дослідження впливу сімейного середовища на особистість дитини.

2. Здійснити емпіричне дослідження впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини та описати його результати.

3. Розробити та описати програму формування адекватної самооцінки дітей в умовах сімейних конфліктів.

4. Написати практичні рекомендації щодо зниження сімейної конфліктності та розвитку позитивної самооцінки дітей.

Для досягнення поставленої мети та вирішення завдань дослідження було використано комплекс взаємопов'язаних методів, що забезпечують всебічне вивчення проблеми.

Теоретичні методи: аналіз, синтез, узагальнення та систематизація наукової літератури з проблеми впливу сімейних конфліктів на розвиток самооцінки дитини, що дозволило визначити сутність основних понять, окреслити теоретичні підходи та обґрунтувати програму дослідження.

Емпіричні методи: психодіагностичні методики (методика «Сходінки» (В. Щур) – для визначення рівня самооцінки дітей дошкільного віку; тест-опитувальник «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Л. Гозман) – для виявлення рівня сімейної конфліктності та особливостей взаємодії подружжя).

Методи математичної статистики: кількісний та якісний аналіз результатів дослідження, обчислення відсоткових показників, а також застосування коефіцієнта кореляції Пірсона для встановлення взаємозв'язку між рівнем сімейної конфліктності та самооцінкою дітей.

Експериментальна база дослідження: Комунальний заклад дошкільної освіти (ясла-садок) №331 Дніпровської міської ради.

Структура роботи включає вступ, три змістовні розділи, висновки до кожного з них, загальні висновки, список використаної літератури та додатки. Ілюстративний матеріал представлено 2 рисунками та 2 таблицями.

4. Необхідний графічний та аналітичний матеріал за темою дослідження:

У роботі подано два рисунки та дві аналітичні таблиці, які ілюструють основні результати теоретичного та емпіричного дослідження.

5. Календарний план виконання дипломної (магістерської) роботи

№ п/п	Назва етапів виконання дипломної роботи	Строки виконання		Примітки
		Планові	Фактичні	
1	2	3	4	5
1.	Вступ	05.01.26		
2.	Розділ 1.	05.02.26		
3.	Розділ 2.	05.03.26		
4.	Розділ 3.	06.04.26		
5.	Висновки	30.04.26		

6. Дата видачі завдання « 05 » грудня 2025 р.

Студент

(підпис)

Л.К. Матіяш-Татомир

(прізвище та ініціали)

Науковий керівник:

Кандидат педагогічних наук,

(посада, науковий ступінь, вчене звання)

(підпис)

А.В. Аносова

(прізвище та ініціали)

АНОТАЦІЯ

Матіяш-Татомир Л.К. «Вплив конфліктів у родині на самооцінку дитини» – кваліфікаційна робота на правах рукопису.

Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеню «Магістр» за спеціальністю 053 «Психологія» у галузі знань 05 – Соціальні та поведінкові науки. – ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом».

У роботі проаналізовано теоретичні аспекти дослідження впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини, а саме: поняття сім'ї та її роль у психічному розвитку дитини, психологічна характеристика самооцінки дитини, сутність і види сімейних конфліктів та їх вплив на психоемоційний розвиток та формування самооцінки дитини, теоретичні підходи та моделі дослідження впливу сімейного середовища на особистість дитини.

Представлено результати емпіричного дослідження впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини та описано його результати.

Розроблено та описано програму формування адекватної самооцінки дітей в умовах сімейних конфліктів.

Запропоновано практичні рекомендації щодо зниження сімейної конфліктності та розвитку позитивної самооцінки дітей.

Ключові слова: сім'я, сімейні взаємини, психічний розвиток дитини, дошкільний вік, самооцінка дитини, структура самооцінки, самосвідомість, самосприйняття, емоційний розвиток, психоемоційний стан, сімейні конфлікти, конфліктність у родині, види сімейних конфліктів, подружні конфлікти, батьківсько-дитячі конфлікти, психологічний клімат сім'ї, сімейне середовище, формування самооцінки, адекватна самооцінка, розвиток особистості, емоційна підтримка, оптимізація самооцінки, гармонізація сімейних взаємин, психологічна допомога.

ANNOTATION

Matthias-Tatomyr L. «The influence of conflicts in the family on the self-esteem of a child» – qualification work in the form of a manuscript.

Qualification work for the degree of «Master» in the specialty 053 «Psychology» in the field of knowledge 05 – Social and behavioral sciences. – PrJSC «Higher Education Institution «Interregional Academy of Personnel Management».

The paper analyzes the theoretical aspects of the study of the influence of conflicts in the family on the self-esteem of a child, namely: the concept of the family and its role in the mental development of a child, the psychological characteristics of the child's self-esteem, the essence and types of family conflicts and their impact on the psycho-emotional development and formation of the child's self-esteem, theoretical approaches and models for studying the influence of the family environment on the child's personality.

The results of an empirical study of the influence of conflicts in the family on the self-esteem of a child are presented and its results are described.

A program for the formation of adequate self-esteem in children in conditions of family conflicts has been developed and described.

Practical recommendations are offered for reducing family conflict and developing positive self-esteem in children.

Keywords: family, family relationships, child's mental development, preschool age, child's self-esteem, self-esteem structure, self-awareness, self-perception, emotional development, psycho-emotional state, family conflicts, conflict in the family, types of family conflicts, marital conflicts, parent-child conflicts, psychological climate of the family, family environment, formation of self-esteem, adequate self-esteem, personality development, emotional support, optimization of self-esteem, harmonization of family relationships, psychological assistance.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	8
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ КОНФЛІКТІВ У РОДИНІ НА САМООЦІНКУ ДИТИНИ.....	13
1.1. Поняття сім'ї та її роль у психічному розвитку дитини.....	13
1.2. Психологічна характеристика самооцінки дитини.....	20
1.3. Сутність і види сімейних конфліктів та їх вплив на психоемоційний розвиток та формування самооцінки дитини.....	27
1.4. Теоретичні підходи та моделі дослідження впливу сімейного середовища на особистість дитини.....	34
Висновки до першого розділу.....	40
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ КОНФЛІКТІВ У РОДИНІ НА САМООЦІНКУ ДИТИНИ.....	42
2.1. Організація та методики дослідження впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини.....	42
2.2. Аналіз результатів дослідження впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини.....	46
2.3. Порівняльний аналіз результатів дослідження впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини та їх статистична обробка.....	49
Висновки до другого розділу.....	51
РОЗДІЛ 3 ОПТИМІЗАЦІЯ САМООЦІНКИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ СІМЕЙНОЇ КОНФЛІКТНОСТІ.....	
3.1. Теоретичне обґрунтування програми формування адекватної самооцінки дітей в умовах сімейних конфліктів.....	
3.2. Розробка та зміст програми психолого-педагогічного впливу.....	
3.3. Практичні рекомендації щодо зниження сімейної конфліктності та розвитку позитивної самооцінки дітей.....	
Висновки до третього розділу.....	
ВИСНОВКИ.....	
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	
ДОДАТКИ	

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Проблема впливу сімейних конфліктів на формування самооцінки дитини набуває особливої актуальності в сучасних умовах розвитку суспільства. Сім'я традиційно виступає основним середовищем соціалізації дитини, у межах якого відбувається становлення її особистості, формування емоційної сфери, системи цінностей та уявлень про себе і навколишній світ. Саме у сімейному середовищі закладаються основи самосвідомості, які в подальшому визначають рівень адаптації дитини, її поведінку та міжособистісні взаємини.

У сучасному суспільстві спостерігається зростання рівня напруженості у сімейних стосунках, що зумовлено соціально-економічними труднощами, зміною ролей у сім'ї, підвищеним рівнем стресу та нестабільністю життєвих умов. Це призводить до збільшення кількості конфліктів між членами родини, які, у свою чергу, впливають не лише на дорослих, але й на дітей. Особливо вразливою до такого впливу є дитина дошкільного віку, оскільки саме на цьому етапі відбувається інтенсивне формування її самооцінки та емоційної сфери [12].

Самооцінка є одним із ключових компонентів структури особистості, що визначає ставлення дитини до себе, рівень її впевненості, активності та здатності до самореалізації. Вона формується у процесі взаємодії з найближчим соціальним оточенням, передусім із батьками, і значною мірою залежить від характеру емоційних взаємин у сім'ї. Негативний психологічний клімат, часті конфлікти, агресія або емоційне відчуження можуть призводити до формування заниженої або нестійкої самооцінки, що ускладнює подальший розвиток дитини та її соціальну адаптацію.

Водночас варто зазначити, що конфлікти у сім'ї є природним явищем, однак вирішальне значення має їх характер та способи вирішення. Конструктивні конфлікти можуть сприяти розвитку комунікативних навичок, формуванню здатності до компромісу та емоційної регуляції. Натомість деструктивні конфлікти, що супроводжуються агресією, ігноруванням або

припиненням, мають негативний вплив на психоемоційний стан дитини та її самооцінку [22].

Актуальність дослідження зумовлена також необхідністю розробки ефективних психолого-педагогічних підходів до підтримки дітей, які зростають у конфліктному сімейному середовищі. В умовах сучасної освіти особлива увага приділяється не лише інтелектуальному, а й емоційному розвитку дитини, формуванню її психологічної стійкості та позитивного образу «Я». Це потребує науково обґрунтованих програм і методик, спрямованих на корекцію самооцінки та гармонізацію сімейних взаємин.

Отже, дослідження впливу сімейних конфліктів на самооцінку дитини є своєчасним і соціально значущим, оскільки дозволяє глибше зрозуміти механізми формування особистості дитини та окреслити шляхи мінімізації негативного впливу сімейного середовища. Отримані результати можуть бути використані у практичній діяльності психологів, педагогів і соціальних працівників з метою забезпечення гармонійного розвитку дітей дошкільного віку.

Об'єкт дослідження – самооцінка дітей дошкільного віку.

Предмет дослідження – вплив сімейних конфліктів на особливості формування самооцінки дітей дошкільного віку.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити вплив сімейних конфліктів на формування самооцінки дітей дошкільного віку, а також розробити та апробувати програму психолого-педагогічного впливу, спрямовану на розвиток адекватної самооцінки дітей в умовах сімейної конфліктності.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні аспекти дослідження впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини, а саме: поняття сім'ї та її роль у психічному розвитку дитини, психологічна характеристика самооцінки дитини, сутність і види сімейних конфліктів та їх вплив на психоемоційний розвиток та формування самооцінки дитини, теоретичні підходи та моделі дослідження впливу сімейного середовища на особистість дитини.

2. Здійснити емпіричне дослідження впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини та описати його результати.

3. Розробити та описати програму формування адекватної самооцінки дітей в умовах сімейних конфліктів.

4. Написати практичні рекомендації щодо зниження сімейної конфліктності та розвитку позитивної самооцінки дітей.

Для досягнення поставленої мети та вирішення завдань дослідження було використано комплекс взаємопов'язаних **методів**, що забезпечують всебічне вивчення проблеми.

Теоретичні методи: аналіз, синтез, узагальнення та систематизація наукової літератури з проблеми впливу сімейних конфліктів на розвиток самооцінки дитини, що дозволило визначити сутність основних понять, окреслити теоретичні підходи та обґрунтувати програму дослідження.

Емпіричні методи: психодіагностичні методики (методика «Сходінки» (В. Щур) – для визначення рівня самооцінки дітей дошкільного віку; тест-опитувальник «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Л. Гозман) – для виявлення рівня сімейної конфліктності та особливостей взаємодії подружжя).

Методи математичної статистики: кількісний та якісний аналіз результатів дослідження, обчислення відсоткових показників, а також застосування коефіцієнта кореляції Пірсона для встановлення взаємозв'язку між рівнем сімейної конфліктності та самооцінкою дітей.

Теоретичне значення дослідження полягає у поглибленні наукових уявлень про особливості формування самооцінки дітей дошкільного віку в умовах сімейної конфліктності. У роботі уточнено сутність та структурні компоненти самооцінки дитини, розкрито її зв'язок із характером сімейних взаємин та психологічним кліматом у родині.

Узагальнено та систематизовано наукові підходи до проблеми сімейних конфліктів, їх типології, причин виникнення та впливу на психоемоційний розвиток дитини. Визначено специфіку впливу різних типів

конфліктів (подружніх, батьківсько-дитячих) на становлення самосвідомості та самооцінки дітей дошкільного віку.

Розширено теоретичні положення щодо ролі сім'ї як провідного чинника соціалізації дитини, а також обґрунтовано взаємозв'язок між рівнем сімейної конфліктності та особливостями самосприйняття дитини.

Отримані результати доповнюють існуючі наукові дослідження у галузі психології розвитку та педагогічної психології, створюючи теоретичне підґрунтя для подальших досліджень проблеми впливу сімейного середовища на формування особистості дитини.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності практичних психологів, педагогів закладів дошкільної освіти та соціальних працівників з метою діагностики, профілактики та корекції порушень самооцінки дітей дошкільного віку.

У межах дослідження розроблено та обґрунтовано програму психолого-педагогічного впливу «Я – цінний», спрямовану на формування адекватної самооцінки дітей в умовах сімейної конфліктності. Запропонована програма може бути використана у практиці роботи психологічних служб закладів освіти, центрів розвитку дитини та у процесі психолого-педагогічного супроводу сімей.

Практичну цінність мають також розроблені методичні рекомендації для батьків щодо зниження рівня конфліктності у сім'ї, покращення комунікації та створення сприятливого психологічного клімату, що сприяє гармонійному розвитку дитини.

Результати дослідження можуть бути використані під час проведення психодіагностичної роботи, консультативної діяльності, тренінгів для батьків і дітей, а також у підготовці навчально-методичних матеріалів з проблеми розвитку самооцінки та сімейних взаємин.

Таким чином, отримані результати мають прикладний характер і спрямовані на підвищення ефективності психолого-педагогічної роботи з дітьми та їхніми сім'ями.

Експериментальна база дослідження: Комунальний заклад дошкільної освіти (ясла-садок) №331 Дніпровської міської ради.

Структура роботи включає вступ, три змістовні розділи, висновки до кожного з них, загальні висновки, список використаної літератури та додатки. Ілюстративний матеріал представлено 2 рисунками та 2 таблицями.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ КОНФЛІКТІВ У РОДИНИ НА САМООЦІНКУ ДИТИНИ

1.1. Поняття сім'ї та її роль у психічному розвитку дитини

Сім'я як соціально-психологічний інститут виступає фундаментальним середовищем розвитку дитини, у межах якого відбувається становлення її особистості, формування базових психічних процесів, емоційної сфери, системи цінностей та уявлень про себе і навколишній світ. Саме в сім'ї дитина отримує перший досвід соціальної взаємодії, який визначає подальший характер її поведінки, комунікації та ставлення до інших людей. Первинні емоційні зв'язки, що формуються у сімейному середовищі, закладають основу для розвитку довіри до світу, почуття захищеності та психологічної стабільності [4].

У сучасних наукових підходах сім'я розглядається не лише як осередок виховання, а як складна динамічна система взаємодій, що функціонує за певними правилами, ролями та нормами. Вона включає сукупність емоційних, когнітивних і поведінкових зв'язків між її членами, які постійно змінюються під впливом внутрішніх і зовнішніх чинників. Такий системний підхід дозволяє розглядати сім'ю як цілісне утворення, у якому кожен елемент взаємопов'язаний з іншими, а зміни в одній сфері (наприклад, у стосунках між батьками) неминуче відображаються на психічному стані дитини.

Сімейне середовище виконує низку важливих функцій, серед яких особливе значення мають виховна, емоційна, соціалізаційна та регулятивна. Виховна функція забезпечує передачу соціального досвіду, норм і цінностей; емоційна – створює атмосферу підтримки, любові та прийняття; соціалізаційна – сприяє інтеграції дитини у суспільство; регулятивна – формує поведінкові стратегії та механізми самоконтролю. У сукупності ці функції визначають

умови, в яких формується особистість дитини, її самооцінка та здатність до адаптації [12].

Особливу роль відіграє якість емоційних взаємин у сім'ї. Саме через взаємодію з батьками дитина навчається розпізнавати, виражати та регулювати власні емоції. Позитивний емоційний досвід сприяє формуванню впевненості у собі, відкритості до світу та здатності до встановлення гармонійних міжособистісних відносин. Натомість дефіцит емоційної підтримки або наявність напружених і конфліктних взаємин можуть призводити до підвищення тривожності, невпевненості та емоційної нестабільності [22].

Як зазначає І. Бех, сім'я є первинним простором формування духовних і моральних цінностей особистості, у якому дитина засвоює соціальні норми, моделі поведінки та способи емоційного реагування [5]. У його працях наголошується, що характер взаємин у сім'ї визначає базове почуття безпеки або небезпеки, яке формується у дитини на ранніх етапах розвитку та має довготривалий вплив на її психічний стан. Саме це почуття виступає основою для формування довіри до світу, розвитку самосвідомості та побудови міжособистісних відносин у майбутньому.

Крім того, сім'я виступає важливим середовищем формування «Я-концепції» дитини, оскільки через оцінки, очікування та ставлення з боку батьків вона формує уявлення про власну цінність, здібності та можливості. Підтримка, прийняття та позитивне ставлення сприяють розвитку адекватної самооцінки, тоді як критика, ігнорування або нестабільність у взаєминах можуть призводити до формування негативного образу «Я».

Таким чином, сім'я є не лише первинним середовищем життєдіяльності дитини, а й визначальним чинником її психічного розвитку, що впливає на формування емоційної сфери, самосвідомості та особистісних характеристик. Її роль полягає у створенні умов для гармонійного розвитку дитини, забезпеченні психологічної підтримки та формуванні базових основ її майбутнього життя.

На думку сучасної української дослідниці О. Кульбабської, сім'я виконує інтегративну функцію, поєднуючи емоційний, соціальний та когнітивний розвиток дитини в єдину цілісну систему впливів [24]. Авторка підкреслює, що саме у сімейному середовищі відбувається первинна інтеріоризація соціального досвіду, у процесі якої дитина засвоює базові уявлення про себе, інших людей і навколишній світ. Ці уявлення формуються під впливом щоденної взаємодії з батьками, їхніх оцінок, очікувань і моделей поведінки, що в подальшому трансформуються у стійкі особистісні утворення, зокрема самооцінку та «Я-концепцію».

Важливим аспектом, на який звертає увагу дослідниця, є емоційна насиченість сімейних взаємин, що виступає визначальним чинником формування самосприйняття дитини. Позитивний емоційний досвід взаємодії сприяє розвитку впевненості у собі, адекватної самооцінки та відчуття власної значущості, тоді як емоційна нестабільність, критика або байдужість можуть призводити до формування негативного образу «Я», внутрішньої невпевненості та підвищеної тривожності.

Системний підхід до розуміння сім'ї ґрунтовно представлений у працях В. Москальця, який розглядає її як цілісну психологічну систему взаємодії, де кожен член родини перебуває у постійному взаємовпливі з іншими [33]. У межах цього підходу сім'я постає як відкрита динамічна система, що має власну структуру, правила функціонування, ролі та механізми регуляції. Особливістю такої системи є її цілісність: будь-які зміни в одному елементі (наприклад, у поведінці або емоційному стані батьків) неминуче відображаються на інших членах родини, зокрема на дитині.

Як зазначає дослідник, емоційні порушення або конфлікти в сім'ї створюють стан хронічного напруження, який дитина не лише спостерігає, а й активно переживає на емоційному рівні. Це напруження може проявлятися у вигляді підвищеної тривожності, агресивності, замкненості або інших поведінкових реакцій, що свідчать про порушення психоемоційного розвитку. Крім того, систематичне перебування у конфліктному середовищі негативно

впливає на формування самооцінки дитини, оскільки вона може інтерпретувати сімейні проблеми як власну провину або свідчення власної незначущості.

Таким чином, інтегративний і системний підходи дозволяють розглядати сім'ю як багатовимірне середовище, у якому формуються ключові особистісні характеристики дитини. Взаємодія емоційних, соціальних і когнітивних чинників у межах сім'ї визначає не лише рівень психічного розвитку, а й характер самооцінки та самосприйняття дитини, що є особливо важливим у контексті дослідження впливу сімейних конфліктів.

Особливу увагу сучасні українські науковці приділяють емоційному клімату сім'ї як одному з визначальних чинників психічного розвитку дитини. Емоційна атмосфера родини виступає своєрідним фоном, на якому відбувається становлення особистості, формування її емоційної сфери, самосвідомості та поведінкових стратегій. Вона визначає характер щоденних взаємодій, рівень відкритості у спілкуванні, а також ступінь психологічного комфорту дитини.

Так, Т. Титаренко зазначає, що саме емоційна атмосфера родини формує у дитини базову довіру до світу, рівень тривожності та здатність до емоційної саморегуляції [34]. У своїх працях дослідниця підкреслює, що позитивний емоційний досвід взаємодії з батьками – зокрема прояви підтримки, прийняття, емпатії та емоційної чуйності – є підґрунтям для розвитку адекватної самооцінки та стабільного емоційного стану. Саме в таких умовах дитина набуває впевненості у власній значущості, формує позитивне ставлення до себе та здатність конструктивно реагувати на життєві труднощі.

Водночас дефіцит емоційної підтримки, суперечливість батьківських реакцій або домінування негативних емоцій у сімейному середовищі можуть призводити до порушень психоемоційного розвитку. Зокрема, у дитини можуть формуватися підвищена тривожність, емоційна нестабільність, труднощі у вираженні почуттів, а також занижена самооцінка. У таких умовах дитина часто відчуває невпевненість, страх помилок і залежність від зовнішніх оцінок, що ускладнює її соціальну адаптацію.

У контексті сучасних соціальних викликів (зокрема, нестабільності, міграційних процесів, воєнних подій) роль сім'ї як ресурсу психологічної підтримки значно зростає. Сім'я в цих умовах виступає ключовим фактором, що забезпечує збереження внутрішньої рівноваги дитини та її здатність адаптуватися до змін. Як зазначає О. Савченко, сім'я виступає важливим фактором психологічної стійкості дитини, забезпечуючи підтримку, стабільність і відчуття захищеності навіть у кризових умовах [37].

Дослідниця наголошує, що наявність стабільних емоційних зв'язків із батьками сприяє формуванню у дитини внутрішніх ресурсів подолання стресу, розвитку резильєнтності та здатності до емоційної саморегуляції. Водночас відсутність підтримки або загострення конфліктів у сім'ї в умовах соціальної нестабільності можуть значно посилювати негативний вплив зовнішніх стресорів на психіку дитини.

Таким чином, емоційний клімат сім'ї виступає ключовим чинником, що визначає якість психоемоційного розвитку дитини та формування її самооцінки. Він може як сприяти гармонійному розвитку особистості, так і виступати джерелом психологічних труднощів, особливо в умовах сучасних соціальних викликів.

Важливим аспектом функціонування сім'ї як середовища розвитку дитини є стиль сімейного виховання, який визначає характер взаємодії між батьками і дитиною, а також особливості формування її особистісних якостей. Стиль виховання відображає систему батьківських установок, цінностей, вимог і способів впливу на дитину, що реалізуються у повсякденній комунікації та поведінці.

Як зазначає Л. Долинська, тип батьківського ставлення безпосередньо впливає на формування самооцінки дитини, її рівень самоприйняття та впевненості у власних можливостях [15]. Дослідниця підкреслює, що стиль виховання визначає не лише зовнішню поведінку дитини, а й її внутрішній світ, зокрема систему уявлень про себе та інших. Зокрема, авторитарний стиль,

який характеризується жорстким контролем, високим рівнем вимог і недостатньою емоційною підтримкою, може сприяти формуванню невпевненості, залежності від зовнішніх оцінок і заниженої самооцінки. У таких умовах дитина часто відчуває страх помилки, прагне уникати ініціативи та орієнтується на схвалення з боку дорослих.

Натомість демократичний стиль виховання, що поєднує вимогливість із повагою до особистості дитини, сприяє розвитку самостійності, відповідальності та впевненості у собі. У межах цього стилю батьки підтримують дитину, враховують її думку, створюють умови для самовираження, що позитивно впливає на формування адекватної самооцінки та внутрішньої стабільності. Ліберальний стиль, у свою чергу, може призводити до недостатньої сформованості самоконтролю та труднощів у соціальній адаптації, що також позначається на самооцінці дитини.

Сучасні дослідження також акцентують увагу на комунікативному аспекті сімейних взаємин як ключовому механізмі впливу на розвиток особистості. Як зазначає Н. Ничкало, якість спілкування між батьками та дітьми визначає рівень емоційного благополуччя дитини, її здатність до відкритого вираження почуттів та формування позитивного образу «Я» [38]. Ефективна комунікація передбачає взаєморозуміння, емпатію, активне слухання та підтримку, що сприяє розвитку довіри між членами сім'ї.

Натомість порушення комунікації, такі як ігнорування, критика, агресивні висловлювання або відсутність емоційного контакту, можуть призводити до формування у дитини почуття самотності, невпевненості та емоційної ізоляції. У таких умовах дитина може втрачати здатність до відкритого самовираження, що негативно впливає на розвиток її самосвідомості та самооцінки.

У працях Н. Чепелевої підкреслюється, що сім'я є ключовим середовищем формування особистісної ідентичності дитини [46]. Взаємодія з батьками виступає джерелом постійного зворотного зв'язку, на основі якого дитина формує уявлення про власну цінність, здібності та соціальну значущість.

Саме через оцінки, очікування та ставлення з боку значущих дорослих відбувається процес інтеріоризації соціальних норм і формування «Я-концепції».

Дослідниця наголошує, що позитивний зворотний зв'язок сприяє розвитку впевненості у собі, формуванню адекватної самооцінки та внутрішньої гармонії. Водночас негативні оцінки, постійна критика або емоційне відторгнення можуть призводити до формування негативного образу «Я», зниження рівня самоповаги та виникнення внутрішніх конфліктів.

Таким чином, стиль сімейного виховання, характер комунікації та якість взаємодії між батьками і дитиною виступають ключовими чинниками формування її особистості та самооцінки. Вони визначають не лише поведінкові особливості дитини, а й її внутрішній психологічний стан, рівень емоційного благополуччя та здатність до самореалізації.

Новітні українські дослідження також підкреслюють суттєвий вплив цифрового середовища на трансформацію сімейних взаємин і процес розвитку дитини. У сучасних умовах цифровізація суспільства змінює не лише способи комунікації, а й характер міжособистісної взаємодії в родині, впливаючи на емоційні зв'язки між її членами. Як зазначає О. Безпалько, трансформація сімейної комунікації під впливом цифрових технологій змінює характер взаємодії між батьками та дітьми, що може як позитивно, так і негативно впливати на психічний розвиток дитини [19].

З одного боку, цифрові технології розширюють можливості для спілкування, навчання та спільного проведення часу, сприяють доступу до освітніх ресурсів і розвитку когнітивних здібностей дитини. Вони можуть виступати інструментом підтримки та взаємодії, особливо в умовах фізичної дистанції або обмежених соціальних контактів. З іншого боку, надмірне використання цифрових засобів комунікації може призводити до зниження якості живого емоційного контакту між батьками і дітьми, формування емоційної віддаленості та порушення процесів соціалізації.

Крім того, зміна форм комунікації впливає на характер зворотного

зв'язку, який отримує дитина від батьків. Опосередковане спілкування, дефіцит емоційної залученості або заміщення живого контакту цифровими взаємодіями можуть ускладнювати формування адекватної самооцінки та самосвідомості. У таких умовах дитина може відчувати недостатність підтримки, що впливає на її емоційний стан і рівень психологічного благополуччя.

Водночас ефективне поєднання традиційних і цифрових форм взаємодії, за умови збереження емоційної близькості та довіри, може сприяти гармонійному розвитку дитини. Вирішальним фактором у цьому процесі залишається якість сімейних взаємин, а не лише форма комунікації.

Отже, сім'я є визначальним чинником психічного розвитку дитини, оскільки саме в її межах формуються базові психологічні структури особистості, закладаються основи самосвідомості та відбувається становлення емоційної сфери. Вона забезпечує емоційне підґрунтя розвитку, процес соціалізації, формування самооцінки та життєвих орієнтацій дитини. Саме через взаємодію з батьками дитина набуває досвіду міжособистісних відносин, формує уявлення про власну цінність і місце у світі.

Якість сімейних взаємин, стиль виховання, характер комунікації та емоційний клімат безпосередньо впливають на гармонійність розвитку дитини, її психологічне благополуччя та здатність до самореалізації. Сприятливе сімейне середовище виступає потужним ресурсом розвитку, тоді як дисфункційні або конфліктні взаємини можуть стати джерелом психологічних труднощів і деформацій особистісного становлення. У цьому контексті особливого значення набуває вивчення сім'ї як комплексного чинника впливу на формування самооцінки дитини, що обумовлює актуальність подальших досліджень у цьому напрямі [32].

1.2. Психологічна характеристика самооцінки дитини

Самооцінка є однією з центральних категорій психології особистості, яка відображає ставлення людини до самої себе, оцінку власних якостей,

можливостей і місця в соціумі. Вона виступає інтегральним утворенням самосвідомості, що поєднує когнітивні уявлення про себе, емоційно-ціннісне ставлення та поведінкові прояви. У дитячому віці самооцінка набуває особливого значення, оскільки саме в цей період закладаються основи самосприйняття, формується система життєвих орієнтацій та визначаються способи взаємодії з навколишнім світом.

Самооцінка дитини виконує низку важливих функцій, серед яких провідними є регулятивна, мотиваційна та адаптаційна. Вона визначає рівень домагань, спрямованість діяльності, здатність до подолання труднощів і характер соціальної поведінки. Від рівня сформованості самооцінки залежить активність дитини, її впевненість у власних силах, а також здатність до саморозвитку та самореалізації [23].

Як зазначає І. Бех, самооцінка є складним особистісним утворенням, що формується у процесі діяльності та спілкування і відображає рівень самосприйняття дитини [1]. У своїх працях учений підкреслює, що самооцінка має регулятивну функцію, оскільки визначає поведінкові стратегії, впливає на вибір дитиною цілей і способів їх досягнення, а також сприяє розвитку відповідальності й самосвідомості. Вона виступає внутрішнім орієнтиром, який допомагає дитині оцінювати власні дії та їх результати [30].

На думку Т. Титаренко, самооцінка є складовою «Я-концепції» особистості і формується на основі досвіду взаємодії з іншими людьми [22]. Дослідниця наголошує, що для дитини особливо значущими є оцінки з боку батьків, педагогів та інших значущих дорослих, які виступають основою формування уявлень про себе. У процесі спілкування дитина інтеріоризує ці оцінки, перетворюючи їх на внутрішні критерії самосприйняття.

Важливим є те, що самооцінка не є статичною характеристикою, а формується поступово, змінюючись під впливом життєвого досвіду, соціального оточення та індивідуальних особливостей дитини. У ранньому віці вона має переважно емоційний характер і залежить від ставлення дорослих, тоді як у

подальшому розвитку набуває більш усвідомленого, диференційованого характеру.

Крім того, процес формування самооцінки тісно пов'язаний із розвитком рефлексії – здатності дитини усвідомлювати власні дії, переживання та оцінювати себе з позиції інших. Саме розвиток рефлексивних процесів забезпечує перехід від зовнішньої зумовленої оцінки до внутрішньої регульованої самооцінки.

Таким чином, самооцінка є ключовим компонентом структури особистості дитини, що визначає її поведінку, емоційний стан і соціальну активність. Вона формується у процесі взаємодії з оточенням, насамперед у сім'ї, та виступає важливим показником психологічного благополуччя і гармонійного розвитку дитини.

Сучасні українські психологи розглядають самооцінку як багатокомпонентне особистісне утворення, що формується у процесі соціалізації та активної взаємодії дитини з оточенням. Такий підхід дозволяє розглядати самооцінку не як ізольовану характеристику, а як складну систему взаємопов'язаних компонентів, що забезпечують цілісність самосприйняття особистості.

Так, Н. Чепелєва зазначає, що структура самооцінки включає когнітивний (знання про себе), емоційно-ціннісний (ставлення до себе) та поведінковий (саморегуляція) компоненти [43]. Когнітивний компонент відображає уявлення дитини про власні якості, здібності та можливості; емоційно-ціннісний – визначає рівень самоповаги, прийняття себе та емоційне ставлення до власної особистості; поведінковий – проявляється у здатності регулювати власну діяльність і поведінку відповідно до сформованих уявлень про себе.

Взаємодія цих компонентів забезпечує цілісність самооцінки та визначає її вплив на розвиток особистості. Порушення в одному з компонентів можуть призводити до дисбалансу всієї структури, що відображається у поведінці дитини, її емоційному стані та характері взаємодії з оточенням. Такий підхід дозволяє комплексно аналізувати розвиток самооцінки у дітей і визначати чинники, що впливають на її формування.

Важливим аспектом є також класифікація видів самооцінки, що дає змогу оцінити її адекватність та вплив на розвиток особистості. У психологічній літературі традиційно виділяють адекватну, занижену та завищену самооцінку. Як зазначає Л. Долинська, адекватна самооцінка сприяє гармонійному розвитку особистості, оскільки забезпечує реалістичне сприйняття власних можливостей, формує впевненість у собі та сприяє ефективній соціальній адаптації [44].

Адекватна самооцінка характеризується узгодженістю між уявленнями дитини про себе та її реальними можливостями. Вона дозволяє дитині адекватно оцінювати власні досягнення і невдачі, ставити реалістичні цілі та конструктивно долати труднощі. Така самооцінка виступає важливим ресурсом особистісного розвитку і психологічного благополуччя.

Занижена самооцінка, навпаки, супроводжується негативним ставленням до себе, невпевненістю у власних силах і схильністю до самознецінення. Як правило, вона проявляється у підвищеній тривожності, страху помилок, уникненні складних завдань та залежності від думки інших. Діти із заниженою самооцінкою часто недооцінюють власні можливості, що обмежує їхню активність і перешкоджає самореалізації.

Завищена самооцінка, у свою чергу, характеризується переоцінкою власних можливостей, нереалістичними очікуваннями та недостатньою критичністю до себе. Такі діти можуть демонструвати труднощі у взаємодії з однолітками, конфліктність, несприйняття критики та неадекватні реакції на невдачі. У деяких випадках завищена самооцінка може виконувати захисну функцію, компенсуючи внутрішню невпевненість [40].

Таким чином, розгляд самооцінки як багатокомпонентного утворення та аналіз її видів дозволяють глибше зрозуміти механізми її формування та вплив на розвиток особистості дитини. Адекватність самооцінки виступає важливим показником психологічного благополуччя, тоді як її порушення можуть бути індикатором наявності несприятливих умов розвитку, зокрема проблем у сімейному середовищі.

Особливості формування самооцінки тісно пов'язані з віковим розвитком дитини, оскільки на різних етапах онтогенезу змінюються як механізми самосприйняття, так і джерела оцінювання власної особистості. У процесі дорослішання відбувається поступовий перехід від зовнішньо зумовленої оцінки до внутрішньо регульованої, що є важливою ознакою розвитку самосвідомості.

Як зазначає О. Савченко, у молодшому шкільному віці самооцінка має переважно ситуативний характер і значною мірою залежить від зовнішніх оцінок з боку дорослих, насамперед батьків і вчителів [55]. У цей період дитина ще не має достатнього рівня рефлексії, тому орієнтується на авторитет значущих осіб, інтеріоризуючи їхні оцінки як власні. Це зумовлює нестійкість самооцінки, її залежність від успіхів або невдач у навчальній діяльності та міжособистісних взаєминах.

У підлітковому віці самооцінка набуває більш усвідомленого, диференційованого та відносно стабільного характеру. Це пов'язано з розвитком рефлексії, самосвідомості та здатності до самоаналізу. Підліток починає не лише оцінювати себе через призму зовнішніх суджень, а й формує власні критерії оцінювання, що сприяє становленню автономності особистості. Водночас цей період характеризується підвищеною чутливістю до соціальних оцінок, що може зумовлювати коливання самооцінки та внутрішні суперечності.

Суттєву роль у формуванні самооцінки відіграє соціальне оточення, яке виступає джерелом зворотного зв'язку та соціального досвіду. Як підкреслює О. Безпалько, самооцінка формується у процесі соціалізації та залежить від характеру взаємодії дитини з сім'єю, однолітками та освітнім середовищем [16]. У межах цих взаємодій дитина засвоює соціальні норми, ролі та очікування, які стають основою її самосприйняття.

Особливо значущою є роль сім'ї як первинного середовища соціалізації. Саме в сім'ї дитина отримує перший досвід оцінювання, підтримки або критики, що визначає напрям формування її самооцінки. Взаємодія з

однолітками, у свою чергу, сприяє розвитку соціального порівняння, що також впливає на уявлення дитини про себе. Освітнє середовище доповнює цей процес, формуючи у дитини відчуття успішності або неуспішності.

Авторка зазначає, що позитивний досвід взаємодії – підтримка, схвалення, визнання досягнень – сприяє формуванню впевненості в собі, розвитку адекватної самооцінки та позитивного самосприйняття. Натомість негативний досвід, зокрема часта критика, ігнорування або відсутність емоційного контакту, може призводити до виникнення внутрішніх конфліктів, невпевненості та зниження самооцінки.

У сучасних дослідженнях також наголошується на значенні емоційного досвіду як ключового чинника формування самооцінки. Як зазначає Н. Ничкало, емоційна підтримка з боку дорослих сприяє формуванню позитивного ставлення до себе, розвитку самоповаги та внутрішньої стабільності [37]. Вона створює умови для відкритого самовираження дитини, розвитку її емоційної компетентності та здатності до саморегуляції.

Водночас дефіцит емоційної підтримки, нестабільність у взаєминах, критика або емоційне відторгнення можуть негативно впливати на самооцінку дитини. У таких умовах формується негативний образ «Я», знижується рівень самоповаги, виникає підвищена тривожність і труднощі у соціальній взаємодії. Дитина може втрачати впевненість у власних можливостях, що ускладнює її особистісний розвиток і самореалізацію.

Таким чином, формування самооцінки є складним і багатофакторним процесом, що залежить від вікових особливостей розвитку, характеру соціального оточення та якості емоційного досвіду дитини. Узгодженість цих чинників виступає важливою умовою формування адекватної самооцінки та психологічного благополуччя дитини.

Окрему увагу дослідники приділяють взаємозв'язку самооцінки та рівня домагань як важливих регуляторів поведінки та діяльності дитини. Рівень домагань відображає ті цілі, які дитина ставить перед собою, орієнтуючись на власні уявлення про свої можливості та здібності. У цьому

контексті самооцінка виступає внутрішнім критерієм, що визначає межі цих домагань.

Як зазначає В. Москалець, рівень домагань дитини формується на основі її самооцінки та визначає прагнення до досягнення певних результатів [38]. Учений підкреслює, що адекватна самооцінка забезпечує оптимальний баланс між складністю поставлених завдань і реальними можливостями дитини, що сприяє розвитку активності, ініціативності та впевненості у власних силах. У таких умовах дитина здатна конструктивно сприймати як успіхи, так і невдачі, використовуючи їх як ресурс для подальшого розвитку.

Водночас порушення самооцінки призводять до деформації рівня домагань. Занижена самооцінка часто зумовлює тенденцію до уникнення складних завдань, страх помилок, пасивність і відмову від досягнення поставлених цілей. Дитина в таких умовах недооцінює власні можливості, що обмежує її розвиток і знижує рівень життєвої активності. Натомість завищена самооцінка може спричиняти формування нереалістично високого рівня домагань, що супроводжується частими розчаруваннями, труднощами у взаємодії з оточенням та неадекватною реакцією на невдачі.

Таким чином, взаємозв'язок самооцінки та рівня домагань є важливим механізмом саморегуляції поведінки дитини, що визначає її активність, мотивацію та спрямованість діяльності. Гармонійне поєднання цих характеристик виступає показником психологічної зрілості та сприяє ефективній соціальній адаптації.

Узагальнюючи викладене, можна зазначити, що самооцінка дитини є складним, багатокомпонентним психологічним утворенням, що формується під впливом соціального середовища, насамперед сім'ї, та визначає характер її психічного розвитку. Вона виконує регулятивну, мотиваційну та адаптаційну функції, впливаючи на поведінку, емоційний стан, рівень активності та соціальну взаємодію дитини.

Самооцінка виступає важливим внутрішнім ресурсом особистості, що забезпечує здатність до саморозвитку, самореалізації та подолання життєвих

труднощів. Водночас її формування є чутливим до умов соціального середовища, зокрема характеру сімейних взаємин, стилю виховання та емоційного клімату родини.

Розуміння особливостей формування самооцінки має важливе теоретичне і практичне значення, оскільки дозволяє глибше проаналізувати вплив сімейних конфліктів на особистість дитини. Саме через порушення механізмів формування самооцінки конфліктне сімейне середовище може спричиняти негативні зміни у психоемоційному розвитку дитини, що обумовлює необхідність подальшого дослідження цієї проблеми.

1.3. Сутність і види сімейних конфліктів та їх вплив на психоемоційний розвиток та формування самооцінки дитини

Сімейні конфлікти є невід'ємною складовою функціонування родини як соціально-психологічної системи, оскільки взаємодія її членів передбачає різноманітність інтересів, потреб, цінностей і очікувань. У процесі щоденного спілкування неминуче виникають ситуації розбіжностей, які можуть перерости у конфлікти різного рівня інтенсивності. Вони можуть мати як конструктивний, так і деструктивний характер залежно від способів їх переживання та вирішення.

У сучасній психологічній науці конфлікт розглядається як складне багатовимірне явище, що включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти. Він визначається як зіткнення протилежних інтересів, цінностей, потреб або поглядів, що супроводжується емоційною напругою, внутрішнім дискомфортом і потребує певного способу розв'язання. У сімейному контексті конфлікти мають особливу специфіку, оскільки виникають у середовищі тісних емоційних зв'язків і високого рівня взаємозалежності [8].

Як зазначає В. Москалець, сімейний конфлікт є специфічною формою міжособистісної взаємодії, що виникає в умовах емоційної близькості та

взаємозалежності членів родини [11]. У своїх працях дослідник наголошує, що особливість сімейних конфліктів полягає у їх високій емоційній насиченості, тривалості та значному впливі на психологічний стан усіх учасників, особливо дітей. Саме емоційна включеність робить такі конфлікти більш глибокими та потенційно травматичними, ніж конфлікти в інших соціальних групах.

Крім того, сімейні конфлікти часто мають латентний характер і можуть тривалий час залишатися невирішеними, що призводить до накопичення емоційної напруги та погіршення взаємин. У таких умовах формується несприятливий психологічний клімат, який безпосередньо впливає на емоційний стан дитини, її поведінку та самосприйняття.

На думку Т. Титаренко, конфлікти в сім'ї можуть виконувати як деструктивну, так і конструктивну функцію [32]. З одного боку, вони можуть виступати механізмом розвитку сімейної системи, сприяти відкритому обговоренню проблем, уточненню ролей і норм взаємодії, а також формуванню навичок ефективної комунікації. У такому випадку конфлікт має конструктивний характер і може позитивно впливати на розвиток як сім'ї в цілому, так і її окремих членів.

З іншого боку, за умов хронічності, інтенсивності та агресивності конфлікти набувають деструктивного характеру. Вони призводять до порушення емоційного клімату в родині, зниження рівня довіри, виникнення напруженості та психологічного дискомфорту. Особливо негативно такі конфлікти впливають на дітей, які не мають достатніх ресурсів для їх осмислення та подолання.

Дитина, перебуваючи в умовах постійних конфліктів, може відчувати страх, тривогу, невпевненість і внутрішню напругу. Вона часто стає непрямим учасником конфлікту, переживаючи його емоційно, навіть якщо не залучена безпосередньо. Це може призводити до формування негативних моделей поведінки, порушення емоційної рівноваги та зниження самооцінки [17].

Таким чином, сімейні конфлікти є складним соціально-психологічним явищем, яке має подвійний потенціал впливу на розвиток особистості дитини.

Вони можуть виступати як чинником розвитку за умов конструктивного вирішення, так і джерелом психологічних проблем у разі їх деструктивного перебігу. Розуміння сутності сімейних конфліктів та їх особливостей є необхідною передумовою для аналізу їх впливу на психоемоційний розвиток і формування самооцінки дитини.

У психологічній літературі виділяють різні види сімейних конфліктів, класифікація яких дозволяє глибше зрозуміти їхню природу, причини виникнення та вплив на розвиток особистості дитини. Зокрема, як зазначає Л. Долинська, основними є подружні конфлікти (між батьками), батьківсько-дитячі конфлікти та внутрішньоособистісні конфлікти членів сім'ї, що відображаються у міжособистісних взаєминах [23]. Кожен із цих видів має свої специфічні особливості та по-різному впливає на психоемоційний стан дитини.

Подружні конфлікти є особливо значущими для розвитку дитини, навіть якщо вона не є їх безпосереднім учасником. Атмосфера напруженості, агресії або емоційного відчуження між батьками створює несприятливий психологічний клімат у сім'ї, який дитина сприймає на емоційному рівні. Як підкреслює Н. Чепелева, дитина виступає своєрідним «емоційним резонатором» сімейних відносин, відчуваючи навіть приховані прояви конфлікту [4]. Це зумовлено високою чутливістю дитини до емоційного стану значущих дорослих.

У таких умовах у дитини можуть формуватися почуття тривоги, страху, невпевненості та емоційної нестабільності. Вона може відчувати внутрішній конфлікт, пов'язаний із необхідністю зберігати емоційну прихильність до обох батьків, що створює додаткове психологічне навантаження. Крім того, подружні конфлікти можуть впливати на формування у дитини негативних моделей міжособистісної взаємодії, які вона переносить у власне життя [20].

Батьківсько-дитячі конфлікти також мають суттєвий вплив на розвиток особистості, оскільки безпосередньо пов'язані з процесом виховання та соціалізації. Як зазначає І. Бех, характер взаємодії між батьками і дитиною визначає формування її самосвідомості, моральних орієнтацій та самооцінки

[5]. У цьому контексті конфлікти можуть виступати як чинником розвитку, так і джерелом психологічних труднощів.

Часті конфлікти, що супроводжуються критикою, покараннями, приниженням або ігноруванням потреб дитини, можуть призводити до формування негативного образу «Я», зниження самооцінки та розвитку почуття меншовартості. У таких умовах дитина може втрачати впевненість у собі, уникати активної діяльності та залежати від зовнішніх оцінок.

Водночас конструктивно вирішені конфлікти можуть сприяти розвитку самостійності, відповідальності та навичок ефективної комунікації. Важливу роль у цьому процесі відіграє позиція батьків, їх здатність до діалогу, емпатії та врахування індивідуальних особливостей дитини.

Окрему категорію становлять внутрішньоособистісні конфлікти членів сім'ї, які опосередковано впливають на сімейні взаємини. Вони можуть проявлятися у вигляді внутрішньої напруги, незадоволеності, емоційної нестабільності батьків, що відображається у їхній поведінці та взаємодії з дитиною. У таких умовах дитина може відчувати нестабільність, непередбачуваність поведінки дорослих, що негативно впливає на її емоційний стан і формування почуття безпеки [27].

Таким чином, різні види сімейних конфліктів мають специфічний вплив на психоемоційний розвиток дитини та формування її самооцінки. Їх характер, інтенсивність і способи вирішення визначають, чи виступатимуть вони чинником розвитку, чи джерелом психологічних проблем. Це підкреслює необхідність комплексного аналізу сімейних конфліктів у контексті їх впливу на особистість дитини.

Сучасні українські дослідження акцентують увагу на багатофакторності причин виникнення сімейних конфліктів, підкреслюючи їх комплексний і взаємопов'язаний характер. Як зазначає О. Безпалько, серед основних причин можна виділити різницю у цінностях і поглядах членів родини, порушення комунікації, емоційне вигорання батьків, соціально-економічні труднощі та

вплив стресових і кризових ситуацій [16]. Кожен із цих чинників може виступати як самостійною причиною конфлікту, так і підсилювати дію інших, створюючи умови для загострення міжособистісних протиріч.

Різниця у цінностях і життєвих орієнтаціях часто проявляється у невідповідності очікувань, поглядів на виховання, розподіл ролей і відповідальності в сім'ї. Порушення комунікації, зокрема відсутність відкритого діалогу, нерозуміння, використання агресивних або маніпулятивних форм взаємодії, значно ускладнюють процес розв'язання конфліктних ситуацій. Емоційне вигорання батьків, що пов'язане з перевантаженням, стресом і недостатністю ресурсів, знижує їх здатність до емпатії та конструктивної взаємодії з дитиною.

Соціально-економічні труднощі та кризові обставини (зокрема нестабільність, воєнні події, вимушене переселення) створюють додаткове психологічне навантаження на сім'ю, що підвищує рівень напруженості та конфліктності у взаєминах. У таких умовах навіть незначні розбіжності можуть переростати у тривалі конфлікти, що негативно впливають на загальний психологічний клімат родини.

Особливого значення набуває вплив сімейних конфліктів на психоемоційний розвиток дитини, оскільки саме в сім'ї закладаються основи її емоційної стабільності та психологічного благополуччя. Як зазначає Н. Ничкало, тривале перебування у конфліктному середовищі може призводити до підвищення рівня тривожності, агресивності, замкненості або емоційної нестабільності [29]. У таких умовах дитина перебуває у стані постійної емоційної напруги, що негативно впливає на її психічний розвиток.

Дитина може відчувати внутрішній конфлікт, пов'язаний із лояльністю до обох батьків, особливо у ситуаціях, коли вона змушена займати чиюсь сторону або виступати посередником у конфлікті. Це створює додаткове психологічне навантаження, спричиняє почуття провини, безпорадності та емоційного виснаження. У деяких випадках дитина може брати на себе відповідальність за конфлікти дорослих, що негативно впливає на її самооцінку та самосприйняття.

На думку О. Савченко, в умовах постійних сімейних конфліктів у дитини порушується відчуття безпеки, що є базовою потребою для нормального психічного розвитку [28]. Втрата цього відчуття призводить до формування недовіри до світу, підвищеної тривожності та емоційної нестабільності. Дитина може сприймати навколишнє середовище як небезпечне і непередбачуване, що ускладнює її соціалізацію та встановлення гармонійних міжособистісних відносин.

Крім того, хронічні конфлікти в сім'ї можуть впливати на формування негативних поведінкових моделей, які дитина засвоює шляхом наслідування. Вона може відтворювати агресивні або унікальні стратегії поведінки у взаємодії з іншими, що ускладнює її адаптацію у соціальному середовищі.

Таким чином, причини сімейних конфліктів мають комплексний характер і пов'язані як із внутрішніми особливостями сімейної системи, так і з впливом зовнішніх чинників. Їх наслідки для психоемоційного розвитку дитини можуть бути глибокими та тривалими, що підкреслює важливість своєчасного виявлення та конструктивного вирішення конфліктів у сім'ї.

Важливим аспектом дослідження є вплив сімейних конфліктів на формування самооцінки дитини, оскільки саме в умовах сімейної взаємодії закладаються основи самосприйняття та ставлення до себе. Самооцінка формується під впливом досвіду спілкування зі значущими дорослими, насамперед батьками, тому характер цих взаємин відіграє визначальну роль у її розвитку.

Як зазначає Т. Титаренко, негативний досвід взаємодії в сім'ї може формувати у дитини відчуття меншовартості, провини або непотрібності [32]. Особливо це характерно для ситуацій, коли дитина стає об'єктом конфлікту, піддається звинуваченням або використовується як засіб маніпуляції у стосунках між батьками. У таких умовах дитина інтеріоризує негативні оцінки, що призводить до формування спотвореного образу «Я» та зниження рівня самоповаги.

Занижена самооцінка часто формується в умовах постійної критики, емоційного відторгнення або нестабільності у взаєминах. Як підкреслює Л. Долинська, такі діти можуть характеризуватися невпевненістю у собі, страхом помилок, низьким рівнем домагань і залежністю від думки інших [35]. Вони схильні уникати складних завдань, недооцінювати власні можливості та демонструвати підвищену чутливість до оцінок з боку оточення. У довгостроковій перспективі це може обмежувати їх особистісний розвиток і знижувати рівень життєвої активності.

Водночас у деяких випадках у відповідь на несприятливі умови сімейного середовища може формуватися завищена, але неадекватна самооцінка як захисний психологічний механізм. Така форма самосприйняття виконує компенсаторну функцію, приховуючи внутрішню невпевненість і потребу в самоствердженні. Проте вона також може призводити до труднощів у міжособистісній взаємодії, конфліктності та неадекватного сприйняття власних можливостей [38].

Системний аналіз дозволяє стверджувати, що вплив сімейних конфліктів на дитину залежить від їх інтенсивності, тривалості, частоти, способів вирішення, а також індивідуально-психологічних особливостей дитини. Важливу роль відіграє також рівень емоційної чутливості дитини, її вік і наявність підтримки з боку значущих дорослих.

Як зазначає В. Москалець, конструктивне вирішення конфліктів може навіть мати позитивний ефект, оскільки демонструє дитині моделі ефективної комунікації, вміння домовлятися та знаходити компроміси [46]. У таких умовах конфлікт виступає не як руйнівний фактор, а як ресурс розвитку соціальних і емоційних компетентностей.

Водночас деструктивні конфлікти, що супроводжуються агресією, приниженням, ігноруванням або емоційним відчуженням, мають стійкий негативний вплив на психіку дитини. Вони порушують відчуття безпеки, формують негативні уявлення про себе та інших, сприяють розвитку тривожності, невпевненості й емоційної нестабільності.

Отже, сімейні конфлікти є важливим чинником, що впливає на психоемоційний розвиток дитини та формування її самооцінки. Їх вплив є неоднозначним і залежить від характеру перебігу та способів розв'язання. За умов конструктивного вирішення конфлікти можуть сприяти розвитку особистості, тоді як їх деструктивний характер призводить до виникнення психологічних труднощів і деформацій самосприйняття.

Розуміння природи, причин і наслідків сімейних конфліктів є необхідною теоретичною основою для подальшого дослідження їх впливу на особистість дитини, зокрема на формування її самооцінки, що й обумовлює актуальність даної проблематики.

1.4. Теоретичні підходи та моделі дослідження впливу сімейного середовища на особистість дитини

У сучасній психологічній науці проблема впливу сімейного середовища на розвиток особистості дитини розглядається в межах різних теоретико-методологічних підходів, що відображають складність і багатовимірність цього явища. Сім'я постає не лише як соціальний інститут, що виконує функції виховання та соціалізації, а як складна динамічна система взаємодій, у якій формуються емоційна сфера, самосвідомість, ціннісні орієнтації та поведінкові стратегії дитини. Саме в сімейному середовищі відбувається первинна інтеріоризація соціального досвіду, що визначає подальший розвиток особистості [51].

Одним із базових є діяльнісно-особистісний підхід, який активно розвивається в українській психології. Як зазначає Г. Костюк, психічний розвиток дитини відбувається у процесі активної взаємодії з соціальним середовищем, передусім у сім'ї, де вона засвоює соціальний досвід і формує власну систему відносин [61]. Учений підкреслює, що розвиток особистості є результатом не лише зовнішніх впливів, а й внутрішньої активності дитини, її

здатності до осмислення та перетворення отриманого досвіду. У цьому контексті сім'я виступає як провідне середовище, що визначає спрямованість розвитку особистості, формування її потреб, мотивів і ціннісних орієнтацій.

Важливим аспектом діяльнісного підходу є розуміння ролі спільної діяльності батьків і дитини, яка створює умови для засвоєння соціальних норм і формування особистісних якостей. Саме через включення у різні види діяльності дитина набуває досвіду взаємодії, відповідальності та самостійності, що безпосередньо впливає на розвиток її самосвідомості та самооцінки.

У контексті особистісно орієнтованого підходу важливе значення має ідея унікальності розвитку кожної дитини та необхідності врахування її індивідуальних особливостей. Як зазначає О. Савченко, сім'я повинна створювати умови для розкриття індивідуального потенціалу дитини, враховуючи її потреби, інтереси та можливості [32]. Дослідниця наголошує, що підтримка, прийняття та повага до особистості дитини з боку батьків є ключовими умовами її гармонійного розвитку.

Особистісно орієнтований підхід передбачає формування у дитини позитивного образу «Я», розвиток її самоповаги та впевненості у власних силах. У цьому процесі важливу роль відіграє емоційний контакт із батьками, їх здатність до емпатії, розуміння та підтримки. Відсутність таких умов або домінування авторитарних форм взаємодії можуть призводити до порушення процесу саморозвитку та формування негативного самосприйняття.

Таким чином, діялісно-особистісний та особистісно орієнтований підходи дозволяють розглядати сім'ю як активне середовище розвитку, у якому відбувається становлення особистості дитини через взаємодію, діяльність і систему міжособистісних відносин. Вони підкреслюють значення сімейного середовища як простору, що забезпечує не лише передачу соціального досвіду, а й формування індивідуальності, самосвідомості та самооцінки дитини.

Значного поширення у сучасних дослідженнях набув соціально-психологічний підхід, у межах якого сім'я розглядається як провідне середовище

соціалізації дитини. Саме в родині відбувається первинне засвоєння соціального досвіду, норм і цінностей, що визначають подальший розвиток особистості та її інтеграцію у суспільство. Як підкреслює О. Киричук, саме у сім'ї дитина засвоює первинні соціальні ролі, норми поведінки та цінності, які визначають її подальшу взаємодію із соціальним оточенням [63]. У цьому процесі важливу роль відіграють не лише прямі виховні впливи, а й механізми наслідування, ідентифікації та соціального порівняння.

Якість соціалізації значною мірою залежить від характеру сімейних взаємин, емоційного клімату та стилю виховання. Сприятливе сімейне середовище, що ґрунтується на довірі, підтримці та взаємоповазі, забезпечує формування у дитини позитивних соціальних установок, адекватної самооцінки та здатності до ефективної взаємодії з іншими. Натомість дисфункційні або конфліктні взаємини можуть призводити до викривлення процесу соціалізації, формування неадекватних поведінкових моделей і труднощів у міжособистісній комунікації.

У сучасних дослідженнях також широко використовується еколого-системний підхід, який дозволяє розглядати розвиток дитини в контексті взаємодії різних рівнів соціального середовища. Як зазначає І. Данилюк, розвиток дитини відбувається у взаємодії різних екологічних систем, де сім'я виступає найближчим і найбільш впливовим мікросередовищем [4]. У межах цього підходу сім'я розглядається як частина ширшої соціальної структури, що включає освітні інституції, культурне середовище, соціально-економічні умови та макросоціальні процеси.

Такий підхід дозволяє враховувати не лише внутрішньосімейні чинники, а й вплив зовнішніх умов на характер сімейних взаємин і розвиток дитини. Наприклад, соціально-економічні труднощі, суспільна нестабільність або культурні трансформації можуть змінювати стиль виховання, рівень емоційної підтримки та загальний психологічний клімат у родині, що, своєю чергою, впливає на формування особистості дитини.

Важливим є також культурно-історичний підхід, який акцентує увагу на ролі соціального досвіду та культурних чинників у розвитку психіки. Як зазначає С. Максименко, психічний розвиток дитини відбувається через засвоєння культурних норм, цінностей і способів діяльності, що передаються у процесі взаємодії з дорослими, передусім у сім'ї [55]. Учений підкреслює, що сім'я виступає посередником між дитиною та культурою, забезпечуючи передачу соціального досвіду від покоління до покоління.

У межах цього підходу особливого значення набувають мовленнєва взаємодія, спільна діяльність та символічні форми спілкування, через які дитина засвоює соціальні значення і формує власну систему уявлень про світ. Сім'я в цьому контексті виступає не лише середовищем розвитку, а й простором культурної трансмісії, що визначає формування ідентичності, самосвідомості та самооцінки дитини.

Таким чином, соціально-психологічний, еколого-системний та культурно-історичний підходи доповнюють один одного, дозволяючи комплексно розкрити механізми впливу сімейного середовища на розвиток особистості дитини. Вони підкреслюють, що сім'я є не лише первинним середовищем соціалізації, а й ключовим фактором формування цінностей, поведінкових стратегій та самосприйняття дитини.

Окрему увагу дослідники приділяють психолого-педагогічним моделям сімейного виховання як системі цілеспрямованих впливів, що визначають характер розвитку особистості дитини. У межах цих моделей сім'я розглядається як організоване середовище виховання, у якому поєднуються ціннісні орієнтації батьків, їхні педагогічні установки, стиль взаємодії та способи комунікації з дитиною.

Як зазначає І. Бондарчук, ефективність впливу сім'ї на розвиток дитини визначається узгодженістю виховних впливів, емоційною підтримкою та характером комунікації [66]. Авторка підкреслює, що послідовність і передбачуваність вимог створюють у дитини відчуття стабільності та безпеки, що є необхідною умовою її гармонійного розвитку. Натомість суперечливість

вимог, непослідовність у вихованні та нестабільність у взаєминах можуть спричиняти внутрішню напругу, дезорієнтацію та формування негативних особистісних характеристик.

У межах сучасних підходів також виділяється модель емоційної взаємодії в сім'ї, яка акцентує увагу на значенні емоційних зв'язків між її членами. Як зазначає Л. Карамушка, емоційна підтримка, довіра та відкритість у спілкуванні створюють сприятливі умови для формування психологічного благополуччя дитини, розвитку її впевненості у собі та адекватної самооцінки [37]. У таких умовах дитина відчуває себе прийнятою та значущою, що сприяє формуванню позитивного самосприйняття.

Водночас емоційна холодність, відчуження або конфліктність у сімейних взаєминах можуть призводити до виникнення внутрішніх конфліктів, підвищеної тривожності та зниження самооцінки. Дефіцит емоційної підтримки ускладнює процес формування довіри до себе та інших, що негативно впливає на міжособистісні відносини дитини в майбутньому.

Суттєве значення має також комунікативна модель сім'ї, яка розглядає спілкування як основний механізм впливу на розвиток особистості. Як підкреслює Н. Волкова, характер спілкування між батьками і дітьми визначає розвиток самосвідомості, здатність до рефлексії та формування позитивного образу «Я» [8]. Через комунікацію дитина отримує зворотний зв'язок, який стає основою її самосприйняття та оцінки власних можливостей.

Ефективна комунікація, що ґрунтується на взаємоповазі, емпатії та відкритості, сприяє розвитку довіри, емоційної стабільності та соціальної компетентності дитини. Вона забезпечує умови для відкритого вираження почуттів, обговорення проблем і формування конструктивних способів взаємодії. Натомість порушення комунікації – ігнорування, агресія, маніпуляції або відсутність діалогу – можуть призводити до формування замкненості, невпевненості та негативного самосприйняття.

Таким чином, психолого-педагогічні, емоційні та комунікативні моделі сімейного виховання взаємодоповнюють одна одну, розкриваючи різні

аспекти впливу сімейного середовища на розвиток особистості дитини. Вони підкреслюють, що ефективність цього впливу залежить не лише від змісту виховання, а й від якості взаємин, емоційного клімату та характеру комунікації в сім'ї.

Сучасні дослідження також враховують вплив кризових умов на функціонування сім'ї як важливого соціально-психологічного інституту. В умовах соціальної нестабільності, економічних труднощів, міграційних процесів і воєнних подій сім'я зазнає значних трансформацій, що позначаються на характері внутрішньосімейних взаємин і психологічному стані її членів. Як зазначає О. Кононко, у таких умовах сім'я може виступати як потужним ресурсом підтримки та стабілізації, так і джерелом додаткового стресу для дитини [39].

З одного боку, згуртована сім'я, що характеризується емоційною підтримкою, довірою та відкритою комунікацією, здатна забезпечити дитині відчуття безпеки, психологічного комфорту та захищеності навіть у складних життєвих обставинах. У таких умовах формуються адаптивні механізми подолання стресу, розвивається емоційна стійкість і здатність до саморегуляції. З іншого боку, у разі загострення конфліктів, емоційної нестабільності або дезорганізації сімейної системи кризові умови можуть посилювати негативні тенденції у взаєминах, що призводить до зростання тривожності, напруженості та психологічного дискомфорту у дитини.

Це підсилює значущість вивчення сімейного середовища як одного з провідних чинників психічного розвитку, особливо в умовах сучасних соціальних викликів. Сім'я в цьому контексті виступає не лише як середовище соціалізації, а як ключовий ресурс або, навпаки, фактор ризику для формування особистості дитини.

Таким чином, різноманіття теоретичних підходів і моделей свідчить про складність і багатовимірність впливу сімейного середовища на особистість дитини. Узагальнення діяльнісно-особистісного, соціально-психологічного, еколого-системного, культурно-історичного та інших підходів дозволяє

розглядати сім'ю як багаторівневу систему взаємодій, у якій поєднуються емоційні, когнітивні та поведінкові чинники розвитку.

Сім'я виступає не лише середовищем первинної соціалізації, а й ключовим фактором формування емоційної сфери, самосвідомості та самооцінки дитини. Саме у процесі взаємодії з батьками дитина формує уявлення про себе, набуває досвіду міжособистісних відносин і засвоює соціальні норми та цінності.

Узагальнення розглянутих теоретичних підходів дозволяє глибше зрозуміти механізми впливу сімейного середовища, зокрема сімейних конфліктів, на психоемоційний розвиток дитини. Це створює ґрунтовну теоретичну основу для подальших емпіричних досліджень, спрямованих на виявлення особливостей формування самооцінки дитини в умовах різних типів сімейних взаємин.

Висновки до першого розділу

У результаті теоретичного аналізу проблеми впливу сімейних конфліктів на самооцінку дитини встановлено, що сім'я виступає провідним соціально-психологічним середовищем розвитку особистості, у межах якого формуються базові психічні процеси, емоційна сфера, самосвідомість і система цінностей дитини. Саме у сім'ї відбувається первинна соціалізація, засвоєння норм і моделей поведінки, а також формування уявлень про себе та інших.

Якість сімейних взаємин, емоційний клімат, стиль виховання та характер комунікації між батьками і дитиною є визначальними чинниками формування її самооцінки. Позитивний емоційний досвід, підтримка та прийняття сприяють розвитку адекватної самооцінки, тоді як конфліктність, емоційна нестабільність і критика можуть призводити до формування негативного образу «Я».

Самооцінка дитини є складним багатокomпонентним утворенням, яке включає когнітивний, емоційно-ціннісний і поведінковий компоненти, виконує регулятивну, мотиваційну та адаптаційну функції і формується у процесі взаємодії з соціальним середовищем, насамперед у сім'ї. Її адекватність визначає рівень активності, впевненості у собі та здатність до самореалізації дитини.

Аналіз сутності сімейних конфліктів показав, що вони є природним елементом функціонування родини, проте їх вплив на дитину має неоднозначний характер. Конструктивні конфлікти можуть сприяти розвитку комунікативних навичок і соціальної компетентності, тоді як деструктивні конфлікти, що супроводжуються агресією, емоційним відчуженням або нестабільністю, негативно впливають на психоемоційний стан дитини, спричиняють тривожність, невпевненість і порушення самооцінки.

Різні види сімейних конфліктів (подружні, батьківсько-дитячі, внутрішньоособистісні) мають специфічний вплив на розвиток дитини. Особливо значущими є подружні конфлікти, які створюють загальний емоційний фон сім'ї, а також батьківсько-дитячі конфлікти, що безпосередньо впливають на формування самосвідомості та самооцінки дитини.

Причини сімейних конфліктів мають комплексний характер і включають як внутрішньосімейні (порушення комунікації, різниця у цінностях, емоційне вигорання), так і зовнішні чинники (соціально-економічні труднощі, кризові ситуації). Їх поєднання посилює конфліктність сімейного середовища та негативно позначається на психічному розвитку дитини.

Отже, сімейні конфлікти виступають важливим чинником, що впливає на психоемоційний розвиток дитини та формування її самооцінки. Їх вплив залежить від характеру перебігу, тривалості, інтенсивності та способів вирішення. Теоретичний аналіз проблеми створює підґрунтя для подальшого емпіричного дослідження особливостей формування самооцінки дитини в умовах різних типів сімейних взаємин.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ КОНФЛІКТІВ У РОДИНІ НА САМООЦІНКУ ДИТИНИ

2.1. Організація та методики дослідження впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини

У сучасних умовах розвитку суспільства проблема психоемоційного благополуччя дитини набуває особливої значущості, що зумовлено зростанням кількості соціальних, економічних і психологічних викликів. Серед них важливе місце посідають трансформації сімейних відносин, підвищення рівня стресогенності життєвого середовища, а також поширення конфліктів у родині. У цьому контексті особливої актуальності набуває дослідження впливу сімейних конфліктів на формування особистості дитини, зокрема її самооцінки.

Сім'я є первинним і найважливішим середовищем соціалізації дитини, у якому закладаються основи її психічного розвитку, формуються емоційна сфера, самосвідомість та уявлення про себе. Саме в процесі взаємодії з батьками дитина отримує перший досвід оцінювання, підтримки або критики, що безпосередньо впливає на становлення її самооцінки. Від характеру цих взаємин залежить рівень впевненості дитини у собі, її здатність до самореалізації та ефективної взаємодії з соціальним оточенням.

Водночас сучасна сім'я дедалі частіше функціонує в умовах підвищеної напруженості, що зумовлено соціально-економічними труднощами, нестабільністю, інформаційним перевантаженням, а також впливом кризових ситуацій, зокрема воєнних подій. Це призводить до зростання кількості сімейних конфліктів, які можуть мати як відкритий, так і прихований характер. У таких умовах дитина часто стає непрямим учасником конфліктної взаємодії, що негативно позначається на її емоційному стані та психологічному розвитку.

Особливої уваги потребує вплив сімейних конфліктів на формування

самооцінки дитини як ключового компонента її особистості. Самооцінка визначає рівень домагань, поведінкові стратегії, характер соціальної взаємодії та емоційне благополуччя. Негативний досвід сімейної взаємодії, що супроводжується конфліктами, критикою або емоційною нестабільністю, може призводити до формування заниженої або неадекватної самооцінки, розвитку тривожності, невпевненості та внутрішніх конфліктів.

Попри значну кількість теоретичних досліджень, проблема впливу сімейних конфліктів на самооцінку дитини потребує подальшого емпіричного вивчення, оскільки саме емпіричні дані дозволяють виявити реальні психологічні закономірності, індивідуальні особливості прояву та ступінь цього впливу. Особливо актуальним є дослідження взаємозв'язку між характером сімейних конфліктів і рівнем самооцінки дитини в сучасних соціальних умовах.

Крім того, актуальність дослідження зумовлена практичною потребою у розробці ефективних психолого-педагогічних рекомендацій щодо профілактики негативних наслідків сімейних конфліктів і підтримки гармонійного розвитку особистості дитини. Результати такого дослідження можуть бути використані у практиці роботи психологів, педагогів, соціальних працівників, а також у сімейному консультуванні.

Отже, актуальність емпіричного дослідження впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини зумовлена зростанням ролі сімейного середовища у формуванні особистості в умовах сучасних соціальних викликів, необхідністю поглиблення наукових уявлень про механізми цього впливу та потребою у практичному вирішенні проблем психоемоційного розвитку дітей.

З метою виявлення впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини було проведено емпіричне дослідження на базі Комунальний заклад дошкільної освіти (ясла-садок) №331 Дніпровської міської ради. Дослідження мало комплексний характер і передбачало залучення як дітей, так і їхніх батьків для отримання більш об'єктивних і валідних результатів.

У дослідженні взяли участь 32 дитини дошкільного віку та 54 батьки.

Така вибірка дозволила здійснити порівняльний аналіз особливостей самооцінки дітей і характеру сімейних взаємин, зокрема рівня конфліктності у родині.

Для діагностики рівня самооцінки дітей було використано методику «Сходинок» (В. Щур) (додаток А), яка дозволяє визначити особливості самосприйняття дитини, її уявлення про власне місце серед інших та рівень самоприйняття [14]. Методика є адаптованою до вікових особливостей дошкільників, що забезпечує її ефективність у роботі з дітьми даної вікової категорії. Методика спрямована на виявлення уявлень дитини про себе, а також на визначення того, як, на її думку, її оцінюють інші люди .

Дослідження проводиться індивідуально у формі бесіди з використанням зображення сходинок, що символізують різні рівні оцінювання. Дитині пропонується визначити своє місце серед інших дітей, розміщуючи себе на певній сходинці залежно від власних уявлень про свої якості. Також дитина визначає, на яку сходинку, на її думку, її поставили б батьки чи інші значущі дорослі .

Методика дозволяє виявити рівень самооцінки (завищену, адекватну або занижену), а також особливості самосприйняття та емоційного ставлення до себе. Аналіз результатів ґрунтується на тому, яку сходинку обирає дитина, як вона аргументує свій вибір та як співвідносить власну оцінку з оцінками значущих дорослих .

Таким чином, методика «Сходинок» є надійним і валідним засобом дослідження самооцінки дітей дошкільного віку, що дозволяє отримати як кількісні, так і якісні дані для подальшого аналізу.

З метою вивчення особливостей сімейних конфліктів та характеру взаємодії між батьками було застосовано тест-опитувальник «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Л. Гозман) (додаток Б). Дана методика дозволяє визначити рівень конфліктності у сім'ї, особливості поведінки подружжя у конфліктних ситуаціях, а також типи реагування, що безпосередньо впливають на психологічний клімат родини [49].

Метою методики є виявлення рівня конфліктності у подружніх взаєминах, а також особливостей поведінки партнерів у типових конфліктних ситуаціях. Опитувальник дозволяє оцінити характер реагування кожного з подружжя, їхню схильність до конструктивної або деструктивної взаємодії, що є важливим для аналізу психологічного клімату сім'ї.

Методика містить 32 ситуації, які відображають типові конфліктні моменти подружнього життя (питання фінансів, виховання дітей, розподілу обов'язків, емоційної підтримки, особистого простору тощо). Кожен із подружжя проходить тест індивідуально, оцінюючи свою поведінку за п'ятибальною шкалою від -2 до +2, де відображається ступінь згоди або незгоди з партнером, а також активна чи пасивна позиція у конфлікті.

Обробка результатів здійснюється шляхом підрахунку загальної суми балів, яка відображає рівень конфліктності у подружній парі. Залежно від отриманого результату визначаються такі рівні:

- низький рівень конфліктності – свідчить про гармонійні взаємини та здатність до конструктивного вирішення суперечностей;
- середній рівень – вказує на періодичні конфлікти та потребу у вдосконаленні комунікативних навичок;
- високий рівень – характеризує значну напруженість у взаєминах і наявність деструктивних форм взаємодії.

Застосування даної методики дозволяє отримати кількісні показники рівня конфліктності у сім'ї, а також здійснити якісний аналіз поведінкових стратегій подружжя у конфліктних ситуаціях. Це, у свою чергу, дає можливість встановити взаємозв'язок між характером сімейних взаємин і рівнем самооцінки дитини.

Застосування комплексу зазначених методик дало можливість дослідити взаємозв'язок між рівнем конфліктності у сім'ї та особливостями формування самооцінки дітей дошкільного віку, що забезпечує наукову обґрунтованість отриманих результатів.

2.2. Аналіз результатів дослідження впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини

На основі використання методики «Сходишки» (В. Щур) було проведено дослідження рівня самооцінки дітей дошкільного віку. У ході аналізу отриманих даних було виявлено такі результати:

- завищений рівень самооцінки продемонстрували 40,0% дітей. Ці діти обирали найвищі сходишки, аргументуючи свій вибір тим, що вони «найкращі», «все роблять правильно», «їх всі люблять». При цьому спостерігалася недостатня критичність до власних дій і вчинків. Часто такі діти також вважали, що батьки оцінюють їх так само високо, що свідчить про певну ідеалізацію власного образу «Я»;

- адекватний рівень самооцінки виявлено у 33,0% дітей. Діти цієї групи обирали середні сходишки, обґрунтовуючи свій вибір як позитивними, так і негативними якостями («я інколи слухняний», «іноді помиляюсь»). Вони здатні до реалістичного самосприйняття, усвідомлюють власні сильні та слабкі сторони. Важливо, що оцінка себе та передбачувана оцінка з боку дорослих у більшості випадків співпадала або була близькою;

- занижений рівень самооцінки зафіксовано у 27,0% дітей. Такі діти обирали нижні сходишки, часто пояснюючи це тим, що «вони погані», «їх сварять», «вони нічого не вміють». Відзначалася невпевненість у собі, підвищена тривожність, залежність від думки дорослих. Водночас ці діти вважали, що дорослі оцінюють їх ще нижче, ніж вони самі себе, що може свідчити про емоційний дискомфорт і потребу в підтримці (рис. 2.1).

Отримані результати свідчать про те, що значна частина дітей (40,0%) має завищену самооцінку, що є типовим для дошкільного віку, оскільки у цей період ще не сформована достатня рефлексія та критичність мислення. Водночас третина дітей (33,0%) демонструє адекватний рівень самооцінки, що можна розглядати як позитивний показник розвитку особистості.

Особливу увагу слід звернути на дітей із заниженою самооцінкою

(27,0%), оскільки саме ця категорія потребує психологічної підтримки, створення ситуацій успіху та позитивного підкріплення з боку дорослих.

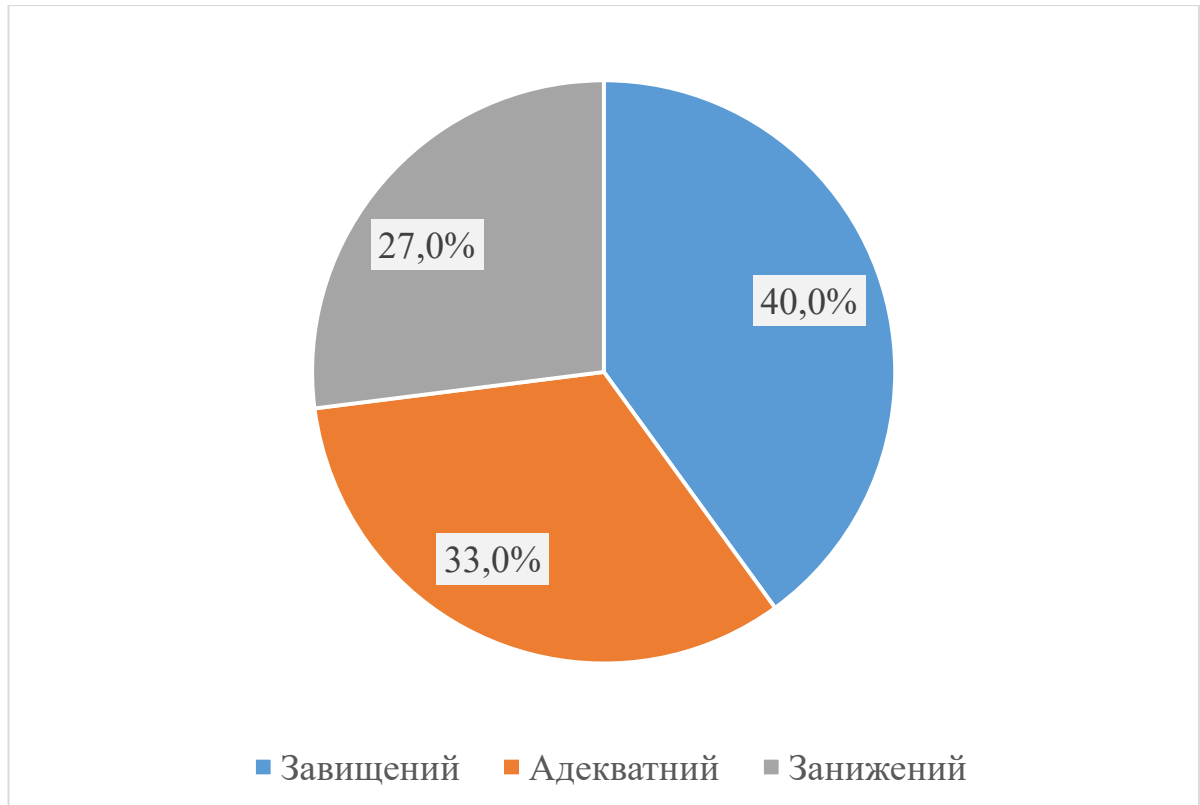


Рис. 2.1 Рівні самооцінки дітей дошкільного віку за методикою «Сходишки» (В. Щур)

На основі використання тесту-опитувальника «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Л. Гозман) було проведено дослідження особливостей сімейних конфліктів та стилів взаємодії між батьками.

У ході обробки та аналізу отриманих даних було визначено такі рівні конфліктності у сім'ях:

– високий рівень конфліктності – 30,0% опитуваних. У цих сім'ях спостерігається виражена напруженість у взаєминах, часті конфлікти та переважання деструктивних форм взаємодії. Подружжя демонструє такі особливості: схильність до взаємних звинувачень, емоційна нестабільність під час конфлікту, труднощі у досягненні компромісу, домінування агресивних або захисних реакцій. Часто один із партнерів займає домінуючу позицію, тоді як інший – пасивну або унікальну. Це призводить до накопичення образ і

погіршення психологічного клімату в сім'ї. В таких родинах конфлікти нерідко залишаються невирішеними, що може негативно впливати на емоційний стан дитини;

– середній рівень конфліктності – 43,0% респондентів. Ця група є найбільш чисельною. Для неї характерні: періодичні конфлікти, які виникають у типових побутових ситуаціях; поєднання як конструктивних, так і деструктивних стратегій взаємодії; часткова здатність до компромісу. Подружжя інколи використовує ефективні способи вирішення суперечностей (обговорення, пояснення позиції), однак у складних ситуаціях може вдаватися до емоційних реакцій або уникання. Загалом психологічний клімат у таких сім'ях є відносно стабільним, але потребує розвитку комунікативних навичок і підвищення рівня взаєморозуміння;

– низький рівень конфліктності – 27,0% опитаних. У цих сім'ях зафіксовано гармонійні взаємини та переважання конструктивних форм взаємодії. Основні характеристики: здатність до відкритого діалогу, взаємна підтримка та повага, ефективне вирішення конфліктів через компроміс, емоційна стабільність у взаєминах. Подружжя демонструє високий рівень узгодженості позицій, вміння слухати один одного та враховувати інтереси партнера. Конфлікти, якщо й виникають, мають ситуативний характер і швидко вирішуються без значного емоційного напруження.

Отримані результати свідчать про те, що найбільша частка сімей (43,0%) характеризується середнім рівнем конфліктності, що є типовим для сучасних сімейних взаємин. Водночас значна кількість сімей (30,0%) має високий рівень конфліктності, що може негативно впливати на психологічний розвиток дитини, зокрема на формування її самооцінки та емоційної стабільності. Наявність 27,0% сімей із низьким рівнем конфліктності вказує на позитивний потенціал гармонійних сімейних взаємин, які створюють сприятливі умови для розвитку дитини (рис. 2.2).

Таким чином, результати дослідження підтверджують важливість характеру подружньої взаємодії як чинника формування психологічного

клімату сім'ї та розвитку особистості дитини.

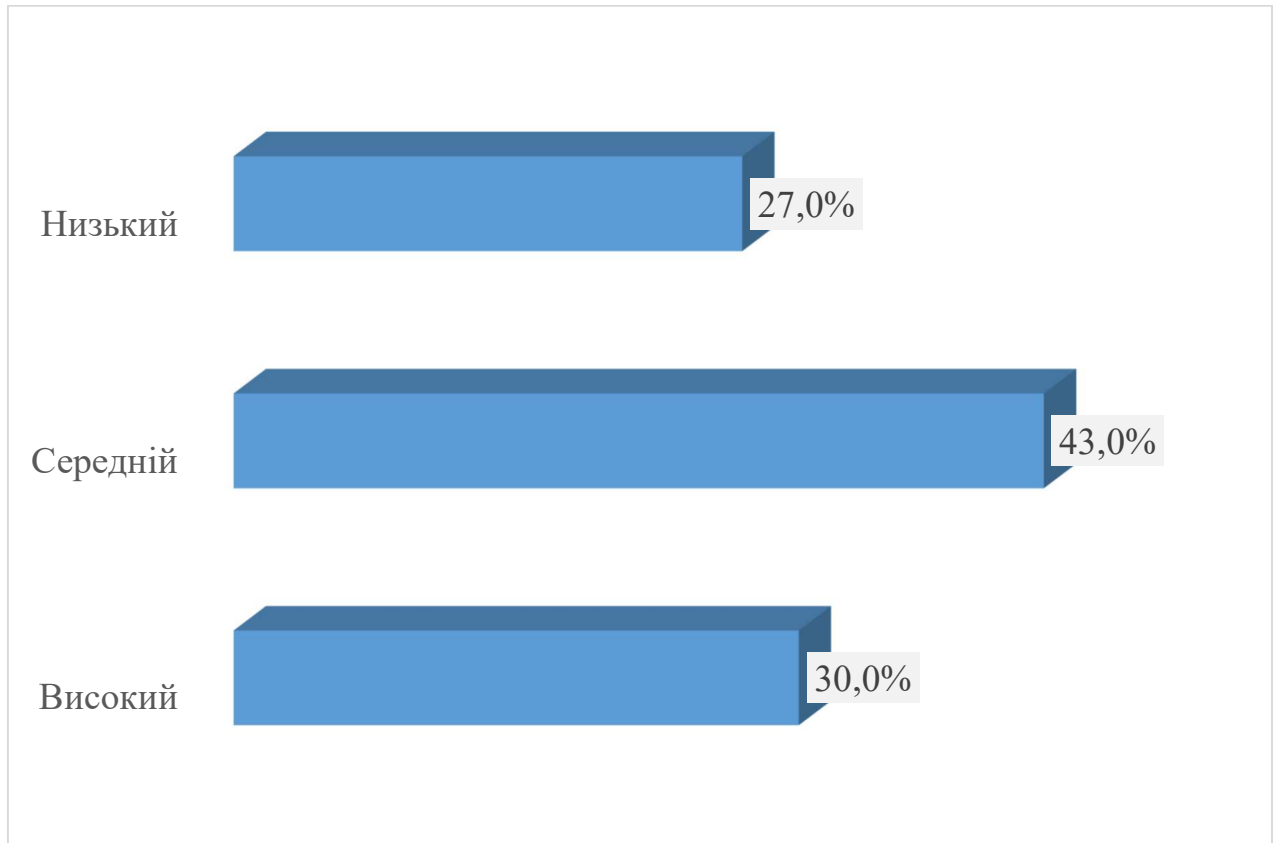


Рис. 2.2. Рівні конфліктності у подружніх взаєминах за методикою Л. Гозмана

2.3. Порівняльний аналіз результатів дослідження впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини та їх статистична обробка

З метою встановлення взаємозв'язку між рівнем самооцінки дітей дошкільного віку та характером взаємодії подружжя у конфліктних ситуаціях було здійснено порівняльний аналіз результатів, отриманих за методиками «Сходінки» (В. Щур) та тестом-опитувальником Л. Гозмана.

Для виявлення закономірностей було зіставлено рівні самооцінки дітей із рівнями конфліктності в сім'ї у відсотковому співвідношенні (таблиця 2.1).

Аналіз результатів свідчить про наявність чітких тенденцій у взаємозв'язку між досліджуваними показниками.

Зокрема, серед дітей із завищеною самооцінкою спостерігається

рівномірний розподіл між низьким та середнім рівнями конфліктності (по 41,7%), тоді як високий рівень конфліктності представлений значно менше (16,6%). Це може свідчити про те, що навіть у відносно сприятливих сімейних умовах у дошкільному віці зберігається тенденція до дещо ідеалізованого самосприйняття.

Таблиця 2.1

Порівняння рівня самооцінки дітей та рівня конфліктності в сім'ї (у %)

Рівень самооцінки \ Рівень конфліктності	Низький (%)	Середній (%)	Високий (%)
Завищена	41,7%	41,7%	16,6%
Адекватна	30%	60%	10%
Занижена	0%	25%	75%

У групі дітей з адекватною самооцінкою переважає середній рівень конфліктності (60%). Низький рівень конфліктності становить 30%, тоді як високий – лише 10%. Це вказує на те, що адекватна самооцінка формується в умовах відносно стабільного, хоча й не повністю безконфліктного сімейного середовища, де дитина має можливість спостерігати різні способи взаємодії та поступово формувати реалістичне уявлення про себе.

Найбільш показовими є результати щодо дітей із заниженою самооцінкою. У цій групі переважає високий рівень конфліктності (75%), тоді як середній становить 25%, а низький рівень взагалі не зафіксований (0%). Це свідчить про суттєвий негативний вплив напружених і деструктивних сімейних взаємин на формування самосприйняття дитини, що проявляється у невпевненості, зниженні самооцінки та емоційному дискомфорті.

Отже, отримані результати дозволяють стверджувати, що зі зростанням рівня конфліктності у сім'ї спостерігається тенденція до зниження рівня самооцінки дитини.

З метою кількісного підтвердження виявленого взаємозв'язку було використано коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона (r).

Для проведення розрахунків показники було переведено у числові значення відповідно до їх рівнів. У результаті обчислення встановлено, що:

$$r = -0,62$$

Отримане значення коефіцієнта Пірсона свідчить про наявність помірного негативного кореляційного зв'язку між рівнем конфліктності в сім'ї та рівнем самооцінки дитини. Це означає, що:

- зі зростанням конфліктності у подружніх взаєминах спостерігається зниження самооцінки дітей;
- сприятливий психологічний клімат у сім'ї є важливим чинником формування позитивного самосприйняття;
- деструктивні форми взаємодії між батьками негативно впливають на емоційний стан і самооцінку дитини.

Отриманий результат підтверджує статистично значущу залежність між досліджуваними показниками та узгоджується з теоретичними положеннями щодо ролі сімейного середовища у розвитку особистості дитини.

Проведений порівняльний аналіз та статистична обробка результатів дозволили встановити наявність взаємозв'язку між рівнем конфліктності у сім'ї та особливостями самооцінки дітей дошкільного віку.

Зокрема, високий рівень конфліктності пов'язаний із формуванням заниженої самооцінки, тоді як низький і середній рівні конфліктності сприяють розвитку більш позитивного та адекватного самосприйняття.

Таким чином, результати дослідження підтверджують важливість гармонійних подружніх взаємин як ключового чинника психологічного благополуччя та особистісного розвитку дитини.

Висновки до другого розділу

Проведене емпіричне дослідження, спрямоване на вивчення впливу сімейних конфліктів на самооцінку дітей дошкільного віку, дозволило сформулювати низку узагальнених висновків.

По-перше, встановлено, що самооцінка дітей дошкільного віку характеризується різномірністю та варіативністю проявів. Поряд із адекватним самосприйняттям значна частина дітей демонструє або завищену, або занижену самооцінку, що зумовлено віковими особливостями розвитку, а також впливом найближчого соціального оточення, передусім сім'ї.

По-друге, дослідження показало, що сучасні сім'ї функціонують в умовах різного рівня конфліктності, причому переважають родини із середнім рівнем конфліктної взаємодії. Водночас значна частина сімей характеризується високим рівнем конфліктності, що проявляється у напруженості взаємин, наявності деструктивних форм спілкування та труднощах у досягненні взаєморозуміння між партнерами.

По-третє, результати порівняльного аналізу засвідчили наявність чіткої залежності між рівнем конфліктності в сім'ї та особливостями самооцінки дитини. Встановлено, що в умовах високої конфліктності у родині переважає занижена самооцінка дітей, що супроводжується невпевненістю, тривожністю та негативним самосприйняттям. Натомість у сім'ях із низьким рівнем конфліктності частіше формується адекватна або навіть дещо завищена самооцінка, що пов'язано з позитивним емоційним кліматом і підтримкою з боку батьків.

По-четверте, статистична обробка результатів із використанням коефіцієнта кореляції Пірсона підтвердила наявність помірного негативного зв'язку між досліджуваними показниками. Це означає, що зі зростанням рівня конфліктності у подружніх взаєминах спостерігається тенденція до зниження самооцінки дітей. Отриманий результат є статистично значущим і узгоджується з теоретичними положеннями психології розвитку щодо визначальної ролі сімейного середовища у формуванні особистості дитини.

По-п'яте, доведено, що характер взаємодії між батьками виступає важливим чинником психоемоційного благополуччя дитини. Конструктивні моделі поведінки, засновані на взаємоповазі, підтримці та здатності до діалогу, сприяють формуванню позитивного самосприйняття дитини. Натомість деструктивні форми взаємодії (конфлікти, критика, ігнорування) негативно

впливають на розвиток особистості, зокрема на рівень її самооцінки.

Отже, результати дослідження підтверджують висунуту гіпотезу про наявність взаємозв'язку між рівнем сімейної конфліктності та самооцінкою дітей дошкільного віку. Вони підкреслюють необхідність психологічної роботи з батьками, спрямованої на формування конструктивних стратегій взаємодії, покращення психологічного клімату в родині та створення сприятливих умов для гармонійного розвитку дитини.

Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості їх використання у діяльності практичних психологів, педагогів та соціальних працівників з метою профілактики негативного впливу сімейних конфліктів та підтримки позитивного розвитку самооцінки дітей.

РОЗДІЛ 3

ОПТИМІЗАЦІЯ САМООЦІНКИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ СІМЕЙНОЇ КОНФЛІКТНОСТІ

3.1. Теоретичне обґрунтування програми формування адекватної самооцінки дітей в умовах сімейних конфліктів

У сучасній психологічній науці проблема формування самооцінки дитини розглядається як одна з ключових у контексті розвитку особистості. Самооцінка виступає базовим компонентом самосвідомості, що визначає ставлення дитини до себе, рівень її впевненості, характер поведінки, взаємодію з іншими та здатність до подолання труднощів. Особливої актуальності ця проблема набуває в умовах сімейної конфліктності, яка може суттєво деформувати процес становлення адекватного самосприйняття.

Сім'я є первинним соціальним середовищем розвитку дитини, у якому закладаються основи її емоційної стабільності, самоповаги та уявлень про власну значущість. У процесі взаємодії з батьками дитина отримує перший досвід оцінювання, підтримки, прийняття або критики. Саме ці взаємини визначають характер формування самооцінки: у сприятливих умовах вона стає адекватною, тоді як у ситуаціях постійної напруженості, конфліктів або емоційної нестабільності – може набувати заниженого або викривленого характеру [15].

Сімейні конфлікти, особливо ті, що мають систематичний і деструктивний характер, створюють несприятливий психологічний клімат, у якому дитина відчуває емоційну небезпеку, невпевненість та тривогу. У таких умовах вона часто стає непрямим учасником конфліктної взаємодії, що впливає на її емоційний стан та формування уявлень про себе. Дитина може інтеріоризувати негативні оцінки, відчувати провину за конфлікти дорослих або втрачати відчуття стабільності та підтримки. Це, у свою чергу, призводить

до формування заниженої самооцінки, невпевненості у власних силах та підвищеної тривожності.

Водночас навіть у конфліктних сім'ях можливе формування адекватної самооцінки за умов наявності підтримуючих факторів, таких як емоційна доступність батьків, конструктивні способи вирішення суперечностей, позитивне підкріплення та прийняття дитини. Це підкреслює важливість не лише зниження рівня конфліктності, але й формування у батьків навичок ефективної взаємодії [36].

Теоретичне обґрунтування програми формування адекватної самооцінки дітей ґрунтується на положеннях гуманістичної психології, згідно з якою розвиток особистості можливий за умов прийняття, підтримки та безумовної позитивної уваги до дитини. Важливими є також ідеї діяльнісного підходу, що підкреслюють роль активної взаємодії дитини з оточенням у процесі формування її самосвідомості. Крім того, враховуються положення соціально-психологічного підходу, відповідно до яких самооцінка формується у процесі соціальної взаємодії та залежить від оцінок значущих інших.

У межах даного дослідження формування адекватної самооцінки розглядається як цілеспрямований психолого-педагогічний процес, що передбачає створення умов для позитивного самосприйняття дитини, розвитку її впевненості, самоповаги та здатності до реалістичної оцінки власних можливостей.

Розробка формувальної програми передбачає врахування вікових особливостей дітей дошкільного віку. У цей період самооцінка ще не є стійкою, має ситуативний характер і значною мірою залежить від зовнішніх оцінок. Діти потребують підтримки, схвалення та позитивного емоційного контакту з дорослими. Тому ефективними засобами формування самооцінки є ігрова діяльність, арт-терапевтичні методи, казкотерапія, вправи на розвиток емоційної сфери та комунікативних навичок.

Програма формування адекватної самооцінки дітей в умовах сімейних конфліктів має комплексний характер і включає два основні напрями впливу: роботу з дітьми та роботу з батьками. Робота з дітьми спрямована на розвиток

позитивного самосприйняття, формування впевненості у собі, зниження тривожності та розвиток емоційної стійкості. Робота з батьками передбачає підвищення їхньої психологічної компетентності, формування навичок конструктивної взаємодії, зниження рівня конфліктності та усвідомлення впливу їхніх взаємин на розвиток дитини.

Основними принципами реалізації програми є:

- принцип гуманізації (визнання цінності кожної дитини та її унікальності);
- принцип індивідуального підходу (врахування особливостей кожної дитини та сім'ї);
- принцип системності (взаємозв'язок усіх компонентів програми);
- принцип активності (залучення дітей та батьків до активної участі у процесі);
- принцип емоційної підтримки (створення безпечного психологічного середовища).

Серед методів, що використовуються у програмі, доцільно виділити: ігрові вправи, рольові ігри, арт-терапевтичні техніки (малювання, ліплення), казкотерапію, бесіди, тренінгові вправи для батьків, а також психоосвітні консультації.

Таким чином, теоретичне обґрунтування програми формування адекватної самооцінки дітей в умовах сімейних конфліктів базується на сучасних наукових підходах до розвитку особистості, враховує вплив сімейного середовища на психічний розвиток дитини та передбачає комплексний вплив як на дитину, так і на її батьків. Реалізація такої програми створює умови для гармонізації сімейних взаємин та забезпечення позитивного розвитку самооцінки дитини як важливого чинника її психологічного благополуччя.

3.2. Розробка та зміст програми психолого-педагогічного впливу

На основі результатів констатувального етапу дослідження, які

засвідчили наявність взаємозв'язку між рівнем сімейної конфліктності та особливостями самооцінки дітей дошкільного віку, було розроблено програму психолого-педагогічного впливу, спрямовану на формування адекватної самооцінки дітей в умовах сімейних конфліктів.

Запропонована програма отримала назву «Я – цінний», що відображає її основну ідею – формування у дитини позитивного, цілісного та прийняттого образу себе незалежно від зовнішніх обставин, зокрема особливостей сімейної взаємодії.

Розробка програми ґрунтується на уявленні про те, що самооцінка дитини формується у процесі взаємодії з найближчим соціальним оточенням, передусім із батьками. У ситуації підвищеної конфліктності в родині дитина часто переживає емоційний дискомфорт, невпевненість, внутрішню напруженість, що негативно позначається на її самосприйнятті. Тому ефективний психолого-педагогічний вплив має бути спрямований не лише на дитину, але й на сімейне середовище в цілому.

Метою програми є формування адекватної самооцінки дітей дошкільного віку шляхом розвитку позитивного образу «Я», підвищення емоційної стійкості та оптимізації взаємин у сім'ї. Досягнення цієї мети передбачає реалізацію комплексу взаємопов'язаних завдань, що охоплюють як розвиток особистісних якостей дитини, так і підвищення психологічної компетентності батьків.

Програма має комплексний характер і передбачає поетапну реалізацію. На першому, діагностичному етапі, здійснюється уточнення індивідуальних особливостей дітей, рівня їхньої самооцінки та характеру сімейних взаємин. Цей етап є важливим для визначення напрямів подальшої роботи та індивідуалізації впливу.

Основним є формувальний етап, який включає два взаємодоповнюючі напрями: роботу з дітьми та роботу з батьками. Такий підхід зумовлений необхідністю одночасного впливу на внутрішній світ дитини та зовнішні умови її розвитку.

Робота з дітьми організовується з урахуванням вікових особливостей дошкільного віку, для якого провідною є ігрова діяльність. Саме тому основними методами виступають ігрові вправи, елементи арт-терапії, казкотерапії, рольові ігри та вправи на розвиток емоційної сфери. Заняття проводяться у невеликих групах, що сприяє створенню безпечної атмосфери, формуванню довіри та активному залученню кожної дитини до процесу.

Зміст роботи з дітьми побудований за тематичними напрямками, що поступово розкривають різні аспекти самосприйняття. На початковому етапі увага приділяється розвитку емоційної сфери дитини, усвідомленню та розпізнаванню власних почуттів. Це дозволяє знизити рівень внутрішньої напруженості та створити основу для подальшої роботи.

Наступним важливим напрямом є формування позитивного образу «Я». У процесі виконання спеціально підібраних вправ діти вчаться усвідомлювати свої сильні сторони, досягнення, індивідуальні особливості. Значна увага приділяється розвитку самоприйняття та позитивного ставлення до себе.

Особливе місце у програмі займає розвиток впевненості у власних можливостях. Через ігрові ситуації, моделювання успішної поведінки та підкріплення позитивного досвіду діти отримують можливість пережити ситуацію успіху, що є важливим чинником формування адекватної самооцінки.

Окремий блок роботи спрямований на розвиток комунікативних навичок і вміння взаємодіяти з іншими. Це дозволяє дитині відчувати свою значущість у групі, навчитися конструктивній взаємодії та отримувати позитивний соціальний досвід.

Завершальним напрямом роботи з дітьми є формування позитивного ставлення до сім'ї. Через малювання, обговорення та казкотерапевтичні вправи діти осмислюють власний сімейний досвід, що сприяє зниженню емоційного напруження та формуванню більш гармонійного сприйняття сімейних взаємин.

Важливою складовою програми є робота з батьками, оскільки саме вони є ключовими агентами впливу на формування самооцінки дитини. Робота з

дорослими має просвітницький і тренінговий характер та спрямована на підвищення рівня їхньої психологічної культури.

У процесі роботи з батьками розглядаються питання впливу сімейних конфліктів на психічний розвиток дитини, особливості формування самооцінки, значення емоційної підтримки та прийняття. Батьки ознайомлюються з ефективними способами комунікації, навчаються конструктивному вирішенню конфліктів, розвитку емпатії та навичок активного слухання.

Особлива увага приділяється усвідомленню батьками власної ролі у формуванні самосприйняття дитини. У ході тренінгових занять вони отримують можливість проаналізувати власні поведінкові стратегії, визначити типові помилки у взаємодії та сформулювати більш ефективні моделі спілкування.

Заключний, контрольний етап програми передбачає повторну діагностику рівня самооцінки дітей та рівня конфліктності у сім'ї з метою оцінки ефективності проведеної роботи. Аналіз отриманих результатів дозволяє визначити динаміку змін та зробити висновки щодо результативності програми.

Таким чином, розроблена програма «Я – цінний» має комплексний, системний характер і поєднує роботу з дітьми та їхніми батьками. Її зміст спрямований на формування адекватної самооцінки дитини через розвиток позитивного самосприйняття, емоційної стабільності та гармонізацію сімейних взаємин. Реалізація програми створює умови для зниження негативного впливу сімейних конфліктів і забезпечує сприятливий психологічний розвиток дитини.

Нижче представлено структуру розробленої програми психолого-педагогічного впливу «Я – цінний», спрямованої на формування адекватної самооцінки дітей дошкільного віку в умовах сімейної конфліктності. У таблиці 3.1 відображено тематику занять, їх мету та змістове наповнення, що включає комплекс ігрових, арт-терапевтичних і розвивальних вправ, адаптованих до вікових особливостей дітей.

Запропонована структура програми побудована за принципом

поступового ускладнення змісту: від встановлення емоційного контакту та розвитку емоційної обізнаності до формування позитивного образу «Я», розвитку впевненості у власних можливостях, комунікативних навичок та закріплення позитивного самосприйняття. Така логіка забезпечує цілісність і послідовність формувального впливу.

Кожне заняття має чітко визначену мету та включає різноманітні вправи, спрямовані на активізацію пізнавальної, емоційної та поведінкової сфер дитини. Використання інтерактивних методів роботи сприяє підвищенню зацікавленості дітей, створенню безпечної атмосфери та ефективному засвоєнню позитивного досвіду самосприйняття і взаємодії з іншими.

Таблиця 3.1

Структура програми «Я – цінний» з формування адекватної самооцінки дітей дошкільного віку [12; 16; 22; 28; 34; 41; 55; 57; 62]

№ заняття	Тема заняття	Мета заняття	Основний зміст
1	Знайомство. Я і група	Створення безпечної атмосфери, встановлення довіри	«Моє ім'я» «Передай посмішку» «Коло знайомств» «Мій настрій» «Долоньки дружби» «Чарівний клубочок» «Знайди пару» «Я сьогодні такий...» «Веселе привітання» Рухлива гра «Разом веселіше»
2	Мої почуття	Розвиток емоційної обізнаності	«Назви емоцію» «Покажи емоцію» «Кольоровий настрій» «Мімічна гра» «Впізнай емоцію» «Що я відчуваю» «Емоційні картки» «Малюнок настрою» «Як змінюється настрій»
3	Я – особливий	Формування позитивного образу «Я»	«Чарівне дзеркало» «Мій портрет» «Назви свої якості» «Комплімент собі» «Чим я відрізняюсь»

			«Сонечко якостей» «Я у майбутньому» «Скарб мого Я»
4	Мої сильні сторони	Усвідомлення власних можливостей	«Що я вмю» «Мої досягнення» «Скарбничка успіху» «Мої таланти» «Похвали себе» «Маленькі перемоги» «Я навчився» «Карта успіху» «Хто я сьогодні» гра «Я молодець»
5	Я можу	Розвиток впевненості	«Я зможу» «Сходинки успіху» «Складно – але можливо» «Допоможи герою» «Подолай перешкоду» «Я впораюсь» «Рольова гра» «Спробуй ще раз» «Підтримай друга»
6	Я серед інших	Розвиток комунікації	«Компліменти» «Добре слово» «Разом краще» «Дружнє коло» «Послухай мене» «Знайди друга» «Допоможи іншому» «Ми команда» «Обмін усмішками» «Спільний малюнок»
7	Я і моя сім'я	Формування позитивного ставлення до сім'ї	«Моя родина» «Хто мене любить» «Що я люблю вдома» «Сімейне дерево» «Добрі слова для рідних» «Казка про сім'ю» «Мій дім» «Сімейні традиції» «Лист батькам»
8	Я хороший	Формування самоприйняття	«Я люблю себе» «Що в мені гарного» «Я цінний» «Добрі слова про себе» «Моє серце» «Я заслуговую» «Я особливий» «Що мене радує» «Мій настрій»
9	Я впевнений	Розвиток впевненості та стійкості	«Я сміливий» «Я сильний»

			«Я справлюсь» «Моя сила» «Ситуації успіху» «Підтримай себе» «Впевнена поза» «Я герой» «Подолай страх»
10	Підсумкове заняття	Узагальнення результатів	«Я змінився» «Що я навчився» «Мій успіх» «Я тепер...» «Малюнок себе» «Дерево досягнень» «Що мені сподобалось» «Подяка групі» «Лист собі»

Заняття 1. «Знайомство. Я і група»

Вправа «Моє ім'я»

Мета: сприяти самопрезентації дитини, формувати позитивне ставлення до себе.

Хід проведення: діти разом із психологом сідають у коло, що створює атмосферу рівності та відкритості. Психолог пояснює, що кожна людина має своє ім'я і є особливою. Спочатку він демонструє приклад, називаючи своє ім'я та додаючи позитивну характеристику. Далі кожна дитина по черзі називає своє ім'я та намагається додати до нього позитивну рису (наприклад: «Я – Максим, я веселий»). Якщо дитині складно відповісти, психолог допомагає навідними запитаннями або пропонує варіанти. Після відповіді кожної дитини важливо підтримати її словами схвалення, посмішкою або оплесками, що сприяє формуванню впевненості та відчуття прийняття в групі.

Вправа «Передай посмішку»

Мета: створення позитивного емоційного настрою, встановлення контакту.

Хід проведення: діти стають у коло. Психолог пояснює, що посмішка допомагає передати гарний настрій іншій людині. Він демонструє, як потрібно передавати посмішку: дивиться в очі сусідові та посміхається. Далі одна дитина передає посмішку наступній, і так по колу. Вправа виконується 2–3

рази. Психолог заохочує дітей бути уважними один до одного, підтримує тих, хто соромиться. Після завершення вправи коротко обговорюється, як змінився настрій, що діти відчували.

Вправа «Коло знайомств»

Мета: формування довіри та відкритості у групі.

Хід проведення: діти сидять у колі. Психолог пропонує кожному коротко розповісти про себе: що він любить, у що любить гратися, що приносить йому радість. Якщо дитина не знає, що сказати, психолог допомагає запитаннями («Яка твоя улюблена іграшка?», «Що ти любиш робити вдома?»). Після кожного висловлювання психолог підкреслює унікальність відповіді та підтримує дитину. Це сприяє формуванню довірливої атмосфери та взаємного прийняття.

Вправа «Мій настрій»

Мета: розвиток емоційної усвідомленості.

Хід проведення: психолог пропонує дітям визначити свій настрій за допомогою кольору, картки або міміки. Він може запропонувати приклади (радісний, сумний, спокійний тощо). Діти обирають варіант і пояснюють свій вибір. Якщо дитині важко висловитися, психолог допомагає уточнюючими запитаннями. Після цього підкреслюється, що всі настрої різні і це нормально.

Вправа «Долоньки дружби»

Мета: розвиток почуття приналежності до групи.

Хід проведення: дітям роздаються аркуші паперу, на яких вони обводять свою долоньку. Після цього долоньки вирізаються. Психолог пропонує обмінятися долоньками або створити спільний плакат дружби. У процесі роботи діти можуть підписувати долоньки або прикрашати їх. Психолог підкреслює, що тепер усі учасники є частиною однієї дружньої групи.

Вправа «Чарівний клубочок»

Мета: формування міжособистісних зв'язків.

Хід проведення: психолог бере клубок ниток і пояснює, що це «клубочок дружби». Він називає ім'я дитини, говорить їй щось приємне та передає клубок, залишаючи нитку в руках. Дитина повторює дію. У результаті

утворюється «павутинка дружби». Психолог звертає увагу на те, що всі учасники пов'язані між собою і є важливими один для одного.

Заняття 2. «Мої почуття»

Вправа «Назви емоцію»

Мета: ознайомлення дітей з основними емоціями.

Хід проведення: психолог демонструє дітям картки із зображенням різних емоцій (радість, сум, страх, злість), звертаючи увагу на міміку персонажів. Діти називають емоції, після чого психолог пропонує обговорити, у яких ситуаціях люди можуть так почуватися. Діти наводять приклади зі свого досвіду. Психолог узагальнює відповіді та підкреслює, що всі емоції є природними і важливими.

Вправа «Покажи емоцію»

Мета: розвиток емоційної виразності.

Хід проведення: психолог називає емоцію, а дитина має показати її за допомогою міміки, жестів або пози. Інші діти відгадують, яку емоцію було зображено. Після цього психолог обговорює з дітьми, за якими ознаками вони визначили емоцію (вираз обличчя, рухи).

Вправа «Кольоровий настрій»

Мета: формування асоціативного мислення щодо емоцій.

Хід проведення: дітям пропонується обрати колір, який відповідає їхньому настрою. Після вибору кожна дитина пояснює, чому вона обрала саме цей колір. Психолог допомагає дітям встановити зв'язок між емоціями та кольорами.

Вправа «Малюнок настрою»

Мета: розвиток емоційного самовираження.

Хід проведення: дітям роздаються матеріали для малювання. Психолог пропонує зобразити свій настрій за допомогою кольорів, ліній або образів. Після завершення кожна дитина презентує свій малюнок та розповідає про нього. Психолог підтримує кожну відповідь та підкреслює унікальність кожного емоційного стану.

Заняття 3. «Я – особливий»

Вправа «Чарівне дзеркало»

Мета: формування позитивного ставлення до себе.

Хід проведення: психолог пропонує дітям уявити, що перед ними знаходиться чарівне дзеркало, яке відображає лише хороші якості людини. Для кращого занурення можна використати справжнє дзеркальце або його імітацію. Кожна дитина по черзі «дивиться» у дзеркало і називає свої позитивні риси. Якщо дитині важко, психолог допомагає навідними запитаннями або підказками. Інші діти можуть доповнювати відповіді. Після висловлювання кожної дитини психолог підкріплює її слова позитивною оцінкою, що сприяє формуванню впевненості.

Вправа «Мій портрет»

Мета: усвідомлення себе як особистості.

Хід проведення: дітям роздаються аркуші паперу та олівці. Психолог пропонує намалювати себе так, як вони себе бачать. Під час виконання вправи психолог може ставити уточнюючі запитання («Який у тебе настрій?», «Що ти любиш?»). Після завершення кожна дитина презентує свій малюнок, розповідаючи про себе. Психолог підтримує відповіді та підкреслює індивідуальність кожної дитини.

Вправа «Назви свої якості»

Мета: розвиток самопізнання.

Хід проведення: психолог пропонує дітям назвати свої позитивні риси характеру. Якщо дитина вагається, можна запропонувати варіанти або попросити інших дітей допомогти. Важливо, щоб кожна дитина почула про себе щось хороше. Психолог узагальнює відповіді та підкреслює, що кожна людина має свої сильні сторони.

Вправа «Комплімент собі»

Мета: розвиток самоповаги.

Хід проведення: психолог пояснює дітям, що важливо не лише отримувати компліменти, а й вміти говорити їх собі. Кожна дитина по черзі говорить собі приємні слова. Якщо дитині складно, психолог допомагає

сформулювати відповідь. Після виконання вправи обговорюється, чи легко було говорити про себе добре.

Вправа «Чим я відрізняюсь»

Мета: усвідомлення унікальності.

Хід проведення: психолог пропонує дітям подумати, чим вони відрізняються від інших (інтереси, зовнішність, вміння). Кожна дитина висловлюється. Психолог підкреслює, що відмінності роблять кожного особливим і цінним.

Вправа «Сонечко якостей»

Мета: закріплення позитивного образу «Я».

Хід проведення: на аркуші малюється сонечко, у центрі якого записується ім'я дитини. На «промінчиках» записуються її позитивні якості (за допомогою психолога або групи). Вправа може виконуватись індивідуально або колективно. Після завершення дитина розглядає «сонечко» і озвучує свої якості.

Вправа «Я у майбутньому»

Мета: розвиток позитивного бачення себе.

Хід проведення: психолог пропонує дітям уявити себе в майбутньому (ким вони стануть, що будуть робити). Діти розповідають або малюють свої уявлення. Психолог підтримує фантазії дітей і підкреслює, що вони можуть досягти своїх цілей.

Вправа «Скарб мого Я»

Мета: підвищення самооцінності.

Хід проведення: психолог пропонує дітям уявити, що кожен має свій «скарб» – це його вміння, якості, досягнення. Діти називають свої «скарби» або малюють їх. Після цього відбувається обговорення. Психолог підкреслює, що кожна дитина є цінною.

Заняття 4. «Мої сильні сторони»

Вправа «Що я вмію»

Мета: усвідомлення власних умінь.

Хід проведення: психолог пропонує дітям розповісти, що вони вміють

робити (малювати, співати, бігати тощо). Діти висловлюються по черзі. Психолог заохочує навіть прості відповіді, підкреслюючи значущість кожного вміння.

Вправа «Мої досягнення»

Мета: формування позитивного досвіду успіху.

Хід проведення: діти згадують ситуації, коли їм щось вдалося. Психолог допомагає пригадати навіть невеликі успіхи. Обговорення супроводжується підтримкою та схваленням.

Вправа «Скарбничка успіху»

Мета: закріплення досягнень.

Хід проведення: психолог пропонує дітям «складати» свої успіхи у символічну скарбничку (можна використовувати коробку або малюнок). Кожна дитина називає свій успіх і «кладе» його у скарбничку. Наприкінці підкреслюється, що кожен має багато досягнень.

Вправа «Похвали себе»

Мета: розвиток самоповаги.

Хід проведення: діти по черзі говорять, за що вони можуть себе похвалити. Психолог допомагає сформулювати відповіді та підтримує кожну дитину.

Заняття 5. «Я можу»

Вправа «Я зможу»

Мета: формування віри у себе.

Хід проведення: психолог пропонує дітям повторювати фразу «Я зможу...», доповнюючи її власними прикладами. Діти по черзі висловлюються. Психолог підтримує впевненість дітей.

Вправа «Сходишки успіху»

Мета: розвиток цілепокладання.

Хід проведення: психолог пояснює, що досягнення мети складається з маленьких кроків. Діти разом визначають ці «сходишки» (наприклад, навчитися малювати). Психолог допомагає структурувати відповіді.

Вправа «Складно – але можливо»

Мета: подолання страху труднощів.

Хід проведення: обговорюються ситуації, які здаються складними. Психолог разом із дітьми знаходить способи їх подолання, підкреслюючи, що труднощі можна подолати.

Заняття 6. «Я серед інших»

Вправа «Компліменти»

Мета: розвиток позитивного ставлення до інших.

Хід проведення: діти сідають у коло, що забезпечує рівність та відкритість у спілкуванні. Психолог пояснює значення компліментів як способу прояву уваги, поваги та доброзичливості до іншої людини. Для полегшення виконання завдання він може навести кілька прикладів. Після цього кожна дитина по черзі обирає іншого учасника та звертається до нього з позитивним висловлюванням. Якщо дитина відчуває труднощі, психолог допомагає сформулювати комплімент, ставлячи навідні запитання або пропонуючи варіанти. Важливо, щоб кожна дитина отримала позитивне підкріплення. Наприкінці вправи проводиться коротке обговорення, під час якого діти діляться своїми відчуттями.

Вправа «Добре слово»

Мета: формування доброзичливості.

Хід проведення: психолог пропонує дітям замислитися над тим, які слова можуть підняти настрій іншій людині та зробити їй приємно. Діти по черзі висловлюють добрі слова, звертаючись до інших учасників. Психолог слідкує за тим, щоб висловлювання були щирими та доброзичливими, за необхідності допомагає дітям. Після завершення вправи проводиться рефлексія: діти розповідають, які емоції вони відчували, коли говорили та отримували добрі слова.

Вправа «Разом краще»

Мета: розвиток співпраці.

Хід проведення: дітям пропонується виконати спільне завдання (наприклад, створити малюнок або побудувати конструкцію). Психолог пояснює, що головне – не результат, а вміння працювати разом. У процесі

виконання він спостерігає за взаємодією дітей, допомагає у разі виникнення труднощів або конфліктів, підказує, як домовлятися та розподіляти ролі. Після завершення вправи обговорюється, що допомогло виконати завдання та чому разом працювати легше.

Вправа «Дружнє коло»

Мета: формування почуття єдності.

Хід проведення: діти стають у коло та беруться за руки. Психолог пропонує виконати прості синхронні рухи (підняти руки, зробити крок уперед, повернутися тощо), звертаючи увагу на необхідність діяти разом. Під час виконання вправи створюється відчуття згуртованості. Після завершення психолог підкреслює, що всі діти є частиною однієї групи.

Вправа «Послухай мене»

Мета: розвиток навичок слухання.

Хід проведення: одна дитина отримує можливість коротко розповісти про щось (улюблену гру, подію тощо), а інші уважно слухають, не перебиваючи. Після цього кілька дітей повторюють зміст почутого. Психолог акцентує увагу на важливості уважного слухання та поваги до співрозмовника.

Вправа «Знайди друга»

Мета: розвиток соціальних контактів.

Хід проведення: дітям пропонується знайти серед учасників того, хто має схожі інтереси або вподобання. Після цього вони об'єднуються в пари та коротко спілкуються. Психолог допомагає встановити контакт між дітьми, заохочує до діалогу та підкреслює важливість дружби.

Вправа «Допоможи іншому»

Мета: розвиток емпатії.

Хід проведення: психолог пропонує дітям ситуації, у яких хтось потребує допомоги (наприклад, дитина впала, засмутилася, не може виконати завдання). Діти обговорюють, як можна допомогти, або розігрують ситуації у формі рольової гри. Психолог підкреслює значення підтримки та співпереживання.

Вправа «Ми команда»

Мета: формування командної взаємодії.

Хід проведення: групі пропонується виконати спільне завдання, яке потребує участі всіх дітей. Психолог звертає увагу на те, що успіх можливий лише за умови співпраці. Після виконання обговорюється внесок кожного учасника.

Вправа «Обмін усмішками»

Мета: створення позитивного клімату.

Хід проведення: діти встановлюють зоровий контакт і обмінюються усмішками. Психолог пояснює, що усмішка є простим способом підтримки іншої людини. Вправа виконується кілька разів.

Вправа «Спільний малюнок»

Мета: розвиток співпраці.

Хід проведення: дітям пропонується створити один малюнок разом. Кожен учасник додає свій елемент. Психолог спостерігає за процесом, заохочує взаємодію, допомагає домовлятися. Після завершення діти презентують результат.

Заняття 7. «Я і моя сім'я» (розширено)

Вправа «Моя родина»

Мета: усвідомлення значення сім'ї.

Хід проведення: дітям пропонується намалювати свою родину, використовуючи будь-які кольори та елементи. Психолог під час виконання може ставити уточнюючі запитання («Хто це?», «Що ви разом робите?»). Після завершення кожна дитина презентує свій малюнок, розповідаючи про членів сім'ї. Психолог підтримує позитивні висловлювання та допомагає дитині виразити свої почуття.

Вправа «Казка про сім'ю»

Мета: осмислення сімейних відносин.

Хід проведення: психолог читає дітям казку, у якій описуються сімейні взаємини. Після цього проводиться обговорення: хто сподобався, які стосунки

були у героїв, що було добрим чи неправильним. Діти висловлюють свої думки, а психолог допомагає зробити висновки.

Заняття 8. «Я хороший»

Вправа «Я люблю себе»

Мета: розвиток самоприйняття.

Хід проведення: діти сідають у коло, психолог створює доброзичливу атмосферу та пояснює, що кожна людина має право любити себе. Він наводить приклад («Я люблю себе за те, що я допомагаю іншим»). Далі кожна дитина по черзі говорить, за що вона себе любить. Якщо виникають труднощі, психолог допомагає, ставлячи навідні запитання або підказуючи можливі варіанти. Важливо підтримати кожну відповідь, підкреслюючи її значущість. Після вправи обговорюється, чи було легко говорити про себе добре і чому це важливо.

Вправа «Що в мені гарного»

Мета: усвідомлення позитивних рис.

Хід проведення: психолог пропонує дітям назвати свої хороші якості. Діти по черзі висловлюються, а у разі труднощів інші учасники або психолог можуть допомогти, додаючи позитивні характеристики. Психолог слідкує, щоб кожна дитина почула про себе щось хороше, підкреслює унікальність кожної відповіді та формує атмосферу прийняття.

Вправа «Я цінний»

Мета: формування самоцінності.

Хід проведення: психолог пояснює дітям, що кожна людина є важливою незалежно від її успіхів чи помилок. Далі дітям пропонується відповісти на запитання: «Чому я важливий?» або «Чому мене люблять?». Діти висловлюють свої думки, а психолог узагальнює відповіді та підкреслює значущість кожної особистості.

Вправа «Добрі слова про себе»

Мета: розвиток позитивного самосприйняття.

Хід проведення: психолог пропонує дітям сказати про себе кілька добрих слів. Діти по черзі висловлюються. Якщо дитина соромиться або не

може відповісти, психолог допомагає сформулювати відповідь. Після кожного висловлювання група може підтримати дитину оплесками або схвальними словами.

Вправа «Моє серце»

Мета: розвиток емоційної сфери.

Хід проведення: дітям роздаються аркуші паперу у формі серця або пропонується намалювати його самостійно. Психолог пояснює, що у «серці» живуть почуття. Діти зображають або називають те, що є важливим для них (любов до батьків, радість, дружба). Після цього кожна дитина презентує свою роботу. Психолог підтримує висловлювання та допомагає усвідомити значення почуттів.

Вправа «Я заслуговую»

Мета: формування позитивних установок.

Хід проведення: психолог пропонує дітям завершити фразу «Я заслуговую на...» (любов, повагу, увагу тощо). Діти по черзі висловлюються. У разі труднощів психолог допомагає сформулювати відповідь. Важливо підкреслити, що кожна дитина має право на добре ставлення.

Вправа «Я особливий»

Мета: підкреслення унікальності.

Хід проведення: дітям пропонується подумати, чим вони відрізняються від інших. Діти висловлюються, а психолог підкреслює, що відмінності роблять кожну людину унікальною. За потреби можна доповнити відповіді.

Вправа «Що мене радує»

Мета: розвиток позитивного мислення.

Хід проведення: діти по черзі називають речі або ситуації, які приносять їм радість. Психолог заохочує різноманітність відповідей та підкреслює значення позитивних емоцій.

Вправа «Мій настрій»

Мета: закріплення емоційної усвідомленості.

Хід проведення: наприкінці заняття діти визначають свій настрій

(словесно, за допомогою кольору або міміки) та коротко пояснюють його. Психолог підсумовує заняття.

Заняття 9. «Я впевнений»

Вправа «Я сміливий»

Мета: розвиток впевненості.

Хід проведення: психолог пропонує дітям пригадати ситуації, у яких вони проявили сміливість (наприклад, виступили, подолали страх). Діти по черзі розповідають. Якщо виникають труднощі, психолог допомагає наводити приклади. Після кожного висловлювання підкреслюється значущість навіть невеликих досягнень.

Вправа «Я сильний»

Мета: формування віри у свої сили.

Хід проведення: діти називають свої сильні сторони (фізичні, емоційні, поведінкові). Психолог підтримує відповіді та може доповнювати їх, щоб кожна дитина отримала позитивну характеристику.

Вправа «Я справлюсь»

Мета: формування позитивних установок.

Хід проведення: психолог пропонує дітям повторити фразу «Я справлюсь», супроводжуючи її впевненою позою (пряма спина, піднята голова). Далі обговорюються ситуації, де ця установка може допомогти. Діти можуть розіграти короткі ситуації.

Вправа «Моя сила»

Мета: усвідомлення внутрішніх ресурсів.

Хід проведення: психолог пропонує дітям подумати, що допомагає їм справлятися з труднощами (друзі, батьки, власні вміння). Діти висловлюються, а психолог узагальнює відповіді.

Вправа «Ситуації успіху»

Мета: закріплення позитивного досвіду.

Хід проведення: дітям пропонується змодельовати ситуації, у яких вони досягають успіху. Вони можуть розігрувати їх у парах або групах. Психолог

підкреслює позитивний результат.

Вправа «Підтримай себе»

Мета: розвиток самопідтримки.

Хід проведення: психолог пояснює, що важливо вміти підтримувати себе у складних ситуаціях. Діти по черзі говорять собі підтримуючі слова («У мене вийде», «Я зможу»). Можна використовувати жести підтримки (покласти руку на серце).

Вправа «Впевнена поза»

Мета: розвиток впевненої поведінки.

Хід проведення: психолог демонструє впевнену позу та пояснює її значення. Діти повторюють. Після цього обговорюється, як змінюється самопочуття.

Вправа «Я герой»

Мета: підвищення самооцінки.

Хід проведення: дітям пропонується уявити себе героями та описати свої якості. Можна використати елементи гри. Психолог підтримує фантазії дітей.

Вправа «Подолай страх»

Мета: зниження тривожності.

Хід проведення: психолог пропонує дітям розповісти про свої страхи. Після цього обговорюються способи їх подолання (попросити допомоги, зробити маленький крок, заспокоїтися). Важливо створити безпечну атмосферу.

Заняття 10. «Підсумкове»

Мета заняття: узагальнення результатів програми, закріплення позитивного досвіду, формування цілісного позитивного образу «Я», підвищення рівня впевненості та самоцінності дітей.

Вправа «Я змінився»

Мета: усвідомлення особистісних змін.

Хід проведення: психолог створює атмосферу спокою та довіри, пропонуючи дітям пригадати перше заняття. Для актуалізації спогадів він може поставити допоміжні запитання («Який у вас був настрій тоді?», «Чи

легко було говорити про себе?»). Після цього дітям пропонується порівняти себе «тоді» і «тепер». Кожна дитина по черзі висловлюється. Якщо виникають труднощі, психолог допомагає сформулювати відповіді, акцентуючи увагу на позитивних змінах (зросла впевненість, легше спілкуватися, краще розуміння себе). Після кожного висловлювання психолог дає коротке позитивне підкріплення.

Вправа «Що я навчився»

Мета: підведення підсумків отриманого досвіду.

Хід проведення: психолог пропонує дітям подумати, чого вони навчилися під час занять (говорити про себе, дружити, розуміти емоції тощо). Для полегшення виконання завдання він може навести приклади. Діти по черзі висловлюються. Психолог записує або узагальнює відповіді, підкреслюючи значущість кожного нового вміння. Особлива увага приділяється навіть незначним досягненням, щоб кожна дитина відчула власний розвиток.

Вправа «Мій успіх»

Мета: закріплення позитивного досвіду.

Хід проведення: дітям пропонується пригадати ситуації, у яких вони відчули себе успішними або впевненими під час занять. Це можуть бути як значні, так і невеликі досягнення (виступ перед групою, допомога іншому, участь у грі). Діти діляться своїми прикладами, а психолог підкреслює, що кожен успіх є важливим. Можна супроводжувати вправу символічним жестом (оплески, «жест підтримки»), що підсилює позитивне підкріплення.

Вправа «Я тепер...»

Мета: формування позитивного образу «Я».

Хід проведення: психолог пропонує дітям завершити фразу «Я тепер...» (наприклад: «Я тепер сміливіший», «Я тепер впевнений»). Для створення безпечної атмосфери він наголошує, що немає правильних або неправильних відповідей. Діти по черзі висловлюються, а психолог допомагає конкретизувати відповіді та підкреслює позитивні зміни.

Вправа «Малюнок себе»

Мета: розвиток самовираження та самосприйняття.

Хід проведення: дітям роздаються матеріали для малювання. Психолог пропонує намалювати себе такими, якими вони себе відчують зараз. Він звертає увагу, що малюнок може відображати настрій, риси характеру або улюблені заняття. Після завершення кожна дитина презентує свою роботу. Психолог підтримує висловлювання, задає уточнюючі запитання та підкреслює позитивні аспекти самосприйняття.

Вправа «Дерево досягнень»

Мета: узагальнення результатів і формування відчуття успіху.

Хід проведення: психолог заздалегідь готує плакат із зображенням дерева або створює його разом із дітьми. Кожна дитина отримує «листочок», на якому вона зображає або записує своє досягнення. Потім діти по черзі прикріплюють листочки до дерева та коротко розповідають про них. Психолог підкреслює, що дерево стало таким гарним завдяки внеску кожного, формуючи відчуття значущості та групової єдності.

Вправа «Що мені сподобалось»

Мета: розвиток рефлексії.

Хід проведення: психолог пропонує дітям поділитися тим, що їм найбільше сподобалося під час занять (вправи, ігри, спілкування). Діти висловлюються по черзі. Психолог підтримує кожну відповідь і може узагальнити найчастіші варіанти, підкреслюючи позитивний досвід.

Вправа «Подяка групі»

Мета: розвиток позитивних міжособистісних взаємин.

Хід проведення: діти по черзі звертаються до групи або конкретних учасників і висловлюють слова подяки (за підтримку, дружбу, допомогу). Психолог допомагає формулювати висловлювання, заохочує щирість. Вправа сприяє формуванню теплої емоційної завершення програми.

Вправа «Лист собі»

Мета: закріплення позитивного самосприйняття та формування внутрішньої підтримки.

Хід проведення: психолог пропонує дітям створити символічний лист самому собі (у вигляді малюнка або коротких фраз). У листі діти можуть написати або намалювати побажання, підтримку чи нагадування («Я хороший», «У мене все вийде»). Після виконання вправи діти можуть за бажанням поділитися своїми роботами. Психолог підкреслює важливість уміння підтримувати себе.

Завершення заняття

Психолог підводить підсумок усієї програми, дякує дітям за участь, активність і відкритість. Можливе використання символічного завершення (аплодисменти, вручення наліпок або «сертифікатів»). Завершується заняття позитивним емоційним підкріпленням, що залишає у дітей відчуття успіху та значущості.

3.3. Практичні рекомендації щодо зниження сімейної конфліктності та розвитку позитивної самооцінки дітей

Результати проведеного дослідження засвідчили наявність тісного взаємозв'язку між рівнем сімейної конфліктності та особливостями самооцінки дітей дошкільного віку. Виявлена залежність обумовлює необхідність розробки та впровадження практичних рекомендацій, спрямованих на гармонізацію сімейних взаємин і створення сприятливих умов для формування позитивного самосприйняття дитини.

Практичні рекомендації мають комплексний характер і адресовані як батькам, так і педагогам та практичним психологам, оскільки саме їх узгоджена взаємодія забезпечує ефективність впливу на розвиток дитини.

Одним із ключових напрямів профілактики негативного впливу сімейних конфліктів є формування у батьків усвідомленого ставлення до власної поведінки та її впливу на дитину. Батькам доцільно пам'ятати, що дитина є чутливою до емоційного фону в сім'ї та часто сприймає конфлікти як загрозу власній безпеці [5].

Передусім важливо зменшити інтенсивність і деструктивність конфліктів у присутності дитини. Навіть якщо уникнути суперечностей повністю неможливо, необхідно прагнути до конструктивного їх вирішення, демонструючи повагу до партнера, вміння слухати та знаходити компроміси. Така модель поведінки формує у дитини позитивні зразки взаємодії.

Суттєвим чинником розвитку адекватної самооцінки є емоційна підтримка дитини. Батькам слід частіше висловлювати схвалення, підкреслювати успіхи та зусилля дитини, а не лише звертати увагу на помилки. Важливо, щоб оцінювання було об'єктивним, доброзичливим і спрямованим на розвиток, а не на критику особистості [22].

Не менш важливим є прийняття дитини такою, якою вона є. Безумовне прийняття створює відчуття психологічної безпеки, що є основою формування позитивного образу «Я». Водночас необхідно уникати порівнянь із іншими дітьми, оскільки це може призводити до зниження самооцінки та формування почуття меншовартості.

Батькам також рекомендується приділяти увагу розвитку емоційної компетентності дитини. Важливо навчати її розпізнавати, називати та виражати свої почуття, а також конструктивно реагувати на складні ситуації. Це сприяє зниженню внутрішньої напруженості та формуванню впевненості у собі.

Особливу увагу слід звернути на стиль спілкування в сім'ї. Використання доброзичливого тону, активного слухання, відкритого обговорення проблем сприяє створенню позитивного психологічного клімату. У свою чергу, ігнорування, критика, приниження чи агресія мають деструктивний вплив як на взаємини, так і на розвиток дитини.

Педагоги та практичні психологи відіграють важливу роль у підтримці дітей, які перебувають у складних сімейних умовах. Їх діяльність має бути спрямована на створення безпечного та підтримуючого освітнього середовища [32].

Перш за все, необхідно здійснювати систематичне спостереження за емоційним станом дітей та своєчасно виявляти ознаки заниженої самооцінки, тривожності чи невпевненості. Це дозволяє вчасно надати психологічну

допомогу та запобігти поглибленню проблем.

У роботі з дітьми доцільно використовувати ігрові, арт-терапевтичні та тренінгові методи, що сприяють розвитку позитивного самосприйняття. Особливо ефективними є вправи, спрямовані на усвідомлення власних сильних сторін, формування впевненості та розвиток комунікативних навичок.

Важливим напрямом роботи є організація взаємодії з батьками. Психологи та педагоги мають проводити консультації, тренінги, бесіди, спрямовані на підвищення психологічної культури батьків та формування у них конструктивних моделей поведінки. Особлива увага приділяється роз'ясненню впливу сімейних конфліктів на розвиток дитини.

Доцільним є також впровадження профілактичних програм, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту, навичок спілкування та саморегуляції у дітей. Це сприяє підвищенню їх адаптивності та стійкості до негативних впливів середовища.

Створення позитивного психологічного клімату в сім'ї є важливою умовою гармонійного розвитку дитини. Для цього необхідно забезпечити стабільність, передбачуваність і емоційну підтримку у сімейних взаєминах.

Сімейні традиції, спільне проведення часу, відкритість у спілкуванні сприяють зміцненню емоційного зв'язку між членами родини. Важливо, щоб дитина відчувала свою значущість, залученість та підтримку.

Батькам слід формувати у дитини позитивний досвід успіху, створюючи ситуації, у яких вона може проявити свої здібності та отримати визнання. Це сприяє підвищенню самооцінки та впевненості у власних силах.

Також важливо дотримуватися єдності вимог у вихованні, оскільки суперечливі вимоги з боку батьків можуть викликати у дитини внутрішній конфлікт і невпевненість.

З метою профілактики негативних наслідків сімейних конфліктів необхідно мінімізувати їх вплив на дитину. Батькам рекомендується уникати залучення дитини до конфліктів, не використовувати її як посередника або союзника у суперечках [52].

Важливо пояснювати дитині, що конфлікти між дорослими не є її провиною, що дозволяє знизити рівень тривожності та почуття провини.

У випадках підвищеної конфліктності доцільним є звернення до фахівців (психологів, сімейних консультантів), які можуть допомогти у вирішенні проблем та покращенні сімейної взаємодії.

Таким чином, запропоновані практичні рекомендації спрямовані на комплексне вирішення проблеми впливу сімейних конфліктів на самооцінку дитини. Їх реалізація сприяє зниженню рівня конфліктності у сім'ї, покращенню психологічного клімату та створенню сприятливих умов для формування адекватної, позитивної самооцінки дітей дошкільного віку.

Впровадження зазначених рекомендацій у практику роботи з сім'ями та дітьми дозволяє підвищити ефективність психолого-педагогічного супроводу та забезпечити гармонійний розвиток особистості дитини.

Висновки до третього розділу

Проведене теоретико-практичне обґрунтування проблеми формування самооцінки дітей дошкільного віку в умовах сімейної конфліктності дозволило узагальнити ключові результати та визначити основні напрями ефективного психолого-педагогічного впливу.

У ході аналізу встановлено, що самооцінка дитини є чутливим індикатором якості сімейного середовища та безпосередньо залежить від характеру взаємин між батьками. Конфліктність у родині, особливо за умов її систематичності та деструктивності, негативно позначається на емоційному стані дитини, сприяє виникненню невпевненості, тривожності та формуванню заниженого або нестійкого самосприйняття.

Теоретичний аналіз проблеми підтвердив доцільність розробки спеціально організованої програми психолого-педагогічного впливу, яка враховує як індивідуальні особливості дітей, так і специфіку їхнього сімейного

оточення. Доведено, що ефективне формування адекватної самооцінки можливе лише за умов комплексного підходу, що поєднує роботу з дитиною та її батьками.

Розроблена програма «Я – цінний» відображає сучасні наукові підходи до розвитку особистості та має цілісний, системний характер. Її зміст спрямований на розвиток позитивного образу «Я», формування впевненості у власних можливостях, емоційної стійкості та покращення якості міжособистісної взаємодії. Важливою особливістю програми є її орієнтація на активну діяльність дітей, використання ігрових, арт-терапевтичних і тренінгових методів, що відповідають віковим потребам дошкільників.

Реалізація програми передбачає поетапну організацію роботи, що включає діагностичний, формувальний та контрольний етапи. Така структура забезпечує не лише цілеспрямований вплив на досліджувані показники, але й можливість відстеження змін та оцінки ефективності проведеної роботи.

Зміст формувального впливу з дітьми орієнтований на розвиток емоційної сфери, усвідомлення власних почуттів, формування позитивного самосприйняття, виявлення сильних сторін особистості та розвиток впевненості. Особливу роль відіграє створення ситуацій успіху, які сприяють закріпленню позитивного досвіду та підвищенню рівня самооцінки.

Водночас робота з батьками виступає необхідною умовою досягнення стійких результатів. Підвищення рівня їхньої психологічної компетентності, формування навичок конструктивної взаємодії та зниження конфліктності у сім'ї сприяють створенню сприятливого психологічного клімату, що позитивно впливає на розвиток дитини.

Запропоновані практичні рекомендації мають прикладний характер і спрямовані на гармонізацію сімейних взаємин, розвиток культури спілкування та підтримку позитивного самосприйняття дитини. Їх впровадження дозволяє мінімізувати негативний вплив сімейних конфліктів і створити умови для емоційного благополуччя дітей.

Узагальнюючи отримані результати, можна стверджувати, що комплексний психолого-педагогічний підхід, реалізований у межах програми,

є ефективним засобом формування адекватної самооцінки дітей дошкільного віку. Він сприяє не лише особистісному розвитку дитини, але й покращенню якості сімейних взаємин, що має важливе значення для її подальшого психічного та соціального розвитку.

Отже, реалізація розробленої програми відкриває можливості для підвищення ефективності психолого-педагогічної роботи з дітьми та їхніми сім'ями, а також може бути використана у практиці дошкільних закладів освіти та сімейного консультування.

ВИСНОВКИ

На основі теоретичного узагальнення проблеми дослідження щодо впливу конфліктів у родині на самооцінку дитини, здійсненого експериментального дослідження було зроблено наступні висновки.

Проведений теоретичний аналіз проблеми впливу сімейних конфліктів на самооцінку дитини дозволив узагальнити основні наукові підходи та визначити ключові закономірності цього процесу. Встановлено, що сім'я є провідним соціально-психологічним середовищем розвитку дитини, у межах якого відбувається становлення її особистості, формування емоційної сфери, самосвідомості та системи ціннісних орієнтацій. Саме у сімейному середовищі дитина засвоює перші соціальні ролі, норми поведінки та формує уявлення про себе і своє місце серед інших.

Характер сімейних взаємин відіграє визначальну роль у становленні самооцінки дитини. Емоційна підтримка, прийняття, доброзичливе ставлення та конструктивна взаємодія між членами родини сприяють формуванню адекватного та позитивного образу «Я». Натомість напружений психологічний клімат, конфліктність, критичність і нестабільність у спілкуванні можуть зумовлювати розвиток заниженої або неадекватної самооцінки, що проявляється у невпевненості, тривожності та емоційній нестійкості дитини.

Сімейні конфлікти є закономірним явищем у функціонуванні родини, однак їх вплив на розвиток дитини має різний характер. Конструктивні конфлікти, що супроводжуються взаємоповагою та пошуком компромісу, можуть сприяти розвитку соціальних навичок і формуванню адекватних моделей поведінки. Водночас деструктивні конфлікти, які характеризуються агресією, емоційним напруженням, відчуженням або нестабільністю, негативно впливають на психоемоційний стан дитини, зумовлюють виникнення тривожності, страхів та порушення самооцінки.

Різні типи сімейних конфліктів по-різному впливають на розвиток особистості дитини. Подружні конфлікти формують загальний емоційний фон

сім'ї, тоді як конфлікти у системі «батьки – дитина» безпосередньо впливають на становлення самосвідомості та самооцінки. Внутрішньоособистісні суперечності батьків також можуть опосередковано відображатися на психологічному стані дитини.

Причини виникнення сімейних конфліктів мають багатофакторний характер і зумовлені як внутрішніми особливостями сімейної взаємодії (порушення комунікації, розбіжності у цінностях, емоційне виснаження), так і зовнішніми чинниками (соціально-економічні труднощі, кризові ситуації). Їх поєднання посилює напруженість у сімейному середовищі та ускладнює умови психічного розвитку дитини.

Таким чином, сімейні конфлікти виступають важливим фактором, що впливає на формування самооцінки та загальний психоемоційний розвиток дитини. Характер цього впливу визначається особливостями перебігу конфліктів, їх інтенсивністю, тривалістю та способами вирішення. Узагальнені теоретичні положення створюють основу для подальшого емпіричного дослідження та розробки ефективних психолого-педагогічних заходів щодо підтримки дітей в умовах сімейної конфліктності.

Результати проведеного емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення особливостей взаємозв'язку між сімейною конфліктністю та самооцінкою дітей дошкільного віку, дозволили узагальнити низку важливих положень.

У процесі аналізу встановлено, що самооцінка дітей дошкільного віку є неоднорідною та характеризується варіативністю проявів. Поряд із адекватним рівнем самосприйняття у значної частини дітей спостерігаються відхилення у вигляді завищеної або заниженої самооцінки. Така різнорівневність зумовлена як віковими особливостями розвитку, так і впливом соціального середовища, насамперед сімейного оточення.

Отримані дані свідчать про те, що сучасні сім'ї функціонують в умовах різного рівня конфліктності. Найбільш поширеним є середній рівень конфліктної взаємодії, що проявляється у періодичних суперечностях між подружжям.

Водночас значна частина родин характеризується високим рівнем конфліктності, який супроводжується емоційною напруженістю, труднощами у спілкуванні та використанням деструктивних моделей поведінки.

Порівняльний аналіз результатів дозволив виявити чітку залежність між рівнем сімейної конфліктності та особливостями самооцінки дітей. Встановлено, що в умовах підвищеної конфліктності у родині у дітей частіше формується занижена самооцінка, яка супроводжується невпевненістю у собі, підвищеною тривожністю та негативним ставленням до власної особистості. Натомість у сім'ях із більш сприятливим психологічним кліматом та низьким рівнем конфліктності переважає адекватна, а іноді й дещо завищена самооцінка, що пов'язано з наявністю емоційної підтримки та прийняття з боку батьків.

Статистична обробка отриманих результатів із застосуванням коефіцієнта кореляції Пірсона підтвердила наявність негативного взаємозв'язку між досліджуваними показниками. Виявлена кореляція свідчить про те, що зі зростанням рівня конфліктності у сімейних взаєминах спостерігається тенденція до зниження самооцінки дітей. Це узгоджується з сучасними науковими уявленнями про визначальну роль сімейного середовища у психічному розвитку дитини.

Аналіз також показав, що характер взаємодії між батьками виступає важливим чинником формування психоемоційного благополуччя дитини. Конструктивні форми взаємодії, які ґрунтуються на взаємоповазі, підтримці та здатності до діалогу, створюють сприятливі умови для розвитку позитивного самосприйняття. Натомість деструктивні моделі поведінки, що проявляються у конфліктах, критиці або емоційному відчуженні, негативно впливають на становлення особистості дитини та її самооцінки.

Узагальнення отриманих результатів дозволяє стверджувати, що висунута гіпотеза про наявність взаємозв'язку між рівнем сімейної конфліктності та самооцінкою дітей дошкільного віку отримала емпіричне підтвердження. Виявлені закономірності підкреслюють необхідність цілеспрямованої психологічної роботи з батьками, спрямованої на розвиток конструктивних способів

взаємодії, зниження рівня конфліктності та покращення психологічного клімату в родині.

Практичне значення результатів дослідження полягає у можливості їх використання у діяльності практичних психологів, педагогів і соціальних працівників для профілактики негативного впливу сімейних конфліктів та створення умов для формування адекватної самооцінки дітей дошкільного віку.

У результаті теоретико-практичного опрацювання проблеми формування самооцінки дітей дошкільного віку в умовах сімейної конфліктності узагальнено основні положення та окреслено ефективні напрями психолого-педагогічного впливу.

Аналіз засвідчив, що самооцінка дитини тісно пов'язана з якістю сімейного середовища та характером взаємин між батьками. Підвищений рівень конфліктності в родині, особливо за умов його тривалості та деструктивності, негативно позначається на емоційному стані дитини, сприяє формуванню невпевненості, тривожності та нестійкого або заниженого самосприйняття.

Отримані результати підтвердили необхідність створення спеціально організованої програми психолого-педагогічного впливу, яка враховує як вікові та індивідуальні особливості дітей, так і специфіку сімейного контексту їх розвитку. Обґрунтовано, що формування адекватної самооцінки є найбільш ефективним за умов комплексного підходу, який передбачає одночасну роботу з дитиною та її батьками.

Розроблена програма «Я – цінний» має системний і цілісний характер та відповідає сучасним підходам до розвитку особистості дитини. Її зміст спрямований на формування позитивного образу «Я», розвиток упевненості у власних можливостях, емоційної стійкості та покращення міжособистісної взаємодії. Важливою особливістю програми є використання активних методів роботи – ігрових, арт-терапевтичних і тренінгових форм, які відповідають віковим особливостям дошкільників і забезпечують їхню залученість у процес.

Організація програми передбачає послідовну реалізацію діагностичного, формувального та контрольного етапів, що забезпечує цілеспрямований

вплив на досліджувані показники та дозволяє оцінити динаміку змін. Така структура сприяє системності роботи та підвищує її результативність.

Зміст формувальної роботи з дітьми орієнтований на розвиток емоційної сфери, усвідомлення власних почуттів, формування позитивного самосприйняття, виявлення індивідуальних ресурсів і розвиток впевненості у собі. Особливе значення має створення ситуацій успіху, які забезпечують позитивне підкріплення та сприяють закріпленню адекватної самооцінки.

Важливою складовою програми є робота з батьками, оскільки саме сімейне середовище визначає умови розвитку дитини. Підвищення рівня психологічної компетентності батьків, формування конструктивних моделей взаємодії та зниження рівня конфліктності сприяють створенню сприятливого психологічного клімату в родині.

Запропоновані практичні рекомендації мають прикладний характер і спрямовані на гармонізацію сімейних взаємин, удосконалення комунікації та підтримку позитивного самосприйняття дитини. Їх реалізація дозволяє зменшити негативний вплив сімейних конфліктів і створити умови для емоційного благополуччя дітей.

Узагальнення отриманих результатів дає підстави стверджувати, що комплексний психолого-педагогічний підхід, реалізований у межах розробленої програми, є ефективним засобом формування адекватної самооцінки дітей дошкільного віку. Його впровадження сприяє не лише особистісному розвитку дитини, але й покращенню якості сімейних взаємин, що має важливе значення для подальшого психічного та соціального становлення.

Таким чином, реалізація програми відкриває перспективи підвищення ефективності психолого-педагогічної роботи з дітьми та їхніми сім'ями і може бути успішно використана у практиці закладів дошкільної освіти та сімейного консультування.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Аметова Є. Р. Про значення сім'ї у формуванні вільної особистості дитини. Педагогіка і психологія. 2006. № 2. С.36-43
2. Андрейко А.В. Батьківський вплив як психологічний феномен. Наукові записи Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України / [за ред. академіка С.Д. Максименка]. К. : Міленіум, 2006. № 29. С. 76-85.
3. Аніщук А. М. Індивідуалізація. Освітній простір в ДНЗ: навч. посіб. для студентів вищих навч. закл. спеціальності «Практичний психолог». Ніжин: НДУ. ім. М. Гоголя, 2010. 103 с.
4. Бастрова А. С. Вплив стилю батьківського виховання на становлення особистості дитини. Теоретичні і прикладні проблеми психології. 2021. № 2. С. 8-22.
5. Бевз Г. М. Українська сім'я в сучасних умовах: психологічні аспекти розвитку: матеріали науково-практичної конференції. Київ, 2024.
6. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка в умовах цифрового суспільства. Київ: Центр учбової літератури, 2023. 312 с.
7. Берегова Н. Вплив сімейного виховання на формування особистості дитини. Вісник Львівського університету. Серія : Психологічні науки. 2020. Вип. 6. С. 10-15.
8. Берегова Н., Федорчук П. Вплив сімейного виховання на формування особистості дитини. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2020. Випуск 6. С. 10–15
9. Бех І. Д. Виховання особистості: У 2 книгах: навчально- методичний посібник. К.: Либідь, 2003. Кн.: 2. 2003. 341 с.
10. Бех І. Д. Особистісно орієнтоване виховання: сучасні підходи. Педагогіка і психологія. 2022. № 1. С. 12–20.
11. Божович Л. І. Особистість і її формування в дитячому віці. Київ: Просвіта, 2018. 398 с.
12. Бондарчук І. В. Психологія сімейного виховання. Київ: Освіта,

2022. 260 с.

13. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї: курс лекцій; МАУП. К. : МАУП, 2001. 95 с.

14. **Бурлачук Л. Ф. Психодіагностика: підручник. Київ: Ніка-Центр, 2019. 688 с.**

15. Вавілова А. С. Вплив стилів батьківського виховання на рівень тривожності дітей. Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. 2021. Т. 32(71). № 2. С. 12-26.

16. Ведринська Е. П. Родинно-сімейне виховання в сучасному закладі загальної середньої освіти. Педагогічний пошук. 2021. № 4. С. 73–75.

17. Вікова та педагогічна психологія: курс лекцій. К. : Каравела, 2005. 399 с.

18. Волкова Н. Ю. Психологія спілкування: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2020. 256 с.

19. Гарець Н. В. Особливості сімейного середовища як чинника розвитку особистості дитини. Матеріали науково-практичної конференції. 2025. С. 210–215.

20. Гордєєва Ж. В. Становлення самооцінки у дітей підліткового шкільного віку: дисертація. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України, 2007. 45 с.

21. Данилюк І. М. Психологія розвитку особистості. Київ: Каравела, 2021. 304 с.

22. Долинська Л. В. Психологія сім'ї: навч. посіб. Київ: Либідь, 2019. 256 с.

23. Закарія Ф., Хамід С. Психологічні аспекти адаптації дітей у сім'ї. Київ: Освіта, 2020. 150 с.

24. Зязюн І.А. Педагогіка добра: ідеали і реалії: науково-методичний посібник. К.: МАУП, 2000. 312 с.

25. Карабанова О. А. Психологія сімейних відносин і основи сімейного консультування. Київ: Академвидав, 2019. 320 с.

26. Карамушка Л. М. Психологія сім'ї та сімейних відносин. Київ: Либідь, 2021. 280 с.
27. Киричук О. В. Соціалізація особистості в умовах сім'ї. Соціальна психологія. 2022. № 1. С. 25–31.
28. Кихтюк О., Федотова Т., Кульчицька А. Психологічна підтримка та ресурсність батьків дітей з особливими освітніми потребами // Психологічні перспективи. 2025. Вип. 45. С. 52–64.
29. Комар Т. В. Педагогічне партнерство сім'ї та школи як чинник розвитку особистості дитини. Педагогіка і психологія. 2025. № 1. С. 45–52.
30. Кононко О. Л. Психологія дитинства в сучасних умовах. Київ: Генеза, 2023. 300 с.
31. Кононко О.Л. Трансформація інституту сім'ї як чинник умов сімейного виховання. Психологічні основи особистісного становлення (Системний підхід). К.: Стилос, 2000. 336 с.
32. Костюк Г. С. Психологія розвитку дитини. Київ: Радянська школа, 2019. 384 с.
33. Котлова Л. О. Проблема конфліктності в молодій сім'ї в період первинної адаптації. Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету. Серія: Педагогіка і психологія. 2014. Вип. 41. С. 91–96.
34. Кримова Н. О. Психологія сім'ї і сімейних відносин: навчальний посібник. Одеса: Університет Ушинського, 2024.
35. Кульбабська О. В. Психологічні особливості сімейного виховання дітей. Освітні технології. 2025. № 2. С. 45–52.
36. Лактіонова Г. М. Методичні матеріали з питань формування усвідомленого батьківства. К. : Держсоцслужба, Християнський дитячий фонд, 2006. 96 с.
37. Лемко Г. І. Значення сім'ї у формуванні самооцінки дитини. Наукові праці НПУ імені М. П. Драгоманова. 2022. С. 120–125.
38. Лісовець О. В. Проблема виховання сімейних цінностей у студентському середовищі. Наукові записки [Центральноукраїнського державного

педагогічного університету імені Володимира Винниченка]. Серія : Педагогічні науки. 2020. Вип. 188. С. 24-28.

39. Ложкін Г. В., Пов'якель Н. І. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика: навчальний посібник. Київ: Професіонал, 2016.

40. Лозниця В. С. Психологія і педагогіка: навч. посіб. К. : ЕксОб, 2000, 302 с.

41. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості. Київ: КММ, 2020. 320 с.

42. Максименко С. Д. Загальна психологія: навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2018. 480 с.

43. Марінушкіна О. Є. Практичний психолог у дошкільному закладі: методичні рекомендації. Х.: ХОНМІБО, 2004. 96 с

44. Москалець В. М. Психологія сім'ї: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2021. 240 с.

45. Мусіяка Н. І. Проблема самооцінки в теорії особистості В. Джемса. Актуальні проблеми психології. 2008. Т. 7. Вип. 16. С. 121–125.

46. Ничкало Н. Г. Психолого-педагогічні аспекти сімейного виховання у сучасних умовах. Педагогічний дискурс. 2024. № 1. С. 15–22.

47. Павелків Р. В. Дитяча психологія. Київ: Академвидав, 2019. 432 с.

48. Помиткіна Л. В., Злагодух В. В., Хімченко Н. С. Психологія сім'ї: навчальний посібник. Київ: НАУ-друк, 2010.

49. Практикум із загальної психології / за ред. С. Д. Максименка. Київ: Центр навчальної літератури, 2018. С. 210–260.

50. Роджерс К. Становлення особистості: погляд на психотерапію. Київ: Основи, 2017. 336 с.

51. Савицька С. Л. Проблеми реформування системи інституційного догляду та виховання дітей й розвитку сімейних форм виховання дітей і Україні. Dictum factum. 2021. № 2. С. 73-84.

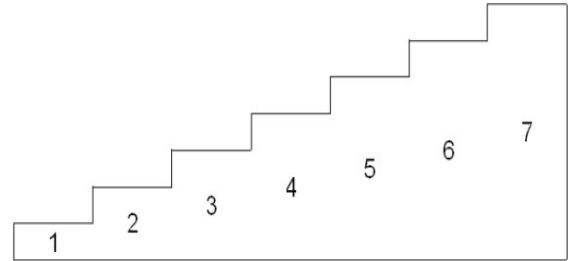
52. Савченко О. Я. Розвиток особистості дитини в умовах сучасних соціальних викликів. Психологія і суспільство. 2023. № 2. С. 34–41.

53. Савчин М. В. Вікова психологія: навч. посіб. К. : Академвидав, 2005 360 с.
54. Самсоненко А. А. Психологічні особливості сімейних конфліктів та їх вплив на розвиток особистості: монографія. Київ, 2025.
55. Серга О. О. Критерії та ознаки гармонійного сімейного виховання дітей підліткового віку. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. 2021. Вип. 4. С. 101-107.
56. Скиба С. А., Дмитришин М. В. Вплив батьківських концепцій та поведінки на формування негативного «Я-образу» та заниженої самооцінки у дітей: монографія. Івано-Франківськ: НАІР, 2023. 100 с.
57. Спринська З. В., Сорочич Н. Соціально-психологічні чинники формування самооцінки. Габітус. 2023. № 48. С. 87–91.
58. Субашкевич І. Р. Вплив сімейного виховання на формування ціннісних орієнтацій підлітків. Інноваційна педагогіка. 2020. Вип. 21(2). С. 196-200.
59. Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості: навч. посіб. Київ: Каравела, 2020. 320 с.
60. Ткачов С. І. Аксіологічні засади сімейного виховання в сучасній Україні. Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки. 2021. № 8(1). С. 29-38.
61. Турбан В. В. Сімейний конфлікт як предмет дослідження у практичній психології. Актуальні проблеми психології. 2016. Т. 10, Вип. 28. С. 44–53.
62. Фіцула М. Виховання почуття відповідальності у дітей в умовах сім'ї. Директор школи. 1999. №7. С.2.
63. Хьєл Л., Зіглер Д. Теорії особистості. Київ: Основи, 2018. 672 с.
64. Чайковський Р. В. Вплив сімейного виховання на розвиток характеру підлітка. Молодий вчений. 2020. № 12(2). С. 302-305
65. Чепелева Н. В. Особистість у вимірах психологічної науки. Київ: Педагогічна думка, 2021. 280 с.
66. Шона Д. Рефлексивна практика: як професіонали думають у дії. Київ: Основи, 2021. 304 с.

ДОДАТКИ

Методика «СХОДИНКИ» – діагностика самооцінки (В. Щур)

Ціль: виявлення системи уявлень дитини про те, як вона оцінює себе сама, як, на її думку, її оцінюють інші люди і як співвідносяться ці уявлення між собою.



Матеріали та обладнання: намальовані сходинок, фігурка чоловічка, аркуш паперу, олівець (ручка).

Процедура дослідження: методика проводиться індивідуально. Процедура дослідження – бесіда з дитиною з використанням певної шкали оцінок, на якій вона сам поміщає себе і імовірно визначає те місце, куди її поставлять інші люди.

Інструкція: «Якщо всіх дітей розставити на цих сходинках, то на трьох верхніх сходинках опиняться хороші діти: розумні, добрі, сильні, слухняні – чим вище, тим кращі (показати сходинок: «хороші», «дуже хороші», «найкращі»). А на трьох нижніх сходинках опиняться погані діти – чим нижче, тим гірші («погані», «дуже погані», «найгірші»). На середній сходинці діти не погані і не хороші. Покажи, на яку сходинок ти поставиш себе. Поясни чому?»

Після відповіді дитини, її запитують: «Ти такий насправді чи хотів би бути таким? Познач, який ти насправді і яким хотів би бути». «Покажи, на яку сходинок тебе поставила б мама».

Використовується стандартний набір характеристик: «хороший – поганий», «добрий – злий», «розумний – дурний», «сильний – слабкий», «сміливий – боягузливий», «найстаранніший – найнедбаліший». Кількість характеристик можна скоротити. У процесі обстеження необхідно враховувати, як дитина виконує завдання: вагається, роздумує, аргументує свій вибір. Якщо дитина не дає жодних пояснень, їй слід задати уточнюючі запитання: «Чому ти себе сюди поставив? Ти завжди такий?»

Аналіз результатів. Перш за все, звертають увагу, на яку сходинку дитина сама себе поставила. Вважається нормою, якщо діти дошкільного віку ставлять себе на сходинку «дуже хороші» і навіть «найкращі» діти. У будь-якому випадку це повинні бути верхні сходинки, оскільки положення на будь-якій з нижніх сходинок (а вже тим більше на найнижчій) говорить не про адекватну оцінку, але про негативне ставлення до себе, невпевненість у власних силах. Це дуже серйозне порушення структури особистості, яке може привести до депресій, неврозів у дітей. Як правило, це пов'язано з холодним ставленням до дітей, відкиданням або суворим, авторитарним вихованням, при якому знецінюється сама дитина, яка приходить до висновку, що її люблять тільки тоді, коли вона добре поводить. А так як діти не можуть бути хорошими постійно і вже тим більше не можуть відповідати всім очікуванням дорослих, виконувати всі їхні вимоги, то, природно, діти в цих умовах починають сумніватися в собі, у своїх силах і в любові до них батьків. Також невпевнені в собі і в батьківській любові діти, якими взагалі не займаються удома.

Саме про ставлення батьків до дитини і їхні очікування говорять відповіді на запитання про те, куди їх поставлять дорослі – тато, мама, вихователька. Для нормального, комфортного самовідчуття, яке пов'язано з появою почуття захищеності, важливо, щоб хтось із дорослих поставив дитину на найвищу сходинку. В ідеалі, сама дитина може поставити себе на другу сходинку зверху, а мама (або хтось інший з рідних) ставить її на найвищу сходинку.

Кілька прикладів виконання завдання і тип самооцінки, який вони демонструють:

1. Не роздумуючи, дитина ставить себе на найвищу сходинку; вважає, що мама оцінює її так само; аргументуючи свій вибір, посилається на думку дорослого: «Я хороший. Хороший і все, це мама так сказала». Неадекватно завищена самооцінка.

2. Після деяких роздумів та вагань ставить себе на найвищу сходинку, пояснюючи свої дії, називає якісь свої недоліки і промахи, але пояснює їх зовнішніми, незалежними від нього, причинами, вважає, що оцінка дорослих

в деяких випадках може бути дещо нижчою її власної: «Я, звичайно, хороший, але іноді лінуюся. Мама каже, що я неакуратний». Завищена самооцінка.

3. Обміркувавши завдання, ставить себе на 2-у або 3-ю сходинку, пояснює свої дії, посилаючись на реальні ситуації і досягнення, вважає, що оцінка дорослого така ж або трохи нижча. Адекватна самооцінка.

4. Ставить себе на нижні сходинки, свій вибір не пояснює, а посилається на думку дорослого: «Мама так сказала». Занижена самооцінка.

5. Якщо дитина ставить себе на середню сходинку, інколи це може говорити про те, що вона або не зрозуміла завдання, або не хоче його виконувати.

6. Діти з заниженою самооцінкою через високу тривожність і невпевненість в собі часто відмовляються виконувати завдання, на всі запитання відповідають: «Не знаю».

7. Діти із затримкою розвитку не розуміють і не приймають це завдання, діють навмання.

Зверніть увагу!

1. Неадекватно завищена самооцінка властива дітям молодшого та середнього дошкільного віку: вони не бачать своїх помилок, не можуть правильно оцінити себе, свої вчинки і дії.

2. Самооцінка дітей 6-7-річного віку стає вже більш реалістичною, у звичних ситуаціях і звичних видах діяльності наближається до адекватної. У незнайомій ситуації і незвичних видах діяльності їх самооцінка завищена.

3. Занижена самооцінка у дітей дошкільного віку розглядається як відхилення у розвитку особистості.

Тест-опитувальник

«Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Л. Гозман)

Інструкція. Перед вами 32 ситуації, які можуть виникати у подружніх взаєминах. Ваше завдання – оцінити, як ви зазвичай реагуєте на подібні ситуації. Кожен із подружжя проходить тест окремо.

Шкала відповідей:

- 2 – категорично не згоден(а) з партнером, пасивна позиція;
- 1 – скоріше не згоден(а), пасивна позиція;
- 0 – нейтральна позиція;
- +1 – скоріше згоден(а), активна позиція;
- +2 – категорично згоден(а) з партнером, активна позиція.

Опитувальник

№	Конфліктна ситуація	-2	-1	0	+1	+2
1	Ви з партнером не можете домовитися, як провести вихідні.					
2	Один з вас приймає важливе фінансове рішення без обговорення з іншим.					
3	Ви маєте різні погляди на виховання дітей.					
4	Один із вас витратив велику суму грошей без узгодження.					
5	Ваш партнер часто затримується на роботі без попередження.					
6	Ви відчуваєте, що ваші побутові обов'язки розподілені нерівномірно.					
7	Ваш партнер не підтримує вас у складній ситуації.					
8	Ви не погоджуєтеся з вибором друзів вашого партнера.					
9	Вам здається, що партнер занадто багато часу приділяє своїм хобі.					
10	Один із вас не виконує свої обіцянки.					
11	Ви часто сваритеся через витрати на покупки.					
12	Партнер проявляє ревності без приводу.					
13	Ваші батьки втручаються у ваші сімейні справи.					
14	Ви маєте різні інтереси щодо дозвілля та відпочинку.					
15	Один із вас критикує зовнішній вигляд або звички іншого.					
16	Ви не можете знайти компроміс у питаннях особистого простору.					
17	Один з вас хоче більше романтики у стосунках, ніж інший.					
18	Ваш партнер змінює важливі плани без попереднього узгодження.					
19	Ви не погоджуєтеся з тим, як партнер витрачає вільний час.					
20	Вам здається, що партнер недостатньо дбає про вас.					
21	Ви відчуваєте, що партнер не підтримує ваші кар'єрні амбіції.					
22	Ваш партнер порівнює вас з іншими людьми, що вам неприємно.					

23	Ви не можете дійти згоди щодо домашніх обов'язків.					
24	Один із вас більше часу проводить з друзями, ніж з сім'єю.					
25	Ви відчуваєте, що партнер не враховує ваші інтереси під час прийняття рішень.					
26	У вас різні погляди на фінансове планування та економію коштів.					
27	Вам здається, що ваш партнер не вислуховує вас до кінця.					
28	Ви вважаєте, що партнер проводить занадто багато часу в соціальних мережах або за гаджетами.					
29	У вас різні уявлення про ідеальне сімейне життя.					
30	Ви відчуваєте, що ваш партнер не цінує ваші зусилля по догляду за сім'єю.					
31	Вам важко знайти компроміс у питаннях виховання дітей.					
32	Один із вас хоче більше часу проводити разом, тоді як інший віддає перевагу особистому простору.					

Обробка результатів. Для аналізу даних підраховується загальна сума балів, яка відображає рівень конфліктності у подружній парі.

Рівні конфліктності:

- низький рівень конфліктності (≤ 10 балів) – гармонійні взаємини, вміння домовлятися;
- середній рівень конфліктності (11–30 балів) – періодичні конфлікти, потреба у покращенні комунікації;
- високий рівень конфліктності (≥ 31 бала) – значна напруженість у взаєминах, необхідність роботи над стосунками.