

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**ПрАТ «ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»****Анна Іллівна ТКАЧУК**

На правах рукопису

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**ВПЛИВ МАТЕРИНСЬКОГО ВІДНОШЕННЯ НА РІВЕНЬ ПРОЯВУ
ЕМПАТІЇ ДІВЧАТОК ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ**

подається на здобуття
освітньо-кваліфікаційного рівня “Магістр”
Спеціальність “Психологія”

До захисту допущено:
Директор Чернівецького інституту
ПрАТ «ВНЗ «МАУП»
_____ ПЕТРИЧУК С.І. д.е.н., проф.
«_____» _____ 2026 року

Науковий керівник
професор кафедри
фундаментальних дисциплін,
БОГОМОЛОВА М.Ю. д.п.н.

Виконано студенткою групи
ТУчн-8-24-М1ПС (2.0здс)

Чернівці – 2026

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОБЛЕМИ ДОСЛІДЖЕННЯ	
ВІДНОСИН У ПСИХОЛОГІЇ.....	8
1.1. Відносини як предмет аналізу у психології.....	8
1.2. Аналіз батьківсько-дитячих відносин у психології.....	12
1.3. Вивчення материнського ставлення до дитини у психології.....	19
РОЗДІЛ 2. ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ ЕМПАТІЇ У	
ПСИХОЛОГІЇ.....	29
2.1. Теоретичні підходи до вивчення поняття емпатії у психології.....	29
2.2. Вікові особливості дівчат підліткового віку.....	36
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ	
МАТЕРИНСЬКОГО СТАВЛЕННЯ ДО ДІТЕЙ В РОЗВИТКУ	
ЗДІБНОСТЕЙ ДО ЕМПАТІЇ.....	43
3.1. Опис дослідження впливу материнського ставлення до дітей в розвитку	
здібностей підлітків до емпатії.....	43
3.2. Корекційно-розвиваюча програма розвитку здібностей до емпатії.....	65
ВИСНОВКИ.....	74
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	77

ВСТУП

Актуальність дослідження. Психологічне вивчення емоційного боку відносин є одним із найактуальніших напрямів сучасних психологічних досліджень. Все більшого значення в роботах надається вивченню соціальних емоцій (Г. Бреслав, В. Вілюнас, А. Запорожець, Я. Невірович, В. Котирло, М. Лісіна, В. Мухіна, П. Симонов та інші), які виконують найважливішу роль і визначають його ставлення до іншої людини та самої себе. Будучи базовими у становленні особистості, соціальні емоції спрямовують процес соціалізації зростаючої людини, допомагають їй «входити» у світ дорослих та однолітків.

А. Запорожець зазначав, що соціальні емоції виконують функцію орієнтування дитини на предметах і явищах навколишнього світу, відіграючи велику роль формуванні мотивів поведінки.

Особливо важливе значення серед соціальних емоцій має вивчення ролі емпатії як продукту взаємопізнання, взаємоприйняття як психологічного явища, позитивно оптимізує міжособистісні відносини. Емпатія займає одне з головних місць усередині соціальних емоцій і є «ядерною» освітою особистості, відіграючи найважливішу роль у житті дитини.

Дитині не дано у готовому вигляді від народження почуття, емоційна зрілість, здатність до альтруїзму та гуманізму, до емпатії. Процес їх інтеріоризації завжди зумовлений індивідуальним досвідом особистості. Екстеріоризуються позначені прояви за допомогою спілкування дитини з близькими дорослими і однолітками.

Особлива роль у розвитку емоційної та особистісної сфери дитини традиційно відводиться чиннику взаємодії матері та дитини, як на ранніх, так і на пізніших етапах розвитку. У процесі постійного контакту з дитиною, батьки, особливо матері, допомагають регулювати та впорядковувати її афективні взаємини з навколишнім світом, освоювати різноманітні психотехнічні прийоми афективної організації її поведінки, стабілізацію

афективних процесів. Найбільш чутливими до впливу сімейного неблагополуччя виявляються стрижневі утворення дитини - її уявлення про себе, самовідношення, самооцінка, образ себе.

Оскільки повнота задоволення потреб дитини залежить від батьків, то її уявлення про себе та образ себе значною мірою пов'язані зі ставленням батьків до дитини, особливо ставленням матері до дитини, її сприйняттям та розумінням дитини, з характером її установок та якості прихильності до дитини.

Ряд психологів вказує на те, що емпатія є найважливішою детермінантою людських відносин (Є. Васильєва, Л. Виговська, О.Цветкова та інші).

Це становище актуальне й досі, тому дослідження впливу материнського ставлення на рівень прояву емпатії дівчат підліткового віку є однією з важливих та актуальних проблем сучасної психолого-педагогічної науки. Ця проблема набуває особливого сенсу в рамках засвоєння дитиною духовних та моральних цінностей, які за законами інтеріоризації-екстеріоризації трансформуються у властивості особистості та виявляються у відносинах з іншими людьми (Б. Ананьєв, Л. Виготський, В. Мясіщев С. Рубінштейн та інші).

Таким чином, обрана нами тема «**Вплив материнського відношення на рівень прояву емпатії дівчаток підліткового віку**» є цілком своєчасною, проте недостатньо вивченою.

Об'єкт дослідження: відносини як цілісна система індивідуальних, виборчих, свідомих зв'язків особистості з різними сторонами реальності.

Предмет дослідження: типи материнського відношення та рівні емпатії.

Мета дослідження: вивчити вплив материнського ставлення до рівня прояву емпатії дівчат підліткового віку.

Мета магістерського дослідження зумовила постановку таких завдань:

1. Провести теоретичний аналіз літератури з проблеми відносин, батьківсько-дитячих, материнських відносин, вивчити проблему емпатії у психології.
2. Визначити типи материнського відношення.
3. Виявити вплив материнського ставлення до рівня прояву емпатії дівчат підліткового віку.
4. Розробити корекційно-розвивальну програму, спрямовану на зміну материнського ставлення до підлітків.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що у роботі вперше:

- *уточнено* вікові особливості прояву емпатії у дівчаток залежно від характеру материнської взаємодії;
- *виявлено та обґрунтовано* наявність статистично-значущого зв'язку між позитивним материнським ставленням (прийняттям, підтримкою) та високим рівнем емпатії у дівчаток підліткового віку;
- *подальшого розвитку* набули уявлення про материнське ставлення як ключовий соціально-психологічний чинник розвитку емоційної сфери дитини.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні щодо того, що :

- а) існує вплив материнського відношення на рівень прояву емпатії дівчат підліткового віку;
- б) немає впливу материнського відношення на рівень прояву емпатії дівчаток підліткового віку.

Методологічна база дослідження: Вчення В. Мясіщева про те, що ставлення постає як цілісна система індивідуальних, виборчих, свідомих зв'язків особистості з різними сторонами об'єктивної реальності.

Вчення А. Варги та В. Століна про те, що батьківське ставлення розуміється як система різноманітних почуттів щодо дитини, поведінкових стереотипів, які практикуються у спілкуванні з нею, особливостей сприйняття та розуміння характеру та особистості дитини, її вчинків;

Вчення І. Юсупова про те, що емпатія – це розуміння внутрішнього світу іншої людини і емоційне залучення до її життя.

Для вирішення поставлених завдань використовувалися такі методи дослідження: теоретичні: аналіз психологічних та педагогічних джерел з досліджуваної проблеми; емпіричні: методика PARI (Е. Шефер, Р. Белл); методика діагностики рівня емпатичних здібностей (В.Бойко); інтерпретаційно-описові – кількісний та якісний аналіз отриманих даних з використанням математичної статистики.

Стисла характеристика вибірки досліджуваних. Дослідження проводилося на базі Херсонського навчально-виховного комплексу «Дошкільний навчальний заклад – загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів» № 15 Херсонської міської ради м. Херсона.

У дослідженні брала участь експериментальна група, сформована за такими критеріями:

1. Змістовний критерій (критерій валідності – підбір експериментальної групи визначається предметом та гіпотезою дослідження).

2. Критерій еквівалентності піддослідних (результати, отримані щодо експериментальної вибірки, поширюються на кожного її члена).

3. Критерій репрезентативності (критерій зовнішньої валідності – вся вибірка, що бере участь у експерименті, є частиною популяції, до якої ми можемо застосовувати дані, отримані в експерименті).

В експериментальну групу входило 60 осіб, поділених на дві підгрупи - групу матерів у складі 30 осіб та групу дочок у складі також 30 осіб. Віковий склад першої підгрупи варіювався від 35 до 42 років. Віковий склад другої групи – від 13 до 15 років.

Склад експериментальної групи набирався з учениць загальноосвітньої школи 7-9 класів та їхніх матерів.

Теоретична та практична значущість результатів дослідження.

Теоретична значущість роботи полягає в тому, що проведене дослідження

дозволяє розширити та уточнити знання про вплив материнського відношення на рівень прояву емпатії дівчат підліткового віку. Отримані дані роблять внесок у розробку проблеми батьківсько-дитячих, материнських відносин.

Надійність та достовірність даних, отриманих у роботі, забезпечується застосуванням стандартизованих методик, адекватних меті та об'єкту дослідження, методологічного апарату психологічної науки, кількісним та якісним аналізом емпіричного матеріалу.

Апробація результатів дослідження. Практична значимість роботи у тому, що результати, отримані у цьому дослідженні, можуть застосовуватися практичними психологами освітніх установ. Розроблена корекційно-розвивальна програма дозволяє змінити материнське ставлення до підлітків.

Структура магістерської роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (70 найменувань). У роботі представлено – 2 діаграми та 4 таблиці. Повний обсяг роботи – 82 сторінки, основний текст викладено на 76 сторінках.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОБЛЕМИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВІДНОСИН У ПСИХОЛОГІЇ

1.1. Відносини як предмет аналізу у психології

Ставлення до людей і різних видів діяльності становить суб'єктивний аспект відображення реальності та є результатом взаємодії особистості з навколишнім середовищем. У психологічній науці ставлення трактується як взаємозв'язок об'єктів та їхніх характеристик. Воно може проявлятися як між змінними об'єктами, явищами та властивостями (наприклад, будь-який закон відображає сутнісний зв'язок між явищами), так і у випадку визначеного незмінного об'єкта в системі його зв'язків з іншими об'єктами, явищами чи властивостями.

Процес формування усвідомленого ставлення до об'єкта пізнання та діяльності безпосередньо пов'язаний із розвитком усіх компонентів системи мотивації. Усвідомлення людиною власного ставлення до навколишнього світу породжує відповідні емоції та почуття, які, своєю чергою, виступають стимулом для активності та впливають на формування спрямованості особистості [2, с. 103].

Система відносин є багатогранною та різноманітною. Виокремлюють просторові, часові, причинно-наслідкові, внутрішні та зовнішні, логічні, математичні відносини, а також відносини форми і змісту, частини й цілого, одиничного та загального тощо.

Особливе місце посідають суспільні відносини, які відображають взаємозв'язки між соціальними суб'єктами та їхніми властивостями, що виникають у процесі спільної діяльності. Такі відносини класифікують залежно від сфери їх прояву: 1) на рівні соціальних спільнот — класові, національні, групові, сімейні; 2) у межах певних видів діяльності груп — виробничі, навчальні, відносини у творчих об'єднаннях, театральних колективах тощо; 3) на рівні взаємодії людей у групах — міжособистісні; 4) внутрішньоособистісні відносини — зокрема емоційно-вольові установки особистості щодо самої себе [62].

В. Мясищев сформулював одне з ключових положень психологічної теорії особистості. Науковець підкреслював, що система суспільних відносин, у яку людина включена від народження і протягом усього життя, визначає формування її суб'єктивного ставлення до різних аспектів дійсності. Саме система ставлень людини до навколишнього світу та до самої себе є більш специфічною характеристикою особистості, ніж такі її складові, як темперамент, характер чи здібності.

Розкриваючи зміст поняття «ставлення» у психології, В. Мясищев зазначав, що його психологічна сутність полягає в тому, що ставлення є однією з форм відображення людиною навколишньої реальності. Формування ставлень у структурі особистості здійснюється внаслідок свідомого відображення нею сутності об'єктивно існуючих суспільних відносин у межах макро- та мікросередовища, у якому вона перебуває.

Макро- та мікросередовище по-різному впливають на формування і прояв потреб, інтересів та схильностей людини. Вони функціонують у нерозривному взаємозв'язку з особливостями організму, передусім нервової системи, утворюючи в кожному конкретному випадку своєрідну суб'єктивну «призму», через яку індивідуально й неповторно заломлюються всі впливи, що діють на людину.

Сприйняття людиною навколишньої дійсності, а також процеси пам'яті, мислення, уяви й уваги, хоча й відображають характеристики об'єктивного світу, водночас завжди несуть на собі відбиток ставлення особистості до різних аспектів цього світу, невід'ємною частиною якого вона є [4, с. 56].

Зі змінами світу, в якому живе та діє людина, трансформуються її роль і становище в ньому. Як наслідок, зазнає змін сформована нею «картина світу», а також ставлення до різних явищ і сторін навколишньої реальності.

Не заперечуючи важливого значення діяльності, яку постійно здійснює людина, для її становлення як професіонала та майстра своєї справи, В. Мясищев водночас неодноразово наголошував, що сама по собі

діяльність — навчання, праця чи гра — може залишатися нейтральною щодо формування моральних і психічних якостей особистості. Це відбувається у випадках, коли між учасниками діяльності не формуються взаємини, що ґрунтуються на співтворчості, співпраці, взаємодопомозі та колективізмі, а також коли відсутні стосунки, які стимулюють моральну поведінку та вчинки [5, с. 67].

Спираючись на практичний досвід О. Макаренка, В. Мясищев підкреслював, що ізолювати особистість від системи відносин неможливо. На його думку, «дефективні» взаємини, у які включена людина, сприяють виникненню відхилень у процесі її формування. Натомість соціально та педагогічно здорові відносини забезпечують розвиток морально й психічно гармонійних якостей, які складають основу структури особистості.

Саме тому проблема розвитку особистості посідала центральне місце у науковій спадщині В. Мясищева, над якою він працював упродовж багатьох років. Учений вважав, що ставлення особистості — її інтереси, потреби та схильності — не є результатом лише абстрактних історичних умов. Насамперед вони формуються залежно від того, наскільки успішно людина взаємодіє з конкретним для неї соціальним середовищем і наскільки це середовище створює умови для прояву та розвитку її індивідуальності — як у предметній діяльності, так і в міжособистісній взаємодії [38, с. 22].

Окрім В. Мясищева, який трактував відносини як «цілісну систему індивідуальних, вибіркових, свідомих зв'язків особистості з різними сторонами об'єктивної дійсності» [40, с. 71], дослідженням проблеми відносин займався також Д. Леонтьєв. Учений розглядав відносини як певний психологічний конструкт, що «характеризує конкретний зміст, який мають для людини окремі об'єкти, явища, люди та їх класи» [32, с. 27]. На думку Д. Леонтьєва, джерелом виникнення відносин переважно виступає індивідуальний досвід, а вищими чинниками, які визначають значущість для людини тих чи інших подій, речей або людей, є її потреби та система цінностей.

Відомим є й визначення поняття «відносини», запропоноване С. Головіним, який розглядав їх як «суб'єктивну сторону відображення дійсності, результат взаємодії людини із середовищем» [29, с. 170]. Науковець також запропонував класифікацію відносин [29, с. 174]:

- на рівні соціальних спільнот — класові, національні, сімейні, групові;
- у межах груп, об'єднаних певною діяльністю, — виробничі, навчальні, театральні та ін.;
- на рівні взаємодії людей у групах — міжособистісні відносини;
- внутрішньоособистісні відносини — наприклад, емоційно-вольові установки людини стосовно самої себе тощо.

У межах даного дослідження ми спиратимемося на визначення відносин, запропоноване Д. Леонтьєвим, оскільки воно найбільш повно відображає сутність цього поняття. Саме в ньому чітко простежується багатоаспектність категорії «відносини», що визначається широким колом суб'єктів та об'єктів, які мають цінність для особистості.

Однією з найважливіших потреб людини та водночас значущою цінністю є спілкування з близькими людьми, насамперед із батьками. Для дитини потреба у взаємодії з батьками, передусім із матір'ю, є базовою та природною. Так, Б. Ельконін зазначав, що провідною діяльністю немовляти є інтимно-особистісне спілкування, а найважливішим дорослим у цей період виступає мати. У психологічній науці відомі випадки, коли діти, позбавлені від народження повноцінного контакту з матір'ю, демонстрували порушення психічного та особистісного розвитку.

Для батьків дитина також має особливе значення, оскільки через неї реалізується одна з фундаментальних людських потреб — потреба у продовженні роду. Взаємодія з дитиною дає можливість батькам передавати власний життєвий досвід і підтримувати цілісність сімейної системи взаємин.

Водночас, попри високу цінність батьківсько-дитячих відносин, вони не завжди формуються гармонійно. Учасники таких взаємин не в кожному

випадку отримують позитивний результат від взаємодії в межах цієї системи.

1.2. Аналіз батьківсько-дитячих відносин у психології

Вплив батьків на процес розвитку дитини є надзвичайно значущим. Дитячо-батьківські відносини являють собою сукупність взаємозв'язків між батьками та дітьми, а також передумов їх формування, тобто особливостей сімейного життя та взаємодії між усіма членами родини. Діти, які виховуються в атмосфері любові, підтримки та взаєморозуміння, зазвичай мають менше труднощів, пов'язаних зі здоров'ям, навчанням і спілкуванням із ровесниками. Натомість порушення дитячо-батьківських взаємин часто стає причиною виникнення психологічних проблем і внутрішніх конфліктів.

Гармонійні дитячо-батьківські відносини виступають важливим джерелом психологічного благополуччя особистості. Саме тому одним із першочергових завдань батьків є формування в дитини впевненості у тому, що її люблять, підтримують і піклуються про неї.

Особи, які виростили в атмосфері гармонійних сімейних взаємин, як правило, мають адекватну самооцінку та здатні конструктивно вибудовувати стосунки з іншими людьми. Психологи розглядають забезпечення благополуччя дитини та створення умов для формування здорової особистості як одну з найважливіших функцій сім'ї та дитячо-батьківських взаємин загалом [30, с. 46].

У сучасних умовах значну кількість українських сімей можна певною мірою віднести до категорії неблагополучних. Тривала війна та затяжна економічна криза призвели до того, що більшість родин опинилися у складному матеріальному становищі.

Сучасна сім'я є частиною системи суспільних взаємодій, тому соціально-економічні потрясіння, які відбуваються в державі, негативно впливають і на розвиток дитячо-батьківських відносин, не сприяючи їх

поглибленню та гармонізації.

Результати численних досліджень свідчать про те, що значна кількість батьків характеризується емоційно негативним ставленням до себе у ролі матері чи батька (80 % матерів і 60 % батьків). Аналіз основних труднощів у дитячо-батьківських взаєминах дозволив виокремити кілька груп причин, які умовно поділяються на три категорії: інтраіндивідуальні, інтеріндивідуальні та макросистемні.

Інтраіндивідуальні причини зумовлені біологічними особливостями дитини та пов'язані передусім із характеристиками її темпераменту, в основі якого лежать фізіологічні процеси. Інтеріндивідуальні причини стосуються особливостей сімейного виховання та відображають досвід взаємодії дитини з батьками, який може формуватися як на основі надійних, так і ненадійних взаємин. У першому випадку батьки чуйно реагують на потреби, емоції та переживання дитини, здатні передбачати наслідки її поведінки та підтримують віру у власні сили. У ситуації ненадійних взаємин батьки часто не розуміють емоційного стану дитини, проявляють роздратування та нервозність. Макросистемні причини пов'язані із соціокультурними умовами функціонування сім'ї. До них належать матеріальне становище родини, рівень освіти батьків, особливості внутрішньосімейних взаємин і сімейні культурні традиції [32, с. 111].

Найбільшого поширення в психології набула теорія прихильності, розроблена Д. Боулбі та М. Ейнсворт. Центральним поняттям цієї теорії є «внутрішня робоча модель», яка розглядається як нерозривна єдність уявлень людини про себе та про іншого. Дитина пізнає власне «Я» через ставлення до неї матері, а матір сприймається як джерело почуття захищеності, безпеки та емоційної підтримки. Первинно цей взаємозв'язок трактувався як система ставлення дитини до себе та до близького дорослого, який забезпечує їй відчуття стабільності та психологічного комфорту [33, с. 443].

У сучасних психологічних дослідженнях спостерігається зміщення

акценту з вивчення самосвідомості дитини на аналіз її поведінки, яка переважно описується через поняття соціальної адаптації та компетентності. Прихильність при цьому розглядається не лише як емоційне ставлення, а і як певна стратегія взаємодії дитини з батьками.

Дослідники підкреслюють наявність позитивного зв'язку між надійним типом прихильності та успішною шкільною адаптацією, а також гармонійною комунікацією у дитячо-батьківській діаді. У дослідженнях П. Кріттендера було доведено існування прямої залежності між поведінковими стратегіями школярів і підлітків та якістю їхньої прихильності до матері.

Окрім теорії прихильності, значної популярності у західній психології набули теоретичні моделі, запропоновані Д. Баумрінд та Р. Беллом.

Д. Баумрінд розробила класифікацію стилів батьківської поведінки, до якої включила три основні типи: 1) авторитетний; 2) авторитарний; 3) потуральний. У свою чергу, Р. Белл створив динамічну двофакторну модель батьківського ставлення, у межах якої один фактор характеризує емоційне ставлення до дитини — «прийняття-відкидання», а інший визначає стиль батьківської поведінки — «автономія-контроль». Кожна із зазначених позицій формується через взаємодію та взаємозалежність різних факторів. Незважаючи на те, що ці теоретичні моделі були розроблені понад 30 років тому, вони й сьогодні залишаються одними з найбільш змістовних концепцій, які дають ґрунтовний опис батьківського ставлення [37, с. 526].

Останнім часом одним із найбільш поширених напрямів дослідження дитячо-батьківських взаємин стали гендерні та кроскультурні дослідження. Результати наукових праць у цій сфері засвідчили, що кожному типу дитячого темпераменту відповідає певний стиль батьківської поведінки. Цікавими є дослідження статевих відмінностей батьківських стилів, проведені А. Расселом, які показали, що для матерів більш характерним є авторитетний стиль виховання, тоді як для батьків — авторитарний або потуральний. При цьому авторитарний стиль частіше зустрічається у батьків хлопчиків, а авторитетний — у батьків дівчаток.

Сім'я впродовж тривалого часу відіграє одну з провідних ролей у процесі формування особистості дитини. Водночас на кожному віковому етапі значення та вплив сім'ї змінюються й набувають специфічних особливостей [44, с. 51].

У підлітковому віці взаємини між батьками та дитиною переходять на якісно новий рівень. Особливості системи «сім'я — підліток» визначаються насамперед процесом формування та усвідомлення підлітком власної ідентичності, а також суттєвими змінами його мотиваційної сфери. У цей період у підлітка одночасно співіснують дві важливі потреби: прагнення до автономії, самовизначення та поваги, а також потреба у підтримці й відчутті належності до сімейного «ми».

Характер взаємин, що формуються між батьками та підлітком, а також сила їхнього впливу залежать від багатьох чинників. По-перше, важливу роль відіграють індивідуально-психологічні особливості підлітка, які сформувалися внаслідок взаємодії генетичних факторів, успадкованих від батьків і предків, та умов середовища. По-друге, значення мають сімейні чинники: психологічний клімат у родині, що включає емоційні, рольові та комунікативні аспекти взаємин, психосоціальні характеристики батьків, стиль сімейного виховання, взаємини з братами й сестрами, соціальний та матеріальний статус сім'ї, рівень освіти батьків тощо. По-третє, необхідно враховувати і власну активність самого підлітка. Він не є лише об'єктом виховання, а активно осмислює сімейні взаємини та власне місце в них, формує ставлення до родини та самого себе. Соціальний досвід, отриманий у сім'ї, активно переробляється підлітком і стає основою індивідуалізації його особистості (А. Реан, Я. Коломенський) [44, с. 53].

Протягом усього процесу дорослішання батьки залишаються для дитини надзвичайно значущими людьми, виконуючи при цьому різні функції. Передусім вони є джерелом емоційної підтримки й тепла, без яких дитина почувається незахищеною та безпорадною.

Крім того, батьки виступають директивною інстанцією, тобто

розпорядниками життєвих благ, системи заохочень і покарань.

Також вони є прикладом для наслідування, уособленням певних особистісних якостей та моделлю взаємодії з іншими людьми.

Окрім цього, батьки виконують роль джерела знань, життєвого досвіду, друзів і порадників у вирішенні складних життєвих ситуацій. У процесі дорослішання дитини співвідношення цих функцій та їх психологічне значення поступово змінюються [44, с. 57].

Проблематика дитячо-батьківських взаємин залишається актуальною протягом усього розвитку психологічної науки та практики. У вітчизняній психології дослідження, присвячені дитячо-батьківським відносинам, переважно мають прикладний характер і здебільшого розглядаються в межах психотерапевтичного підходу.

Значний внесок у розвиток уявлень про специфіку взаємин між дітьми та батьками зробила теорія класичного психоаналізу.

Так, в епігенетичній концепції Е. Еріксона наголошується, що взаємини між батьками та дитиною характеризуються подвійною інтенцією, яка поєднує чутливу турботу про потреби дитини з довірою до неї як до особистості. З одного боку, батьки мають захищати дитину від небезпек навколишнього світу, а з іншого — надавати їй певний рівень свободи. Своєю чергою, дитина прагне встановити баланс між батьківськими вимогами та власною ініціативністю [48, с. 200].

Відповідно до поглядів З. Фрейда та А. Фрейд, мати для дитини виступає, з одного боку, першим і найважливішим джерелом задоволення та першим об'єктом лібідо, а з іншого — першим «контролером» і носієм певних правил та обмежень [58, с.115]. З. Фрейд підкреслював важливість поступового відокремлення дитини від батьків, вважаючи цей процес необхідною умовою її соціального становлення та благополуччя.

Особливість батьківського ставлення полягає також у тому, що воно постійно трансформується відповідно до віку дитини та супроводжується поступовим психологічним відокремленням дітей від батьків. У

психологічній науці детально розроблена проблема періодизації психічного розвитку дитини (Л. Виготський, Д. Ельконін, М. Лісіна та ін.). Було доведено, що з віком змінюються мислення дитини, провідний вид діяльності, особливості взаємодії з дорослими та однолітками, а також форми спілкування з навколишніми.

Очевидно, що разом із розвитком дитини має змінюватися і ставлення батьків до неї. Взаємини, які були прийнятними в ранньому дитинстві, можуть виявитися неефективними або неприйнятними для трирічної дитини, дошкільника чи підлітка.

У працях М. Лісіної та її послідовників було доведено, що спілкування з дорослими є провідним чинником психічного розвитку дитини, зокрема формування її самосвідомості та особистості. У процесі взаємодії з дорослим у дитини формуються образ іншої людини та образ самої себе, які виступають складними афективно-когнітивними структурами, що відображають розвиток самосвідомості та самооцінки. Образ себе формується на основі досвіду взаємодії дитини з предметним, природним і соціальним середовищем, які в сукупності визначають зміст її психічного розвитку та систему ставлень до світу, тобто особистість загалом.

О. Смирнова, аналізуючи специфіку батьківсько-дитячих взаємин, зазначає, що, по-перше, вони характеризуються високою емоційною значущістю як для дитини, так і для батьків. По-друге, для цих взаємин властива амбівалентність. По-третє, особливості батьківського ставлення змінюються залежно від віку дитини [57, с. 190].

У психологічній науці розроблено класифікацію батьківсько-дитячих взаємин [57, с. 196]:

1.«Позитивний інтерес». Такий тип взаємин ґрунтується на психологічному прийнятті дитини та ставленні до неї як до особистості, яка потребує постійної уваги, підтримки, допомоги й турботи, оскільки ще не здатна повною мірою самостійно справлятися з життєвими труднощами. За такого стилю виховання батьки заохочують дитину звертатися по допомогу

у складних ситуаціях чи конфліктах, але водночас обмежують її самостійність. Крім цього, простежується тенденція до потурання, коли батьки прагнуть виконувати практично всі бажання дитини та постійно підлаштовуються під її потреби.

2.«Директивність». Для цього типу характерний жорсткий батьківський контроль і схильність до використання влади, що базується на власних амбіціях. Такі батьки не схильні приймати чи враховувати думку дитини. Вони переважно орієнтуються на суворі методи покарання, вважаючи, що завжди мають рацію, тоді як дитина ще не здатна правильно оцінювати ситуацію.

3.«Ворожість». Цей тип взаємин проявляється у недовірливому ставленні до сімейного оточення та емоційному дистанціюванні від членів родини, зокрема від дітей. Підозрілість, прагнення відмежуватися від соціальних норм і тенденція до самозвеличення нерідко призводять до психологічного віддалення батьків від власних дітей.

4.«Автономність». Автономний стиль взаємин передбачає заперечення залежності від дитини, її потреб та емоційного стану. Батьки уникають проявів турботи й опіки щодо дітей. Підлітки зазвичай сприймають такі взаємини як поблажливі та недостатньо вимогливі. Батьки рідко висловлюють заохочення чи зауваження та приділяють мінімальну увагу процесу виховання.

5.«Непослідовність». Під непослідовністю у вихованні розуміють різкі зміни стилю батьківської поведінки: від надмірної суворості до ліберальності або навпаки — від емоційного прийняття дитини до її психологічного відторгнення.

Також дослідники виокремлюють основні функції батьківсько-дитячих взаємин [5, с. 198]:

Виховна функція. У процесі взаємодії між батьками та дитиною відбувається передача соціального і культурного досвіду від старшого покоління молодшому. Водночас цей процес має взаємний характер,

оскільки дорослі також можуть переймати від дітей нові способи мислення, творчий підхід та інші особливості сприйняття світу.

Розвивальна функція. Л. Виготський довів провідну роль дорослого у психічному розвитку дитини. Батьки виступають не лише середовищем розвитку, а й важливим засобом формування особистості дитини.

Емоційна функція. Потреба людини у спілкуванні реалізується через взаємодію між батьками та дитиною, що сприяє виникненню відчуття емоційного задоволення, підтримки та власної значущості.

Соціальна функція. Народження дитини закріплює за подружжям соціальний статус батьків, а взаємодія з дитиною відкриває для дорослих нові сфери соціальної активності: освітнє середовище, комунікацію з однолітками дитини, медичний супровід, організацію дозвілля та інші аспекти соціального життя [5, с. 201].

Отже, специфіка батьківського ставлення полягає у його подвійності та внутрішній суперечливості. З одного боку, воно базується на безумовній любові, емоційній близькості та глибокому психологічному зв'язку з дитиною, а з іншого — передбачає об'єктивне оцінювання та спрямованість на формування соціально прийнятних форм поведінки. Поєднання цих двох протилежних складових є характерним не лише для батьківсько-дитячих взаємин, а й для міжособистісних відносин загалом.

Особливість і внутрішня суперечливість батьківського ставлення проявляється у високій емоційній напруженості обох зазначених аспектів. Відповідальність за майбутнє дитини та занепокоєння її розвитком формують оцінну позицію батьків, посилюють контроль за поведінкою дитини й нерідко перетворюють її на об'єкт виховного впливу [17, с. 66].

Специфіка батьківсько-дитячих взаємин визначається також їх багаторівневістю та взаємною зумовленістю. Батьки виступають основним засобом розвитку дитини. Саме через механізми інтеріоризації дитина засвоює соціальний і культурний досвід, проходячи процес дорослішання та становлення особистості. У свою чергу, дитина є важливою об'єднувальною

ланкою сім'ї, допомагаючи батькам реалізовувати потреби в емоційній підтримці, любові, спілкуванні та набутті соціального статусу матері чи батька.

Батьківсько-дитячі взаємини, поряд із подружніми стосунками, становлять основу сімейного життя та виконують важливу соціальну функцію. Вони сприяють особистісному розвитку обох учасників взаємодії та розширюють сферу соціальних контактів і можливостей як для батьків, так і для дітей.

1.3. Вивчення материнського ставлення до дитини в психології

Проблема дослідження материнських взаємин зумовлена особливою роллю матері у психічному розвитку дитини. Навколишній світ відкривається дитині через взаємодію з дорослим і передусім постає як система міжособистісних людських відносин. З. Фрейд вважав, що саме мати є для дитини джерелом переживання задоволення та першим об'єктом сексуального вибору [22, с. 77].

Визнання визначальної ролі матері або близького дорослого у психічному розвитку дитини актуалізує питання про те, яким чином материнська поведінка впливає на формування особистості. Одним із перших гіпотезу гармонійної взаємодії середовища та ранніх інтрапсихічних процесів висунув Д. Віннікотт. Учений запропонував розглядати на ранніх етапах онтогенезу не окремо матір і дитину, а цілісну систему «мати — дитина». Через безпорадність немовляти та його повну залежність від матері вони фактично становлять єдине ціле.

Мати не лише забезпечує фізичний і тілесний розвиток дитини, а й, реалізуючи функцію підтримки та тілесного контакту, сприяє процесу персоналізації — становленню дитячого «Я», відокремленню суб'єкта від середовища та формуванню автономної особистості. Формування власного

«Я» відбувається шляхом переходу від абсолютної залежності до відносної самостійності та автономії. Механізмом цього процесу виступає реалізація дитиною оніпотентних бажань і первинної агресії у взаємодії з матір'ю чи близьким дорослим. Терпиме ставлення до проявів агресії, турбота про дитину, задоволення її потреб та підтримувальна поведінка матері створюють умови для гармонійного психічного розвитку [42, с. 4].

Суттєвою умовою успішності цього процесу є поведінка та позиція матері. Д. Віннікотт розглядав здатність матері створювати сприятливе середовище для розвитку дитини як природну властивість жінки. На його думку, мати повинна довіряти власній інтуїції та діяти спонтанно, оскільки надмірне навчання може лише перешкоджати реалізації цієї природної здатності. Любов, турбота, тепло та шанобливе ставлення до дитини формують атмосферу довіри й стимулюють її самостійну активність та саморозвиток. Саме завдяки психоаналітичному підходу проблема дитячо-батьківських взаємин, особливостей материнського догляду та стилів виховання посіла центральне місце у вивченні закономірностей розвитку особистості в дитячому віці. Особливості материнської та батьківської любові, а також позиція обох батьків у процесі виховання визначають не лише індивідуальну траєкторію розвитку дитини, а й виступають важливою умовою нормативного та гармонійного розвитку особистості [27, с. 8].

У вирішенні питання щодо природи материнської любові та материнської позиції можна виокремити два основні підходи — еволюційно-біологічний (Дж. Боулбі, Д. Віннікотт) і культурно-історичний (М. Лісіна, Г. Філіппова).

Відповідно до еволюційного підходу, материнська любов має природні та біологічні передумови, є вродженою характеристикою жінки й не потребує додаткового пояснення. З позиції біологічної перспективи батьківська поведінка розглядається як запрограмована природою. Людське немовля є найбільш безпорадним серед живих істот та найменш пристосованим до самостійного існування після народження. Його

виживання безпосередньо залежить від турботи батьків. Відомо, що саме мати історично виступала первинним і головним близьким дорослим, який забезпечував дитині догляд, захист і підтримку.

Унікальність материнської позиції у реалізації батьківського піклування пояснюється тим, що мати, на відміну від батька, найбільш повно реалізує репродуктивну функцію саме через стабільний і тісний зв'язок із дитиною. Це зумовлюється впевненістю жінки у власному материнстві, коротшим порівняно з чоловіками репродуктивним періодом, значними енергетичними затратами під час вагітності та пологів, а також тривалішими інтервалами між народженням дітей [39, с. 704].

Дж. Боулбі стверджував, що збереження материнського інстинкту в процесі еволюції, попри втрату людиною багатьох інших інстинктивних форм поведінки, пов'язане з його винятковим значенням для збереження людського роду.

Важливу роль у формуванні материнської поведінки, спрямованої на догляд і турботу про немовля, відіграють гормональні зміни, пов'язані з вагітністю та лактацією, зокрема окситоцин. Наприклад, підвищений рівень окситоцину сприяє значним психологічним змінам, які забезпечують готовність жінки до догляду за дитиною: підвищенню спокою, толерантності до стресу та монотонної діяльності.

Також висловлюється припущення щодо існування критичного періоду імпринтингу у формуванні материнської любові та прихильності до немовляти, коли певні «ключові стимули» активізують вроджену програму догляду, турботи й емоційної прив'язаності матері до дитини. Проте існують дані, які свідчать, що прийомні батьки, які не проходили період імпринтингу, також здатні формувати надійний позитивний емоційний зв'язок із прийомними дітьми [36, с. 21].

У межах культурно-історичного підходу материнство розглядається як соціальний інститут, що змінюється та розвивається протягом історії людства. Е. Бадінтер зазначала, що поняття «материнська любов» у різні

історичні епохи наповнювалося різним змістом. Значущість ролей дружини, матері та незалежної жінки змінювалася залежно від історичного періоду. Материнство постає як одна із соціальних ролей жінки, тому формування материнської позиції та відповідної моделі поведінки визначається цінностями, нормами, традиціями та установками культури суспільства. Історії людства відомі абсолютно протилежні приклади материнської поведінки — від повної самопожертви до нехтування материнськими обов'язками [36, с. 22].

У сучасному суспільстві спостерігається зростання рівня соціального сирітства — ситуації, коли дитина позбавлена належної опіки та піклування за наявності живих батьків. Дедалі частіше фіксуються випадки відмови матерів від дітей, продажу дітей, примушування їх до асоціальної діяльності (жебрацтва, проституції, крадіжок тощо), жорстокого поводження та фізичного насильства. Для позначення подібної поведінки навіть з'явився спеціальний термін — «материнство, що ухиляється». Подібні явища ставлять під сумнів твердження про суто вроджену інстинктивну природу материнства та значною мірою підтверджують положення культурно-історичного підходу.

Материнська позиція формується як результат засвоєння жінкою соціокультурного досвіду материнства. Вона розвивається у процесі догляду за дитиною та її виховання, визначається культурними особливостями суспільства, а також дитячими спогадами матері про виховання у власній сім'ї. Розвиток материнства детермінується як природженими передумовами (психофізіологічними та гормональними механізмами), так і активною діяльністю самої жінки та існуючими у культурі «ідеальними моделями материнства», які задають зразки рольової поведінки матері. Наприклад, формування емоційного прийняття дитини значною мірою залежить від ставлення жінки до вагітності та її орієнтації на культурно визначені форми материнської поведінки. Відомо, що у жінок, які під час вагітності думають про майбутню дитину, розмовляють із нею та

емоційно включаються у взаємодію, значно швидше формується емоційний зв'язок із дитиною після народження.

Водночас було б помилковим повністю ігнорувати біологічні передумови формування материнської позиції. М. Мід, досліджуючи ритуали та традиції виховання дітей у первісних культурах, дійшла висновку, що материнська прихильність і турбота значною мірою зумовлені органічними умовами зачаття, вагітності, пологів та грудного вигодовування. Однак соціальні норми та установки можуть деформувати материнське ставлення. Наприклад, у суспільствах із жорсткими вимогами щодо законнонародженості мати позашлюбної дитини могла залишити її напризволяще або навіть позбавити життя.

У процесі становлення батьківства виділяють декілька основних етапів: прийняття рішення про народження дитини, вагітність, період формування батьківства, стадію зрілого батьківства та етап «побудови», який передбачає реалізацію ролей бабусь і дідусів (В. Міллер) [45, с. 61].

У концепції Е. Фромма материнська та батьківська любов розглядаються як феномени, що мають різну природу, походження, способи прояву та неоднаковий вплив на розвиток дитини.

Материнська любов є одним із найважливіших і найвищих людських почуттів. Як і будь-яке інше почуття, вона характеризується стійкістю, тривалістю та предметною спрямованістю, де предметом виступає дитина та її благополуччя [12, с. 76].

У різних людей емоції та почуття проявляються по-різному, і це повною мірою стосується материнської любові. Більшість матерів готові присвячувати себе дітям та жертвувати власними інтересами заради їхнього добробуту. Існує чимало прикладів, коли жінки відмовляються від кар'єри чи особистого життя та повністю присвячують себе догляду за дітьми, зокрема дітьми з інвалідністю, проявляючи глибоку прив'язаність і справжню самопожертву навіть у надзвичайно складних життєвих умовах. Для більшості жінок материнство, турбота про дітей і життя поруч із ними

є важливою потребою. Вони прагнуть бачити, як за їхньої підтримки та участі зростають і розвиваються нові особистості.

Почуття материнської любові формується на основі материнського інстинкту, притаманного і тваринам. Проте саме як усвідомлене почуття материнська любов є властивою лише людині. Водночас багато жінок, які усиновили дитину та сприймають її як рідну, здатні переживати не менш сильні та глибокі почуття, ніж біологічні матері. Форми прояву материнської любові значною мірою залежать від індивідуально-психологічних особливостей жінки — її характеру, темпераменту, вольових якостей, соціального досвіду, а також умов власного виховання та наявності чи відсутності материнської турботи у дитинстві [15, с. 79].

Врівноважені та психологічно зрілі матері, які самі вирости в гармонійній сімейній атмосфері, зазвичай здатні поєднувати любов до дитини з розумною вимогливістю. Вони будують виховний процес таким чином, щоб дитина постійно відчувала увагу, ніжність, турботу та підтримку, але водночас мала свободу вибору, відповідну до свого віку, і поступово привчалася до відповідальності без надмірних чи непосильних вимог.

Саме така форма любові створює основу для успішного розвитку дитини в майбутньому. Люди, які вирости в гармонійній сім'ї, зазвичай мають адекватну самооцінку, здатні вибудовувати конструктивні взаємини з оточенням і створювати гармонійні стосунки у власній сім'ї [33, с. 477].

Однак будь-яке почуття може мати як позитивне, так і негативне спрямування.

Почуття, які набувають надмірної сили та підпорядковують собі інші переживання й мотиви людини, називають пристрастями.

Головною ознакою пристрасті є її всепоглинаючий характер та поєднання емоційного і вольового компонентів. Пристрасть змушує людину повністю зосереджуватися на об'єкті своїх переживань, тоді як усе інше відходить на другий план і втрачає значущість. Якщо материнська любов

набуває форми пристрасті, вона може ставати надмірною, нерациональною та нездоровою. Таке ставлення часто визначають як «сліпу» любов. Незважаючи на різні форми її прояву, у їх основі завжди лежать надмірність, перебільшення та певний егоцентризм [21, с. 69].

«Сліпа» материнська любов проявляється у прагненні матері до виключного володіння дитиною. Вона ревнує її до інших людей і не здатна прийняти думку про те, що дитина може любити ще когось. Мати намагається будь-якою ціною забезпечити дитину всіма можливими життєвими благами. У відповідь на критику такі жінки зазвичай стверджують, що діють виключно заради добра своєї дитини. У подібному випадку материнська любов починає виправдовувати будь-які засоби досягнення мети, зокрема прагнення до матеріального забезпечення, яке вважається особливо важливим. Іноді ці засоби можуть бути нечесними або шкодити іншим людям. Такі матері нерідко висловлюють у присутності дитини установки на кшталт: «Головне, щоб у тебе все було, а решта не має значення» або «У житті не можна надто зважати на інших, інакше нічого не досягнеш» [23, с. 49].

Дитина надзвичайно тонко сприймає особистість свого вихователя, його життєві установки, ставлення до людей і до навколишнього світу. Саме тому, подорослішавши, вона часто відтворює ті принципи та моделі поведінки, які були засвоєні ще в дитячому віці. У майбутньому літня мати може стати для дорослої дитини лише однією з «інших» людей, попри те, що все життя прагнула робити для неї лише добро.

Мати, яка любить дитину так званою «сліпою» любов'ю, переконана, що краще за всіх знає, що саме потрібно її дитині. Вона не чекає, поки проявляться здібності, інтереси чи нахили дитини, не враховує її індивідуальність і не вважає за потрібне радитися з нею, оскільки наперед упевнена у власній правоті. Подібна поведінка часто характерна для жінок, які самі пережили складне дитинство. Нерідко така мати не бажає народжувати другу дитину, прагнучи, щоб уся увага та блага належали лише

єдиній дитині. Вона також самостійно обирає для дитини друзів, орієнтуючись на власні уявлення про те, хто може позитивно впливати або бути корисним [35, с. 466]. У результаті, не усвідомлюючи цього, мати позбавляє дитину можливості мати братів і сестер, а також будувати справжні дружні взаємини.

Мати переносить на дитину власну систему цінностей, орієнтовану переважно на здобуття матеріальних благ, але при цьому нерідко забуває передати цінність праці, взаєморозуміння, теплих людських стосунків і духовної близькості, завдяки яким людина відчувається щасливою та захищеною. У результаті часто трапляється так, що для матері, яка намагалася дати дитині «все», не знаходиться місця у життєвих пріоритетах уже дорослого сина чи доньки. Отже, як надмірність любові, так і її дефіцит можуть негативно впливати на особистісний розвиток дитини.

Водночас існують жінки, у яких материнські почуття виражені недостатньо або взагалі відсутнє бажання мати дітей. Вони пояснюють це різними причинами: відсутністю належних житлових умов, матеріальною нестабільністю, значними фінансовими витратами на виховання дитини тощо [39, с. 706].

Певною мірою такі аргументи є виправданими, особливо в умовах сучасної соціальної нестабільності. Багато жінок бояться народжувати дітей через неготовність брати на себе відповідальність за їхнє життя та майбутнє. Для деяких із них характерні егоцентризм, недостатньо сформоване почуття відповідальності та нездатність до глибокої емоційної прихильності. Дитина в такому випадку сприймається як перешкода для здобуття освіти, професійного розвитку, кар'єрного зростання чи самореалізації. Жінка починає асоціювати материнство з побутовими обмеженнями, постійними хвилюваннями, шумом і безладом. Крім того, виникає страх втрати фізичної привабливості, оскільки сучасні соціокультурні стандарти краси та стрункості нерідко сприймають материнство як загрозу ідеалу зовнішньої досконалості. Деякі жінки також убачають у народженні дітей небезпеку

для власної внутрішньої рівноваги.

Такі жінки часто бояться сильних почуттів і близьких емоційних зв'язків, особливо якщо раніше переживали втрату любові або емоційне розчарування. Вони вважають, що народження дитини призведе до постійних переживань за її життя, невдачі та проблеми. На їхню думку, батьки жертвують собою заради дітей, а згодом можуть залишитися без вдячності та підтримки.

Існують також жінки, які не прагнуть материнства через негативний досвід власного дитинства або внаслідок психосексуальних проблем, з якими їм не вдалося впоратися [56, с. 39].

Однак значно складнішою є ситуація, коли жінка народжує дитину, але почуття материнської любові так і не формується. Саме в таких випадках виникає проблема девіантного материнства. До цього явища належать як випадки відмови від дітей, відкритого нехтування ними та жорстокого поводження, так і проблеми у взаєминах між матір'ю та дитиною, які негативно впливають на емоційне благополуччя дитини та перешкоджають її гармонійному психологічному розвитку [58, с. 70].

Дослідження Д. Віннікотта, М. Лісіної та Г. Пилипової доводять важливість позитивної взаємодії між матір'ю та дочкою. Для дівчинки мати виступає моделлю жіночності та материнства. Дитина переймає особливості поведінки матері, її мовлення, способи взаємодії та переносить їх у власну поведінку. Водночас, як зазначає М. Лісіна, у процесі дорослішання між дитиною та матір'ю поступово виникає певне дистанціювання, що є природним проявом прагнення до самостійності. Найчастіше це відбувається у підлітковому віці та супроводжується появою власних інтересів, режиму дня, друзів і незалежних поглядів. У цей період існує ризик емоційного відчуження та прагнення підлітка протиставити себе оточенню. Для запобігання таким проявам надзвичайно важливими є розуміння батьками закономірностей дорослішання дитини та вміння правильно реагувати на ці процеси.

Отже, можна стверджувати, що для дівчинки мати спочатку виступає головним зразком статеворольової ідентифікації. Однак через тісний емоційний симбіоз із матір'ю, характерний для раннього віку, дівчатка часто стикаються з труднощами формування власного «Я». Це проявляється у необхідності подолання симбіотичного зв'язку та поступового психологічного відокремлення від матері.

У першому розділі в результаті аналізу наукової літератури, присвяченої проблемам відносин, батьківсько-дитячих взаємин та взаємин між матерями і дочками, було встановлено, що відносини являють собою «цілісну систему індивідуальних, вибіркових, свідомих зв'язків особистості з різними сторонами об'єктивної дійсності»; батьківсько-дитячі взаємини є сукупністю взаємозв'язків між батьками та дітьми, а також умов сімейного життя та взаємодії її членів; специфіка таких взаємин полягає у їх багаторівневості та взаємній зумовленості. Батьки виступають основним інструментом розвитку дитини, а через механізми інтеріоризації відбувається засвоєння нею соціального та культурного досвіду, що забезпечує процес дорослішання [50, с. 65].

Дитина є важливим чинником зміцнення сім'ї, задоволення потреб батьків у любові, емоційній підтримці, спілкуванні та набутті соціального статусу матері чи батька. Для доньки мати виступає моделлю жіночої та материнської поведінки.

Особливості поведінки матері, її мовлення та вчинки засвоюються дитиною та відображаються у її власній поведінці. Разом із тим, як підкреслює М. Лісіна, у процесі дорослішання дитина природно прагне до самостійності, що супроводжується певним психологічним віддаленням від матері. Найчастіше це спостерігається у підлітковому віці, коли з'являються власні інтереси, друзі, навички та спосіб життя. Саме в цей період виникає небезпека емоційного відторгнення та прагнення протиставити себе іншим. Щоб уникнути подібних труднощів, батькам необхідно розуміти особливості процесу дорослішання дитини та володіти навичками

конструктивної взаємодії з нею [41, с. 36].

РОЗДІЛ 2.

ОСОБЛИВОСТІ ВИВЧЕННЯ ЕМПАТІЇ У ПСИХОЛОГІЇ

2.1. Теоретичні підходи до вивчення поняття емпатії у психології

Емпатія (від грец. *empathēia* — співпереживання) трактується як здатність розуміти емоційний стан іншої людини, проникати у її внутрішній світ та відчувати її переживання.

Поняття «емпатія» було введене Е. Тітченером, який узагальнив ідеї, що розвивалися у філософській традиції щодо симпатії, поєднавши їх із теоріями вчування Е. Кліффорда та Т. Ліппса. Основою емпатії виступають емоційна чутливість та інтуїтивне сприйняття, однак важливе значення у цьому процесі має також раціональне осмислення та інтелектуальне розуміння іншої людини.

Проблематика емпатії досліджувалася багатьма науковцями, серед яких В. Бойко, К. Роджерс, А. Орлов, Н. Епштейн та інші. Згідно з визначенням Б. Мещерякова, емпатія — це «внутрішньораціональне пізнання людиною внутрішнього світу інших людей» [36, с. 24]. І. Кондаков розглядає емпатію як «здатність людини до мимовільного переживання тих емоцій, які виникають в іншій людині в процесі спілкування з нею» [29, с. 114].

Категорія емпатії активно використовується у різних напрямках сучасної психології, однак найбільш ґрунтовно вона досліджується в гуманістичній та позитивній психології.

У межах гуманістичної психології емпатія розглядається як основа позитивних міжособистісних взаємин. К. Роджерс визначав її як «точне сприйняття внутрішнього світу іншої людини та пов'язаних із ним емоцій і смислів так, ніби сприймаючий сам є цією людиною, але без втрати цього «ніби»» [50, с. 32].

У позитивній психології емпатія трактується як одна з найвищих

людських якостей поряд із мужністю, оптимізмом, вірою та іншими позитивними рисами. При цьому виокремлюється емпатійність як властивість особистості, що може мати когнітивний характер (здатність розуміти та передбачати), афективний характер (здатність емоційно відгукуватися) та активно-діяльнісний характер (здатність до співучасті й допомоги).

Серія досліджень Д. Бетсона [24, с. 111] та його колег переконливо довела, що переживання емпатії, пов'язане з турботою про благополуччя іншої людини, сприяє формуванню альтруїстичної мотивації, метою якої є покращення стану іншого. Отже, почуття емпатії до людини, яка потребує допомоги, стимулює прагнення підтримати її.

Прояви емпатії спостерігаються вже на ранніх етапах онтогенетичного розвитку. Наприклад, немовля може почати плакати у відповідь на плач іншої дитини, яка знаходиться поруч, при цьому в нього також прискорюється серцебиття. Така реакція є одним із найперших проявів емпатійного реагування — недиференційованого співпереживання, коли дитина емоційно реагує на стан іншого. Науковці не дійшли одностайної думки щодо того, чи є емпатія вродженою властивістю, чи формується у процесі розвитку, однак її рання поява в онтогенезі не викликає сумнівів.

Існують дослідження, які свідчать, що умови виховання значною мірою впливають на розвиток емпатії. Зокрема, якщо між батьками та дітьми встановлюються теплі емоційні взаємини, а дорослі звертають увагу дитини на те, як її поведінка впливає на інших людей, то така дитина з більшою ймовірністю буде виявляти емпатійність у спілкуванні з оточенням порівняно з тими дітьми, які не мали подібного досвіду виховання [24, с. 121].

Емпатія як раціонально-емоційно-інтуїтивна форма відображення дійсності виступає тонким механізмом проникнення у психоемоційний простір іншої людини. Завдяки емпатії долається своєрідний психологічний

«захисний бар'єр» партнера по спілкуванню, що стає можливим за умови відкритості до співучасті та співпереживання.

Розуміння причин і наслідків поведінки іншої людини означає усвідомлення того, чому, коли, з якою метою та у взаємодії з ким вона говорить, діє, мислить, сприймає, запам'ятовує чи прагне реалізувати свої інтереси, потреби та здібності.

Прогнозування поведінки іншої людини передбачає розуміння того, як, коли, чому і з якою метою вона може діяти, висловлюватися чи реалізовувати власні мотиви, бажання та потреби.

У психологічній науці як окремі форми емпатії виокремлюють співпереживання — переживання людиною тих самих емоційних станів, які відчуває інший, через ототожнення з ним, та співчуття — переживання власних емоцій щодо почуттів іншої людини.

Важливою особливістю емпатії, що відрізняє її від інших форм розуміння (ідентифікації, прийняття ролі, децентрації тощо), є недостатньо виражена рефлексивна складова та її зосередженість у межах безпосереднього емоційного досвіду [20, с. 95].

При цьому необхідно підкреслити одну з ключових характеристик емпатії. Володіти емпатією означає сприймати суб'єктивний світ іншої людини так, ніби сам сприймаючий є цією людиною. Це передбачає здатність переживати її біль чи радість так, як переживає їх вона сама, розуміти її ставлення до причин цих переживань, але водночас не втрачати усвідомлення умовності такого ототожнення — «ніби».

Саме цей аспект є надзвичайно важливим у зв'язку з певною абсолютизацією ролі емпатії, що спостерігається останнім часом.

Для того щоб поставити себе на місце іншої людини, необхідно мати достатнє уявлення про неї, сформувати певну внутрішню модель її особистості. Лише за цієї умови можна уникнути помилки перенесення власних стереотипів та уявлень на іншу людину [26, с. 158].

Якщо поняття співпереживання вже давно є звичним для

психологічної науки, то емпатія як здатність бачити світ очима іншої людини лише відносно нещодавно почала активно використовуватися у філософських і психологічних дослідженнях. Співпереживання та емпатія не є тотожними поняттями. Співпереживання передбачає емоційне включення у стан іншої людини, особливо коли йдеться про її горе чи страждання, і супроводжується жалістю або співчуттям. Емпатія ж полягає насамперед у здатності зрозуміти іншу людину та подумки проникнути у її внутрішній світ.

Очевидно, що співучасть і співпереживання не є основною функцією емпатії, а виступають лише емоційними засобами досягнення глибшого розуміння іншої особистості.

Потреба в емпатії виникає тоді, коли необхідно виявити, зрозуміти або передбачити індивідуальні особливості іншої людини та надалі впливати на неї у певному напрямі. У цьому сенсі емпатія є цінним інструментом пізнання людської індивідуальності, а не лише здатністю демонструвати співчуття чи співпереживання [29, с. 82].

Емоційний компонент емпатії пов'язаний із розумінням іншої людини через власний емоційний досвід, за допомогою емоційних асоціацій і перенесення переживань. Людина співвідносить поведінку та стани іншого зі своїми власними реакціями: як би вона сама почувалася, реагувала, оцінювала чи переживала подібну ситуацію.

Інтуїтивний аспект емпатії полягає у підсвідомому опрацюванні інформації про партнера по спілкуванню. Узагальнення та висновки щодо іншої людини формуються без прямої участі логічного аналізу, а ґрунтуються на неусвідомленому порівнянні з попереднім життєвим досвідом.

У психологічній науковій літературі (В. Дружинін, В. Зінченко, Р. Немов, Б. Мещеряков та ін.) виділяють декілька видів емпатії: емоційну — що базується на механізмах проєкції та наслідування моторних і афективних реакцій іншої людини; когнітивну — яка ґрунтується на інтелектуальних

процесах, зокрема порівнянні та аналогії; предикативну — що проявляється у здатності передбачати емоційні реакції партнера у певних ситуаціях; естетичну — пов'язану з переживанням художнього образу; егоцентричну — коли співпереживання фактично зосереджене на власних переживаннях людини; гуманістичну — спрямовану на щире співпереживання іншій людині, а також інші види емпатії [29, с. 31].

Т. Гаврилова на основі проведених досліджень довела, що різні форми емпатії ґрунтуються на чутливості людини як до власного внутрішнього світу, так і до переживань інших людей. Особи з високим рівнем емпатійності, як правило, проявляють інтерес до інших, характеризуються емоційною пластичністю, відкритістю та оптимістичністю. Натомість для людей із низьким рівнем емпатійності характерні труднощі у встановленні контактів, інтровертованість, ригідність та егоцентризм. Емпатія як механізм формування міжособистісних взаємин сприяє їх розвитку та стабілізації, а також дає можливість підтримувати партнера не лише у звичайних життєвих ситуаціях, а й у складних або кризових обставинах, коли допомога є особливо необхідною.

Основним чинником, який знижує ефективність емпатійного проникнення у внутрішній світ іншої людини, є відчуженість і байдужість до особистості як такої. У сучасному суспільстві відчуженість нерідко перетворюється на соціальну норму поведінки: люди прагнуть усамітнення, незалежності, дистанціювання та економії власних психічних і фізичних ресурсів. Інша людина починає цікавити нас переважно тоді, коли від неї щось залежить, коли вона заважає реалізації наших потреб чи створює незручності. У таких випадках виникають питання про мотиви її поведінки та способи взаємодії з нею. Однак це вже функціонально-оцінний підхід, у якому присутні особистий інтерес, упередженість та прагматизм, що суттєво спотворюють емпатію, роблячи її поверховою та фрагментарною [32, с. 333].

Щирий і непідробний інтерес до іншої людини, її внутрішнього світу

та суб'єктивної реальності є головною передумовою розвитку глибокої емпатії.

У повсякденному житті людина часто стикається з необхідністю глибокого розуміння іншого. Без цього неможливо ефективно виховувати, формувати довіру, створювати умови для самореалізації особистості, мотивувати до позитивних вчинків чи переконувати у необхідності дотримання певних норм поведінки. Люди прагнуть зрозуміти причини та наслідки поведінки партнера, механізми його вчинків, станів, властивостей та реакцій. Проте людина — незалежно від віку — не завжди піддається логічному аналізу. Іноді вона свідомо приховує власну індивідуальність або несвідомо транслює хибну інформацію про себе. Часто ні формальна логіка, ні професійні знання, ні попередній досвід не дозволяють повністю зрозуміти іншу особистість. Саме в таких ситуаціях особливого значення набуває емпатія як перевірений спосіб раціонально-емоційно-інтуїтивного пізнання внутрішнього світу іншої людини [33, с. 444].

Емпатія дає можливість не лише зрозуміти іншу людину, а й певною мірою відчувати глибинні рухи її душі: мотиви вчинків, джерела інтересів чи байдужості, причини щирості або нещирості, відкритості чи замкненості. Раціональний аспект емпатії проявляється через уважність до іншої людини, спостережливість, точність сприйняття її реакцій, станів та особистісних особливостей. Усі пізнавальні процеси — сприйняття, увага, мислення, відчуття — концентруються на іншій людині.

Таким чином, раціональна складова емпатії полягає не у формально-логічному аналізі, а в інтенсивному аналітичному опрацюванні інформації про іншу людину, яка надходить одночасно через різні сенсорні канали [38, с. 23].

Увага до іншого та емоційне сприйняття нерідко виявляються заблокованими. Однією з причин цього є егоцентрична спрямованість особистості, коли людина більше зосереджена на собі, ніж на оточуючих. Негативно впливає на емпатійне сприйняття й психологічний дискомфорт.

Якщо людина перебуває у стані тривоги, агресії, депресії, невротизації або надмірно занурена у власні проблеми, їй складно глибоко розуміти інших. У такому психічному стані відсутня необхідна внутрішня свобода для емпатійного контакту, а увага зосереджується на власних переживаннях. Унаслідок цього розуміння причин і наслідків поведінки іншої людини стає поверховим, що призводить до поспішних висновків, необґрунтованих порад та стереотипних оцінок [39, с. 706].

Досить часто емпатія формує викривлене уявлення про внутрішній світ іншої людини через те, що суб'єкт емпатії несвідомо проєктує на партнера власні риси, звички, емоційний досвід або використовує сумнівні критерії оцінювання. Такими критеріями можуть бути застарілі переконання, життєві стереотипи чи упередження.

Рівень розвитку емпатійних здібностей безпосередньо залежить від емоційного потенціалу особистості, насамперед від її емоційної активності та реактивності. Крім того, навіть незначні порушення в інтелектуальній сфері можуть негативно позначатися на здатності до емпатії.

Емпатійний стиль взаємодії з іншою людиною має багатогранний характер. Він передбачає входження у внутрішній світ іншого та перебування в ньому «як удома». Це означає постійну чутливість до змін емоційного стану партнера — його страху, гніву, хвилювання, розгубленості чи інших переживань. Такий спосіб взаємодії передбачає тимчасове проживання життя іншої людини без осуду чи оцінювання. Він дає можливість уловлювати навіть ті переживання, які сама людина ще не до кінця усвідомлює. Водночас відсутнє прагнення насильно виявити абсолютно несвідомі почуття, оскільки це може стати психологічно травматичним. Емпатійне спілкування також передбачає постійне уточнення власних вражень через звернення до партнера та уважне ставлення до його відповідей [41, с. 46].

Бути поруч з іншою людиною у такий спосіб означає на певний час відмовитися від власних оцінок, поглядів і ціннісних орієнтацій, щоб увійти

у внутрішній світ іншого без упередженості та осуду. У певному сенсі це передбачає тимчасове відсторонення від власного «Я». Подібне здатні здійснити лише ті люди, які мають внутрішнє відчуття психологічної безпеки, адже вони усвідомлюють, що не втратять себе у складному, незвичному чи навіть суперечливому світі іншої людини та зможуть повернутися до власного внутрішнього світу тоді, коли цього потребуватимуть. Відповідно до такого розуміння, бути емпатійним означає бути відповідальним, активним, сильним, але водночас делікатним, чутливим і уважним до переживань інших людей [24, с. 126].

Відсутність емпатії призводить до дегуманізації особистості, унаслідок чого навколишній світ починає сприйматися лише як сукупність окремих об'єктів, пов'язаних із людиною функціональними зв'язками. Лише тоді, коли людина здатна зрозуміти емоційну та інтелектуальну сторони поведінки інших живих істот і відчувати емоційний відгук щодо них, стає можливою зріла, відповідальна та раціональна емпатійна любов до інших, а також справжнє розуміння їхнього внутрішнього світу.

Отже, емпатія являє собою «внутрішньораціональне пізнання людиною внутрішнього світу інших людей» [36, с. 26].

У психологічній науковій літературі (В. Дружинін, В. Зінченко, Р. Немов, Б. Мещеряков та ін.) виділяють декілька видів емпатії: емоційну — засновану на механізмах проєкції та наслідування моторних і афективних реакцій іншої людини; когнітивну емпатію, що ґрунтується на інтелектуальних процесах, таких як порівняння, аналогія та аналіз; предикативну емпатію — здатність передбачати емоційні реакції іншої людини у конкретних ситуаціях; естетичну емпатію — переживання, пов'язане зі сприйняттям художнього образу; еґоцентричну емпатію — коли співпереживання та співчуття фактично зосереджуються на власних переживаннях людини; гуманістичну емпатію — щире емпатійне переживання за іншу людину, а також інші різновиди емпатії [38, с. 23].

Таким чином, здатність до емпатії дає людині можливість глибше

проникати у світ почуттів і переживань інших людей, будувати гармонійні та ефективні міжособистісні взаємини, а також відчувати себе психологічно зрілою й повноцінною особистістю.

2.2. Вікові особливості дівчат підліткового віку

Підлітковий вік — це «період онтогенезу, перехідний між дитинством і дорослістю. Його хронологічні межі не мають чіткої фіксації. Залежно від підходу ранній юнацький вік може розглядатися як окремий етап розвитку. До підліткового віку зазвичай відносять період від 10–11 до 15 років або від 11–12 до 16–17 років. У багатьох випадках його визначають як кризовий етап розвитку, хоча питання неминучості кризи та тривалості її перебігу залишається дискусійним» [43, с. 216].

У словникових джерелах підліток визначається як дитина приблизно 14–15 років.

В академічному чотиритомному словнику зазначається, що підлітком є хлопець або дівчина перехідного періоду між дитинством і юністю у віці від 12 до 16 років.

А. Личко, автор першого керівництва з підліткової психіатрії, поділяв підлітковий період на молодший (12–13 років), середній (14–15 років) і старший (16–17 років). Саме з його ініціативи у 1970 році була створена перша клініка підліткової психіатрії, до якої приймали дітей і підлітків віком від 12 до 18 років [32, с. 334].

Головним критерієм визначення вікових періодів виступає не календарний вік, а анатомо-фізіологічні зміни в організмі. Давньослов'янське слово «отрок» раніше означало і дитину, і підлітка, і юнака, однак згодом поняття «отрочество» стало синонімом підліткового, тобто пубертатного віку (від лат. *pubertas* — статеві зрілість). Формальні ознаки дорослості, такі як отримання паспорта у 14 років або повноліття у 18 років, не завжди збігаються з рівнем біологічного чи соціального

дозрівання особистості [55, с. 201].

Проблеми підліткового віку найчастіше пов'язують зі статевим дозріванням, яке нерідко стає причиною психофізіологічних та психологічних труднощів. У період інтенсивного росту та фізіологічної перебудови організму у підлітків можуть виникати тривожність, підвищена емоційна збудливість, депресивні стани. Багато підлітків відчують власну незграбність через нерівномірність росту окремих частин тіла та різку зміну його пропорцій.

Саме у підлітковому віці найчастіше спостерігається велика кількість так званих «важких» дітей. Проте навіть психічно здорові підлітки характеризуються нестійкістю настрою та поведінки, різкими змінами самооцінки, коливаннями фізичного стану та самопочуття, підвищеною вразливістю і нерідко неадекватними реакціями.

Л. Виготський ключовою проблемою підліткового віку вважав проблему інтересів, оскільки саме в цей період відбувається руйнування старої системи домінуючих інтересів та формування нової. До таких домінант учений відносив «егоцентричну домінанту» — підвищений інтерес підлітка до власної особистості; «домінанту далечіні» — переважання спрямованості у майбутнє над сьогоденням; «домінанту зусилля» — прагнення до подолання труднощів, прояву сили волі та опору; «домінанту романтики» — потяг до ризику, героїчного та невідомого. Поява нових інтересів спричиняє перебудову системи мотивів, що змінює соціальну ситуацію розвитку підлітка. Внаслідок цього змінюється і провідна діяльність, результатом чого стають новоутворення підліткового віку, зокрема розвиток самосвідомості особистості [14, с. 337].

Для багатьох дітей у підлітковому віці характерні тимчасові відхилення у поведінці. Нерідко дівчинка, яка раніше була лагідною та слухняною, раптово стає грубою, впертою, надмірно вразливою та конфліктною. Будь-яка дрібниця може викликати у неї сильну емоційну реакцію. У цей період дівчина переживає складний внутрішній стан, коли її

фізичний і психічний розвиток супроводжується великою кількістю суперечностей.

Підлітковий вік є перехідним насамперед у біологічному сенсі, адже саме у цей період відбувається статеве дозрівання та досягнення зрілості іншими біологічними системами організму. У соціальному аспекті підлітковий етап є продовженням процесу первинної соціалізації. У психологічному плані цей період характеризується значною суперечливістю. Почуття дорослості у підлітка переважно виражається у новому рівні домагань на статус і становище, яких він фактично ще не досяг. Саме цим пояснюються типові вікові конфлікти та особливості самосвідомості підлітка. Загалом цей період можна охарактеризувати як завершення дитинства і початок поступового входження у доросле життя [18, с. 111].

Під розвитком дорослості розуміється формування готовності дитини до життя у світі дорослих як повноправного члена суспільства. У цьому процесі виділяють дві складові: становлення об'єктивної готовності до дорослого життя та розвиток суб'єктивного почуття дорослості й прагнення до неї.

Підлітки значно відрізняються між собою за рівнем і змістом проявів дорослості. Вона може проявлятися у навчанні, праці, взаєминах із ровесниками чи дорослими, у поведінці, зовнішньому вигляді та інтересах. Виділяють кілька типів дорослості. Соціально-моральна дорослість проявляється у взаєминах із дорослими, у серйозній участі підлітка у справах сім'ї та турботі про її благополуччя на правах майже дорослого члена родини. У дівчат така дорослість може виявлятися як у формуванні особливої внутрішньої близькості з матір'ю, так і у прагненні до емоційної незалежності від неї та розвитку більш стриманої чи раціональної поведінки щодо дорослих.

Соціально-моральна дорослість також проявляється у наявності власних поглядів, переконань та оцінок, у готовності їх відстоювати, а також

у сформованості морально-етичних уявлень та поведінки відповідно до них. Прагнення захищати власну думку є типовою рисою підліткового віку [20, с. 87].

Дорослість в інтелектуальній сфері та інтересах проявляється через елементи самоосвіти та прагнення до самостійного пізнання. Дорослість у романтичних стосунках з однолітками протилежної статі виражається не стільки у факті наявності симпатій, скільки у формах взаємин, які підлітки переймають від дорослих. Дорослість у зовнішньому вигляді та поведінці є результатом наслідування дорослим: підлітки орієнтуються на моду в одязі й зачісках, копіюють манеру спілкування, поведінки та навіть мовлення дорослих, часто сприймаючи вживання жаргонізмів або грубих висловів як ознаку дорослості.

Отже, можна виділити декілька форм дорослості, які проявляються у соціально-моральній сфері, інтелектуальній діяльності, романтичних взаєминах, способах проведення дозвілля, зовнішньому вигляді та манерах поведінки. Саме у цей період підліток переживає складний етап розвитку, коли його фізичний і психічний стан являють собою своєрідний вузол внутрішніх суперечностей [29, с. 56].

У підлітковому віці фізичний розвиток дівчаток часто супроводжується виникненням специфічних психологічних труднощів. Високий зріст, швидкі темпи фізичного дозрівання можуть ставати причиною сором'язливості, невпевненості у собі та внутрішнього дискомфорту. Особливо болісно дівчатка-підлітки переживають зміни зовнішності та можливу повноту. Саме зовнішній вигляд у цей період значною мірою впливає на самооцінку та самосприйняття дівчини.

У цей віковий період відбуваються суттєві зміни у фізичному розвитку організму. Помітно змінюються пропорції тіла. Після певного уповільнення знову активізується ріст, причому найбільш інтенсивно ростуть кінцівки, особливо руки. Через це фігура підлітка нерідко набуває незграбності та дисгармонійності. Організм характеризується підвищеною

втомлюваністю, що пояснюється значними енергетичними витратами на процес росту. Серце збільшується майже вдвічі, посилюється кров'яний тиск. Головний мозок, який уже досяг значної ваги, продовжує якісно вдосконалюватися: активізується діяльність асоціативних волокон. Одночасно відбуваються зміни у функціонуванні залоз внутрішньої секреції, насамперед статевих, що зумовлює появу вторинних статевих ознак — оволосіння, зміни форми грудей, складу крові тощо [33, с. 226].

Усі ці фізіологічні зміни спричиняють суттєву перебудову психічного життя підлітка. Найхарактернішою особливістю цього віку є формування почуття дорослості. Самооцінка та усвідомлення власних можливостей стають головними чинниками виникнення внутрішніх суперечностей у підлітковому віці.

З початком підліткового періоду у дівчаток значно посилюється інтерес до себе та до тих змін, які відбуваються з ними. Саме це сприяє активному становленню самосвідомості.

Одним із головних механізмів самопізнання у підлітковому віці є особистісна рефлексія. На відміну від логічної рефлексії, яка спрямована на вирішення певних завдань, особистісна рефлексія виступає як процес самодослідження та самопізнання. У цьому випадку людина не лише аналізує власний внутрішній світ, а й одночасно досліджує саму себе як суб'єкта цього аналізу [5, с. 67]. Одним із проявів особистісної рефлексії є рефлексивні очікування — уявлення людини про те, як її сприймають інші люди з найближчого кола спілкування.

У розвитку рефлексивного аналізу, який лежить в основі формування рефлексивних очікувань, спостерігаються певні вікові зміни:

У віці 9–12 років рефлексивний аналіз переважно стосується окремих вчинків дитини, причому навіть у такій формі він проявляється лише у невеликої частини дітей.

Починаючи приблизно з 12–13 років, рефлексивний аналіз переноситься на вивчення власного характеру та особистісних

особливостей.

У 13–14 років рефлексія набуває вираженого емоційного характеру: зростає самокритичність, підліток активно помічає власні недоліки та гостро переживає через них.

У 15–16 років рефлексивний аналіз уже охоплює не лише особистісні риси, а й особливості взаємин та спілкування. При цьому надмірна самокритичність поступово зменшується, а ставлення до себе стає більш спокійним і доброзичливим. Труднощі у взаєминах із оточенням підліток частіше пояснює нерозумінням з боку інших людей. Під час переходу від підліткового віку до ранньої юності особистісна рефлексія втрачає надмірну афективність і відбувається вже на більш стабільному емоційному тлі [11, с. 77].

Отже, підлітковий вік у працях багатьох психологів і педагогів розглядається як перехідний період між дитинством та юністю. Водночас це самостійний і повноцінний етап розвитку, який охоплює приблизно період від 13 до 16 років. Підлітковий вік характеризується інтенсивним фізичним розвитком, що у дівчаток особливо яскраво проявляється на початку цього етапу, а у хлопчиків — у його другій половині.

Психологічні особливості цього віку пов'язані з розвитком навчальної діяльності, формуванням дружніх взаємин в одностатевих групах ровесників, а також із розвитком довільності поведінки.

Взаємини між батьками та підлітками значною мірою визначаються прагненням дитини до самостійності, частими непорозуміннями та тенденцією до емоційного віддалення й усамітнення. Однак негативні прояви цього вікового періоду можуть бути подолані досить швидко та безболісно за умови правильної поведінки батьків і створення позитивної психологічної атмосфери навколо підлітка.

У другому розділі було розглянуто особливості розвитку емпатійних здібностей, а також психологічні особливості дітей підліткового віку.

У процесі аналізу наукової літератури встановлено, що емпатія є

позараціональним способом пізнання внутрішнього світу іншої людини; здатність до емпатії дозволяє особистості проникати у сферу людських переживань, вибудовувати ефективні міжособистісні взаємини та відчувати себе психологічно повноцінною людиною.

Підлітковий вік у сучасній психології та педагогіці визначається як перехідний період між дитинством і юністю. Водночас він є самостійним етапом розвитку, що охоплює приблизно вік від 13 до 16 років. Цей період характеризується інтенсивним фізичним розвитком, який у дівчаток більш виражений у першій половині підліткового віку, а у хлопчиків — у другій. Психологічні особливості підліткового віку пов'язані з розвитком навчальної діяльності, дружніх взаємин серед однолітків, а також із формуванням довільної поведінки. Взаємини батьків і підлітків обумовлюються прагненням дитини до самостійності, труднощами взаєморозуміння та схильністю до емоційного дистанціювання й усамітнення. Разом із тим негативні прояви цього вікового етапу можуть бути успішно подолані за умови підтримки з боку батьків і створення сприятливої психологічної атмосфери навколо підлітка [20, с. 100].

РОЗДІЛ 3.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ МАТЕРИНСЬКОГО СТАВЛЕННЯ ДО ДІТЕЙ В РОЗВИТКУ ЗДІБНОСТЕЙ ПІДЛІТКІВ ДО ЕМПАТІЇ

3.1. Опис дослідження впливу материнського ставлення до дітей в розвитку здібностей підлітків до емпатії

Дослідження було проведене на базі Херсонський навчально-виховний комплекс «Дошкільний навчальний заклад – загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів» № 15 Херсонської міської ради.

Метою дослідження стало визначення ступеня впливу материнського ставлення на рівень прояву емпатії у дівчат підліткового віку.

Дослідження реалізовувалося відповідно до такого плану:

Визначення домінуючих типів материнського ставлення до дочок-підлітків серед матерів експериментальної групи;

Діагностика рівня розвитку емпатійних здібностей у дівчат-підлітків експериментальної групи;

Проведення порівняльного аналізу отриманих результатів та встановлення статистично значущих взаємозв'язків;

Створення корекційно-розвивальної програми, спрямованої на оптимізацію материнського ставлення до підлітків.

У дослідженні брала участь експериментальна група, сформована відповідно до таких критеріїв:

Змістовний критерій (критерій валідності), відповідно до якого склад експериментальної групи визначався предметом і гіпотезою дослідження.

Критерій еквівалентності учасників дослідження, що передбачав можливість поширення отриманих результатів на кожного представника вибірки.

Критерій репрезентативності (критерій зовнішньої валідності), згідно

з яким вибірка, задіяна в експерименті, виступала частиною загальної популяції, на яку можуть бути поширені результати дослідження.

До складу експериментальної групи входило 60 осіб, які були розподілені на дві підгрупи: групу матерів у кількості 30 осіб та групу дочок-підлітків, що також налічувала 30 осіб. Вік учасниць першої підгрупи становив від 35 до 42 років. Вікові межі другої підгрупи варіювалися від 13 до 15 років.

Експериментальна вибірка формувалася з учениць 7–9 класів загальноосвітньої школи та їхніх матерів.

Під час формування вибірки враховувалися соціально-демографічні характеристики учасників. Значна частина сімей, які брали участь у дослідженні, належала до категорії малозабезпечених. У 35 % дівчаток виховання здійснювалося лише одним із батьків. Серед учасниць дослідження 55 % були єдиними дітьми у сім'ї, 30 % мали одного брата або сестру, а 15 % — двох братів чи сестер. Частина батьків, які брали участь в опитуванні, мали вищу освіту, тоді як 44 % — середню спеціальну освіту.

У процесі дослідження було використано такі психодіагностичні методики: методику вивчення батьківських установок PARI (Е. Шефер, Р. Белл) та методику діагностики рівня емпатійних здібностей В. Бойка.

Для визначення переважаючих типів материнського ставлення до дочок підліткового віку використовувалася методика PARI, розроблена Е. Шефером та Р. Беллом.

Метою даної методики є визначення ставлення батьків до різних аспектів сімейного життя за допомогою спеціально створеного опитувальника.

Методика містить 115 тверджень, розташованих у певній послідовності. Досліджуваному пропонується висловити власне ставлення до кожного твердження шляхом вибору одного з варіантів відповіді: активна згода, часткова згода, часткова незгода або повна незгода (А — активна згода, а — часткова згода, б — часткова незгода, Б — повна незгода).

Методика дослідження батьківських установок (PARI)

Інструкція:

Перед Вами подано перелік тверджень, які допоможуть визначити особливості ставлення батьків до дітей. У даному опитувальнику відсутні правильні чи неправильні відповіді, оскільки кожна людина має право на власні переконання та погляди. Важливо відповідати максимально щиро та точно.

Деякі твердження можуть здаватися схожими між собою, однак вони не є однаковими. Подібність формулювань використовується для того, щоб виявити навіть незначні відмінності у поглядах на виховання дітей.

На виконання опитувальника відводиться приблизно 20 хвилин. Не варто довго замислюватися над відповідями — бажано відповідати швидко, обираючи той варіант, який першим спадає на думку.

Поруч із кожним твердженням розташовані літери А, а, б, Б. Необхідно вибрати одну з них відповідно до ступеня згоди з твердженням:

А — повністю згоден(на);

а — скоріше згоден(на), ніж не згоден(на);

б — скоріше не згоден(на), ніж згоден(на);

Б — повністю не згоден(на).

Необхідно також зазначити такі відомості про себе:

– вік;

– стать;

– освіта;

– кількість дітей та їхній вік;

– професія.

Стимульний матеріал:

1. Якщо діти впевнені у правильності власних поглядів, вони можуть не погоджуватися з думкою батьків.

2. Хороша мати повинна захищати своїх дітей навіть від незначних труднощів та образ.

3. Для справжньої матері сім'я та домашнє життя мають бути найголовнішими цінностями.
4. Деякі діти настільки неслухняні, що задля їхнього ж блага необхідно навчити їх боятися дорослих.
5. Діти повинні розуміти, скільки всього батьки роблять для них.
6. Під час купання маленьку дитину потрібно міцно тримати, щоб вона не впала.
7. Люди, які вважають, що в хорошій родині не буває конфліктів, погано знають життя.
8. Коли дитина подорослішає, вона буде вдячна батькам за суворе виховання.
9. Постійне перебування поруч із дитиною протягом дня може спричинити нервові виснаження.
10. Краще, якщо дитина не буде сумніватися у правильності поглядів своїх батьків.
11. Батьки повинні виховувати у дітей абсолютну довіру до себе.
12. Дитину необхідно навчати уникати бійок незалежно від ситуації.
13. Найгірше для жінки, яка веде домашнє господарство, — це відчуття неможливості звільнитися від своїх обов'язків.
14. Батькам легше пристосовуватися до дітей, ніж дітям до батьків.
15. У житті дитині потрібно багато чого навчитися, тому їй не можна дозволяти марно витратити час.
16. Якщо одного разу дозволити дитині збрехати, вона робитиме це постійно.
17. Якби батьки менше втручалися у виховання дітей, матері краще справлялися б із ними.
18. У присутності дитини не слід обговорювати питання статевого стосунку.
19. Якби мати не керувала домом, чоловіком і дітьми, у сім'ї було б

менше порядку.

20. Мати повинна докладати всіх зусиль, щоб знати, про що думають її діти.

21. Якби батьки більше цікавилися життям своїх дітей, вони були б щасливішими та кращими.

22. Більшість дітей уже з 15 місяців повинні самостійно контролювати свої фізіологічні потреби.

23. Найскладніше для молодої матері — залишатися наодинці з дитиною у перші роки її життя.

24. Необхідно заохочувати дітей висловлювати власну думку про сім'ю та життя, навіть якщо вона не збігається з поглядами батьків.

25. Мати повинна робити все можливе, щоб захистити дитину від життєвих розчарувань.

26. Жінки, які ведуть надто безтурботний спосіб життя, рідко бувають хорошими матерями.

27. У дітей необхідно викорінювати будь-які прояви злостивості.

28. Мати повинна жертвувати власним щастям заради щастя дитини.

29. Усі молоді матері переживають через власну недосвідченість у догляді за дитиною.

30. Подружжя повинне інколи сперечатися, щоб відстоювати свої права.

31. Суворі дисципліна допомагає формуванню сильного характеру дитини.

32. Матері настільки втомлюються від постійної присутності дітей, що інколи не можуть витримати поруч із ними навіть короткого часу.

33. Батьки не повинні виглядати в очах дітей погано.

34. Дитина повинна поважати своїх батьків більше, ніж будь-кого іншого.

35. Дитина має звертатися по допомогу до батьків чи вчителів, а не

вирішувати конфлікти за допомогою бійки.

36. Постійне перебування поруч із дітьми часто переконує матір у недостатності її виховних здібностей.

37. Батьки повинні заслужити любов і прихильність своїх дітей власними вчинками.

38. Діти, які не прагнуть досягати успіху, повинні розуміти, що в майбутньому на них можуть чекати невдачі.

39. Батьки, які надто заглиблюються у проблеми дитини, мають пам'ятати, що іноді краще надати їй більше самостійності.

40. Чоловіки, які не хочуть бути егоїстами, повинні брати активну участь у сімейному житті.

41. Не слід дозволяти хлопчикам і дівчаткам бачити одне одного оголеними.

42. Якщо жінка здатна самостійно вирішувати життєві труднощі, це позитивно впливає і на дітей, і на чоловіка.

43. Дитина не повинна приховувати від батьків жодних таємниць.

44. Якщо у сім'ї прийнято обмінюватися жартами та анекдотами між дорослими й дітьми, багато проблем вирішуються легше та без конфліктів.

45. Раннє навчання ходьбі позитивно впливає на розвиток дитини.

46. Погано, коли всі труднощі, пов'язані з вихованням і доглядом за дитиною, лягають лише на матір.

47. Дитина повинна мати право на власну думку та можливість відкрито її висловлювати.

48. Дітей потрібно обережати від надто важкої праці.

49. Жінка змушена обирати між домашніми обов'язками та розвагами.

50. Мудрий батько повинен навчити дитину поважати авторитет і старших за статусом людей.

51. Лише небагато жінок отримують вдячність від дітей за зусилля,

вкладені у їх виховання.

52. Якщо дитина потрапляє у складну ситуацію, мати майже завжди відчуває власну провину.

53. У молодого подружжя, навіть за наявності сильних почуттів, часто виникають суперечності, що викликають взаємне роздратування.

54. Діти, яких змалку привчають поважати правила поведінки, виростають порядними та шанованими людьми.

55. Дуже рідко мати, яка цілий день проводить із дитиною, може постійно залишатися лагідною та врівноваженою.

56. Діти не повинні засвоювати поза домом погляди, які суперечать переконанням їхніх батьків.

57. Діти мають усвідомлювати, що наймудрішими людьми для них є батьки.

58. Немає виправдання дитині, яка б'є інших дітей.

59. Молоді матері більше страждають через постійну прив'язаність до дому, ніж через інші труднощі.

60. Примушування дитини постійно поступатися та пристосовуватися є неправильним методом виховання.

61. Батьки повинні навчати дітей корисно організовувати свій вільний час.

62. Якщо від самого початку дозволяти дітям турбувати батьків через дрібниці, вони робитимуть це постійно.

63. Якщо мати погано виконує свої обов'язки щодо дитини, це може свідчити про те, що батько недостатньо забезпечує сім'ю.

64. Дитячі ігри сексуального характеру можуть у майбутньому призвести до сексуальних правопорушень.

65. Планування домашніх справ повинна здійснювати мати, оскільки саме вона найкраще знає, як вести господарство.

66. Турботлива мати завжди знає, про що думає її дитина.

67. Батьки, які уважно вислуховують дітей і схвально ставляться до

їхніх відвертих розповідей про друзів, зустрічі чи побачення, допомагають їм швидше соціалізуватися.

68. Чим швидше слабшає надмірна залежність дитини від сім'ї, тим швидше вона навчиться самостійно вирішувати власні проблеми.

69. Розумна мати робить усе можливе, щоб ще до народження та після нього дитина перебувала у сприятливих умовах.

70. Дітей слід залучати до вирішення важливих сімейних питань.

71. Батьки повинні знати, як діяти, щоб уберегти дітей від складних життєвих ситуацій.

72. Надто багато жінок забувають, що їхнє головне місце — дім.

73. Діти потребують материнської турботи, якої їм часто бракує.

74. Діти повинні бути більш уважними та вдячними своїм матерям за їхню працю й турботу.

75. Більшість матерів бояться перевантажувати дітей навіть незначними дорученнями.

76. У сімейному житті існують питання, які неможливо вирішити спокійною розмовою.

77. Більшість дітей слід виховувати суворіше, ніж це робиться зараз.

78. Виховання дітей є складною та виснажливою працею.

79. Діти не повинні сумніватися у мудрості власних батьків.

80. Найбільшу повагу діти повинні виявляти саме до своїх батьків.

81. Не варто заохочувати дітей до занять боксом чи боротьбою, оскільки це може призвести до небажаних наслідків.

82. Одним із негативних аспектів материнства є відсутність у матері часу для власних інтересів і захоплень.

83. Батьки повинні сприймати дітей як рівноправних учасників сімейного життя.

84. Якщо дитина сумлінно виконує свої обов'язки, це свідчить про те, що вона рухається правильним шляхом і буде щасливою.

85. Засмучену дитину іноді краще залишити наодинці із собою.
86. Найбільше прагнення будь-якої матері — бути зрозумілою своїм чоловіком.
87. Одними з найважчих питань у вихованні дітей є питання статевого виховання.
88. Якщо мати організовує побут і піклується про сім'ю, усі члени родини почуваються добре.
89. Оскільки дитина є частиною матері, вона має право знати про неї все.
90. Діти, яким дозволяють жартувати та сміятися разом із батьками, легше сприймають їхні поради.
91. Батьки повинні якомога раніше навчити дитину самостійно контролювати свої фізіологічні потреби.
92. Більшості жінок після народження дитини необхідно більше часу на відпочинок, ніж вони реально мають.
93. Дитина повинна бути впевненою, що за відвертість перед батьками її не покарають.
94. Не слід надмірно привчати дитину до важкої домашньої роботи, щоб не відбити у неї бажання працювати.
95. Для хорошої матері цілком достатньо спілкування зі своєю сім'єю.
96. Іноді батьки змушені діяти всупереч бажанням дитини.
97. Матері готові жертвувати всім заради благополуччя своїх дітей.
98. Найважливішим для матері є здоров'я, безпека та благополуччя дитини.
99. Цілком природно, що люди з різними поглядами у шлюбі можуть сваритися.
100. Виховання дітей у суворих рамках дисципліни робить їх щасливішими.
101. Цілком природно, що мати може втрачати самовладання, якщо

її діти виростають егоїстичними та надто вимогливими.

102. Дитина ніколи не повинна чути критики на адресу своїх батьків.

103. Найперший обов'язок дітей — довіряти своїм батькам.

104. Батьки зазвичай більше симпатизують спокійним дітям, ніж тим, хто часто вступає у конфлікти.

105. Молода мати часто почувається нещасною через недоступність багатьох речей, яких їй хотілося б мати.

106. Немає підстав вважати, що батьки повинні мати більше прав і привілеїв, ніж їхні діти.

107. Чим раніше дитина зрозуміє, що марнувати час безглуздо, тим краще для її майбутнього.

108. Діти всіляко намагаються привернути увагу батьків до своїх труднощів і проблем.

109. Лише небагато чоловіків розуміють, що матері їхніх дітей також потребують радості та позитивних емоцій.

110. Якщо дитина надто багато запитує про сексуальні питання, це свідчить про певні проблеми у її розвитку.

111. Одружуючись, жінка повинна усвідомлювати, що їй доведеться займатися управлінням сімейними справами.

112. Обов'язок матері — знати навіть приховані думки своєї дитини.

113. Якщо залучати дитину до домашніх обов'язків, їй буде легше ділитися з батьками власними переживаннями та труднощами.

114. Необхідно якомога раніше відучувати дитину від грудного вигодовування та годування з пляшечки, привчаючи її до самостійного харчування.

115. Не можна покладати на матір надмірно велику відповідальність щодо дітей.

Результати опитувальника аналізуються за 23 аспектами-ознаками, які відображають різні сторони ставлення батьків до дитини та особливості сімейного життя.

Із загальної кількості показників 8 ознак характеризують ставлення до сімейної ролі, а 15 — особливості батьківсько-дитячих взаємин. У свою чергу, ці 15 показників поділяються на три основні групи:

- оптимальний емоційний контакт;
- надмірна емоційна дистанція між батьками та дитиною;
- надмірна концентрація уваги на дитині.

Кожна ознака визначається за допомогою 5 тверджень, збалансованих за змістом та вимірювальними характеристиками.

Отримані результати тестування заносяться до спеціальної таблиці, у рядках якої вказані номери п'яти запитань, що дозволяють оцінити відповідний аспект батьківського ставлення до дитини. Сума первинних балів за кожним блоком питань виступає показником вираженості певної ознаки.

Обробка та інтерпретація результатів здійснюється шляхом визначення особливостей ставлення до сімейного життя, яке описується за допомогою восьми ознак:

- обмеженість інтересів жінки межами сім'ї та зосередженість виключно на сімейних турботах (1);
- переживання самопожертви у ролі матері (2);
- наявність сімейних конфліктів (3);
- надмірний авторитет батьків у сім'ї (4);
- незадоволеність роллю господині дому (5);
- байдужість чоловіка та його недостатня залученість у сімейні справи (6);
- домінуюча позиція матері у сім'ї (7);
- залежність і недостатня самостійність матері (8).

Крім того, дана методика дає можливість дослідити особливості ставлення батьків до дитини. Як уже зазначалося, ці характеристики об'єднуються у три основні типи:

Оптимальний емоційний контакт (включає 4 ознаки):

- стимулювання словесної активності та вербалізації;
- партнерський характер взаємин;
- підтримка активності дитини;
- прагнення до рівноправних відносин між батьками та дитиною.

Надмірна емоційна дистанція з дитиною (включає 3 ознаки):

- дратівливість та запальність;
- суворість і надмірна строгість;
- уникнення емоційного контакту з дитиною.

Надмірна концентрація на дитині (характеризується 8 ознаками):

- надмірна опіка та формування залежності;
- подолання опору та придушення волі дитини;
- прагнення забезпечити повну безпеку та страх образити дитину;
- обмеження позасімейних впливів;
- пригнічення агресивних проявів;
- придушення сексуальності;
- надмірне втручання у внутрішній світ дитини;
- прагнення прискорити розвиток дитини.

Кожній із 23 ознак відповідає окремий блок запитань. Підсумкові результати відповідей, представлені у вигляді суми балів, наведені у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1.

Результати опитування батьків за методикою PARI

		№ дос л.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1 0	1 1	1 2	1 3	1 4	1 5
Назва ознаки	Номери питань																
Вербалізація	1,24,47, 70,93		1 0	8	1 5	1 8	1 2	7	2 0	1 5	8	1 4	1 8	8	1 2	1 6	1 0
Надмірне підслування	2,25,48, 71,94		1 4	6	1 0	8	1 6	1 2	1 0	8	8	6	1 6	1 2	1 0	1 0	1 0
Залежність від сім'ї	3,26,49, 72,95		1 6	1 5	8	1 4	1 6	1 2	1 5	1 2	1 0	6	1 5	8	1 6	1 6	1 1
Придушення волі	4,27,50, 73,96		1 6	8	8	6	1 8	1 4	1 0	1 2	1 6	1 2	1 2	5	1 2	1 4	1 0
Відчуття самопожертви	5,28,51, 74,97		2 0	1 2	1 0	6	1 5	1 2	1 2	1 0	1 5	8	8	1 0	1 6	1 5	1 0
Боязнь образити	6,29,52.		8	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	8	1	1

	75,98			2	6	2	0	0	0	5	2		2	2		2	1
Сімейні конфлікти	7,30,53, 76,99		1 5	1 0	1 5	8	1 6	1 6	1 1	1 0	8	1 0	1 0	1 5	1 8	1 0	1 2
Роздратованість	8,31,54, 77,100		1 8	1 5	1 2	5	1 2	1 4	1 0	1 6	1 2	1 2	1 5	1 0	8	8	1 5
Надмірна суворість	9,32,55, 78,101		1 5	1 0	8	1 0	1 6	1 5	1 0	1 0	1 0	1 5	1 3	8	8	8	1 0
Виключення внутрішньосімейни х впливів	10,33,5 6,79,10 2		8	1 6	1 2	1 2	8	1 2	1 1	1 0	1 3	8	1 0	2 0	8	1 0	1 7
Зверхавторитет батьків	11,34,5 7,80,10 3		1 8	1 0	1 0	1 5	1 8	1 0	1 2	1 0	1 0	2 0	1 0	2 0	8	1 0	1 7
Придушення агресивності	12,35,5 8,81,10 4		1 0	1 5	1 5	1 0	8	8	1 5	1 2	8	1 6	8	1 6	7	1 2	1 8
Незадоволеність роллю господині	13,36,5 9,82,10 5		1 5	1 0	1 3	8	8	8	1 0	1 5	1 1	6	1 1	6	1 0	1 5	1 1
Партнерські відносини	14,37,6 0,83,10 6		8	1 0	1 0	2 0	8	1 0	1 7	1 6	1 6	7	1 8	1 8	1 4	2 0	1 5
Развиток активності дитини	15,38,6 1,84,10 7		1 0	1 2	8	1 6	7	1 2	1 8	1 4	1 8	1 1	1 6	1 0	1 6	2 0	1 1
Ухилення від конфлікта	16,39,6 2,85,10 8		8	1 5	1 1	6	1 0	1 5	1 1	1 4	1 2	6	1 6	1 1	1 0	8	1 0
Невключеність чоловіка	17,40,6 3,86,10 9		1 6	1 0	1 2	1 0	1 6	1 6	7	1 6	1 1	8	1 4	1 0	1 6	1 2	1 2
Придушення сексуальності	18,41,6 4,87,11 0		1 6	1 8	1 5	6	1 4	1 8	1 1	1 6	1 0	1 8	1 5	1 0	1 0	1 0	1 5
Домінування матері	19,42,6 5,88,11 1		1 8	1 0	1 5	1 0	1 4	1 2	6	1 2	1 0	1 6	1 2	1 1	1 0	1 3	8
Надмірне втручання у світ дитини	20,43,6 6,89,11 2		1 5	1 1	1 6	1 2	1 6	1 1	8	1 5	6	1 4	1 0	1 2	1 0	1 0	2 0
Зрівняні відносини	21,44,6 7,90,11 3		1 2	1 0	1 0	1 8	1 6	1 0	1 8	1 5	1 0	1 4	1 8	1 0	1 6	1 8	1 2
Прагнення прискорити розвиток дитини	22,45,6 8,91,11 4		1 0	6	1 2	1 0	1 4	1 2	1 0	1 6	1 2	1 6	1 4	1 0	1 2	1 2	1 5
Несамостійність матері	23,46,6 9,92,11 5		8	1 7	1 6	1 0	8	1 0	8	1 2	7	9	8	1 0	1 0	8	1 4
Вербалізація	1,24,47, 70,93		1 0	8	1 0	1 2	1 2	1 0	1 8	8	8	1 0	1 6	1 2	1 2	1 8	2 0
Надмірне підкування	2,25,48, 71,94		1 6	1 2	1 2	1 0	1 0	1 5	1 2	5	1 2	1 2	8	1 0	8	1 4	1 0
Залежність від сім'ї	3,26,49, 72,95		1 0	1 0	1 5	1 6	1 1	1 0	8	1 0	1 0	1 5	1 8	8	1 6	1 6	1 5
Придушення волі	4,27,50, 73,96		1 0	1 3	8	1 4	1 0	1 6	1 2	1 2	1 5	1 0	8	5	1 2	1 4	1 0
Відчуття самопожертви	5,28,51, 74,97		1 0	1 0	2 0	1 5	1 0	1 0	1 0	1 5	1 3	8	8	1 0	1 6	1 5	1 2
Боязнь образити	6,29,52. 75,98		1 2	8	1 6	1 0	2 0	8	1 3	8	1 0	2 0	8	1 2	8	1 2	1 0

Семейні конфлікти	7,30,53, 76,99		1 5	1 1	6	8	1 6	7	1 0	2 0	1 0	2 0	8	1 5	1 8	1 0	1 1
Роздратованість	8,31,54, 77,100		1 6	1 6	7	1 1	6	1 0	8	1 6	8	1 6	7	1 0	8	8	1 0
Надмірна суворість	9,32,55, 78,101		1 4	1 8	1	1 8	1 8	1 4	1 1	6	1 1	6	1 0	8	8	8	1 0
Виключення внутрішньосімейних впливів	10,33,5 6,79,10 2		1 4	1 2	6	1 6	1 0	1 6	1 6	7	1 8	1 8	1 4	2 0	8	1 0	2 0
Зверхавторитет батьків	11,34,5 7,80,10 3		1 2	1 6	8	1 6	1 1	1 0	1 8	1 1	1 6	1 0	1 6	2 0	8	1 0	1 6
Подавлення агресивності	12,35,5 8,81,10 4		1 0	1 0	1 8	1 4	1 0	1 6	1 2	6	1 6	1 1	1 0	1 6	7	1 2	6
Незадоволеність роллю господині	13,36,5 9,82,10 5		1 6	1 6	1 3	1 5	1 0	1 0	1 1	8	1 4	1 0	1 6	6	1 0	1 5	1 8
Партнерські відносини	14,37,6 0,83,10 6		1 2	1 4	1 0	1 2	1 1	1 0	1 8	1 8	1 5	1 0	1 0	1 8	1 4	2 0	1 0
Розвиток активності дитини	15,38,6 1,84,10 7		1 6	1 5	8	1 0	1 2	1 0	1 8	1 6	1 2	1 1	1 0	1 0	1 6	2 0	1 1
Ухилення від конфлікту	16,39,6 2,85,10 8		8	1 2	1 1	6	8	1 4	1 0	1 6	1 2	6	1 6	1 1	1 0	8	1 0
Невключеність чоловіка	17,40,6 3,86,10 9		1 8	1 0	1 8	1 5	1 0	1 0	1 1	8	1 4	1 0	1 6	1 0	1 6	1 2	1 0
Придушення сексуальності	18,41,6 4,87,11 0		8	6	1 6	1 2	1 1	1 0	1 0	1 8	1 5	1 0	1 0	1 0	1 0	1 0	1 1
Домінування матері	19,42,6 5,88,11 1		8	1 0	1 4	1 0	1 2	1 0	1 0	1 6	1 2	1 1	1 0	1 1	1 0	1 3	1 2
Надмірне втручання у світ дитини	20,43,6 6,89,11 2		8	1 2	1 4	1 8	1 0	1 6	6	1 4	1 0	1 2	1 0	1 2	1 0	1 0	1 0
Зрівняні відносини	21,44,6 7,90,11 3		8	1 8	1 6	1 4	1 0	1 2	2 0	1 4	1 8	1 0	1 6	1 0	1 6	1 8	1 0
Прагнення прискорити розвиток дитини	22,45,6 8,91,11 4		7	1 0	1 5	8	1 4	1 8	8	1 2	1 4	1 0	1 2	1 0	1 2	1 2	1 4
Несамостійність матері	23,46,6 9,92,11 5		1 0	1 0	8	8	6	1 6	1 2	1 0	8	1 0	1 0	1 0	1 0	8	6

Аналіз даних продемонстрував наступне:

Таблиця 3.2.

Відношення матерів до сімейного життя

Критерій (назви надані вище)	1	2	3	4	5	6	7	8
% досліджуваних	45	30	46	40	44	56	48	16

Дані, представлені у таблиці 3.2., свідчать про високий рівень

залученості матерів до сімейних обов'язків (критерій 1). Для значної частини жінок така зайнятість є надмірною та викликає відчуття перевантаження (критерії 2 та 5). Значна кількість респонденток (46 % за критерієм 3) зазначили наявність конфліктних ситуацій у власних сім'ях.

Досить вираженими виявилися показники домінування матері у сімейних взаєминах (критерій 7), що поєднується з недостатньою участю батька у вирішенні сімейних питань та вихованні дітей (критерій 6). Подібні результати частково можуть пояснюватися тим, що певна частина досліджуваних виховувалася у неповних сім'ях. Далі перейдемо до аналізу особливостей ставлення матерів до своїх дочок.

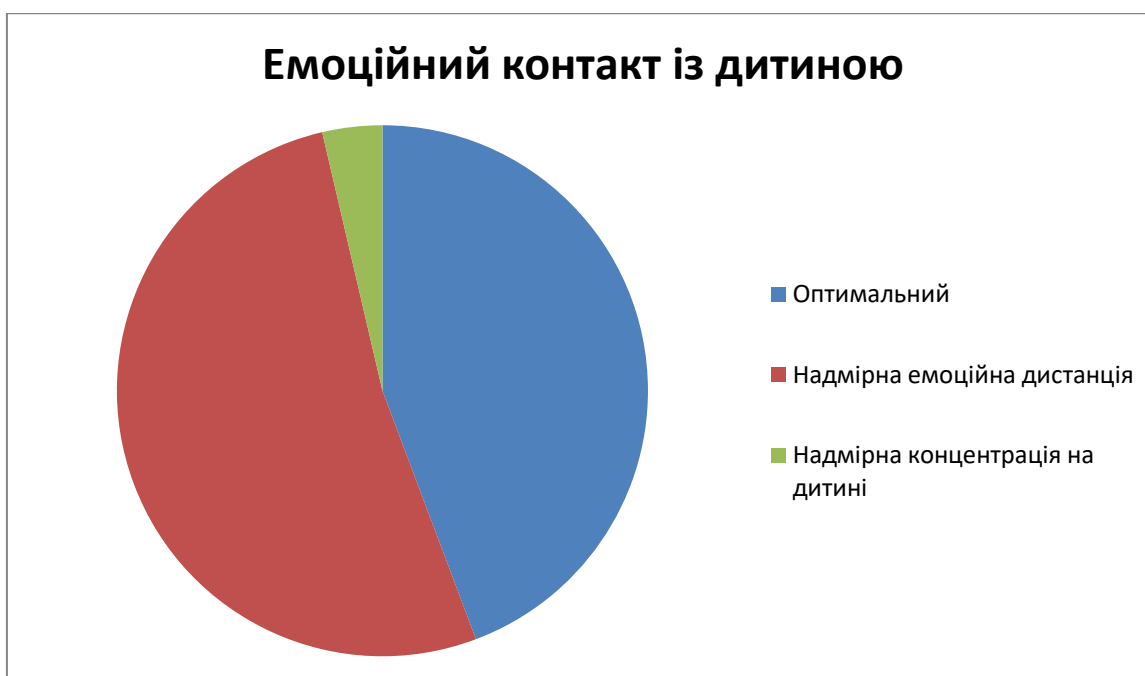


Рисунок 3.1. Діаграма вираженості емоційного контакту матерів із доньками

Діаграма 3.1. свідчить про те, що лише у 17 % опитаних матерів спостерігається оптимальний емоційний контакт із власними дітьми. У 20 % респонденток виявлено надмірну емоційну дистанцію у взаєминах із дитиною. Водночас у більшості матерів — 63 % — зафіксовано надмірну концентрацію на дитині.

У матерів, для яких характерний оптимальний емоційний контакт із дочками, простежуються стабільно високі показники за всіма чотирма

відповідними ознаками. У жінок, які демонструють надмірну емоційну дистанцію щодо дитини, переважають такі характеристики, як підвищена дратівливість та запальність. Для матерів із надмірною концентрацією на дитині типовими є пригнічення сексуальності, високий рівень агресивності та надмірне втручання у життя дитини.

Для визначення рівня розвитку емпатійних здібностей у дівчат підліткового віку з експериментальної групи застосовувалася методика В. Бойка.

Учасникам дослідження пропонувалося ознайомитися з 36 твердженнями та висловити свою згоду або незгоду з кожним із них. Згода позначалася знаком «+», а незгода — знаком «-».

Методика діагностики рівня емпатійних здібностей В. Бойка

Інструкція:

Перед вами подано 36 тверджень. Необхідно уважно та щиро поставитися до кожного з них, не витрачаючи надто багато часу на обдумування відповіді. Якщо Ви погоджуєтеся з твердженням — поставте знак «+», якщо не погоджуєтеся — знак «-».

Стимульний матеріал:

1. Я маю звичку уважно спостерігати за виразом обличчя та поведінкою людей, щоб краще зрозуміти їхній характер, здібності та нахили.
2. Якщо люди навколо нервують, я зазвичай зберігаю спокій.
3. Я більше довіряю логічним аргументам, ніж власній інтуїції.
4. Вважаю цілком нормальним цікавитися домашніми труднощами своїх колег.
5. За необхідності я легко можу завоювати довіру іншої людини.
6. Зазвичай уже під час першої зустрічі я відчуваю спорідненість із новою людиною.
7. Із цікавості я часто заводжу розмови з випадковими попутниками про життя, роботу чи політику.
8. Якщо люди поруч перебувають у пригніченому стані, я також втрачаю

душевну рівновагу.

9. Для мене інтуїція є надійнішим способом розуміння людей, ніж життєвий досвід або знання.
10. Вважаю нетактовним надто цікавитися внутрішнім світом іншої людини.
11. Іноді я можу ненароком образити близьких словами, навіть не помітивши цього.
12. Я легко можу уявити себе твариною, відчувати її звички та стан.
13. Я рідко замислююся над причинами вчинків людей, які стосуються мене особисто.
14. Проблеми друзів я зазвичай не сприймаю надто близько до серця.
15. Часто за кілька днів я відчуваю, що з близькою людиною щось може трапитися, і ці передчуття справджуються.
16. Під час спілкування з діловими партнерами я намагаюся уникати особистих тем.
17. Іноді близькі люди дорікають мені за неуважність або емоційну холодність.
18. Я легко копіюю інтонацію, міміку та манеру поведінки інших людей.
19. Мій уважний погляд іноді бентежить нових знайомих.
20. Сміх інших людей часто передається і мені.
21. Іноді, діючи інтуїтивно, я все ж знаходжу правильний підхід до людини.
22. Вважаю безглуздим плакати від щастя.
23. Я здатний настільки зблизитися з коханою людиною, ніби повністю розчиняюся в ній.
24. Мені рідко траплялися люди, яких я міг би зрозуміти без зайвих слів.
25. Із цікавості я іноді мимоволі прислухаюся до розмов сторонніх людей.
26. Я можу залишатися спокійним навіть тоді, коли всі навколо хвилюються.
27. Мені легше інтуїтивно відчувати сутність людини, ніж логічно її

аналізувати.

28. Я спокійно ставлюся до дрібних неприємностей, які трапляються з членами моєї сім'ї.
29. Мені було б складно вести щирі й довірливі розмови із замкнутою та настороженою людиною.
30. Я маю творчу натуру — поетичну, артистичну або мистецьку.
31. Я без особливого інтересу вислуховую одкровення малознайомих людей.
32. Мене засмучує вигляд людини, яка плаче.
33. Моє мислення швидше конкретне, логічне та послідовне, ніж інтуїтивне.
34. Коли друзі починають говорити про свої проблеми, я часто намагаюся змінити тему розмови.
35. Якщо я бачу, що близькій людині погано, то зазвичай не ставлю зайвих запитань.
36. Мені важко зрозуміти, чому дрібниці можуть так сильно засмучувати людей.

За результатами проведеного опитування здійснюється аналіз показників окремих шкал, а також визначається загальний інтегральний рівень емпатії. Кожна зі шкал оцінюється в діапазоні від 0 до 6 балів та відображає ступінь вираженості певного компонента у структурі емпатійних здібностей. Загальний сумарний показник теоретично може варіюватися в межах від 0 до 36 балів.

Рівні розвитку емпатії інтерпретуються таким чином:

- 30 балів і більше — дуже високий рівень емпатії;
- 22–29 балів — середній рівень емпатії;
- 15–21 бал — знижений рівень емпатії;
- менше 14 балів — дуже низький рівень емпатії.

Автор методики виділяє шість основних шкал оцінювання.

Раціональний канал емпатії характеризує спрямованість уваги, сприймання та мислення людини на внутрішній світ іншої особистості — її емоційний стан, поведінкові прояви, труднощі та переживання. Це своєрідний спонтанний інтерес до іншої людини, який відкриває можливість для емоційного та інтуїтивного сприйняття партнера. Раціональний компонент емпатії не обов'язково ґрунтується на логічному аналізі чи усвідомленій мотивації інтересу до іншого. Інша людина сама по собі викликає увагу своєю індивідуальністю, що дає можливість емпатії неупереджено пізнавати її сутність.

Емоційний канал емпатії відображає здатність особистості входити в емоційний резонанс із людьми, які її оточують, співпереживати їм та брати емоційну участь у їхніх переживаннях. У такому випадку емоційна чуйність виступає засобом проникнення в енергетичний простір іншої людини. Розуміння внутрішнього світу партнера, прогнозування його поведінки та ефективний вплив на нього можливі лише за умови виникнення емоційного налаштування на співпереживання. Співучасть і співчуття виконують роль своєрідного провідника між людьми у процесі емпатійної взаємодії.

Інтуїтивний канал емпатії. Отримані бали за цією шкалою свідчать про здатність респондента розуміти поведінку інших людей та діяти навіть в умовах нестачі інформації про них, спираючись на попередній досвід, що зберігається на підсвідомому рівні. Саме на рівні інтуїції відбувається узагальнення різноманітної інформації про партнерів. Інтуїтивне сприйняття, ймовірно, меншою мірою залежить від стереотипних оцінок, ніж логічний аналіз поведінки іншої людини.

Установки, які сприяють або, навпаки, перешкоджають емпатії, можуть або полегшувати, або ускладнювати функціонування всіх емпатійних каналів. Рівень ефективності емпатії значно знижується у випадках, коли людина прагне уникати особистісних контактів, вважає

недоречним проявляти інтерес до внутрішнього світу інших людей або переконує себе байдуже ставитися до переживань та проблем оточуючих. Подібні установки істотно звужують можливості емоційного реагування та емпатійного сприйняття. І навпаки, за відсутності внутрішніх психологічних бар'єрів усі канали емпатії функціонують активніше та результативніше.

Проникаюча здатність в емпатії розглядається як важлива комунікативна властивість особистості, яка забезпечує створення атмосфери відкритості, довіри та щирості у спілкуванні. Кожна людина своєю поведінкою та ставленням до співрозмовника або сприяє інформаційно-емоційному обміну, або, навпаки, ускладнює його. Розслабленість і відкритість партнера полегшують емпатійне розуміння, тоді як напруженість, недовіра чи неприродність заважають процесу емпатійного пізнання.

Ідентифікація є ще однією важливою умовою успішної емпатії. Вона полягає у здатності зрозуміти іншу людину через співпереживання та уявне поставлення себе на її місце. Основою ідентифікації виступають емоційна гнучкість, рухливість почуттів та здатність до наслідування.

Обробка та інтерпретація результатів.

Результати опитування підлітків наведено в Таблиці 3.3.

Таблиця 3.3.

Результати опитування підлітків за методикою В. Бойка

№ дослі дж.	Рациональний канал (+1, +7, -13, +19, +25, -31)	Емоційний канал (-2, +8, -14, +20, -26, +32)	Інтуїтивний канал (-3, +9, +15, +21, +27, -33)	Установки, що сприяють чи заважають емпатії (+4, -10, -16, -22, -28, -34)	Проникаюча здатність (+5, -11, -17, -23, -29, -35)	Ідентифікація (+6, +12, +18, -24, +30, -36)	Всього
1	5	4	4	5	4	5	27
2	4	3	4	3	4	3	21
3	4	3	3	4	5	4	23
4	6	6	4	4	4	6	30
5	5	4	5	5	4	4	27
6	3	4	3	4	5	5	24
7	5	6	6	6	5	5	33
8	4	5	5	4	4	5	27

9	6	6	5	4	3	3	27
10	5	4	4	4	5	3	25
11	6	6	5	6	5	5	32
12	4	5	5	5	4	4	28
13	5	5	4	4	4	4	26
14	5	4	3	4	3	3	22
15	3	5	4	5	4	4	25
16	4	3	3	3	3	3	19
17	5	6	6	4	5	5	31
18	4	3	3	4	4	4	22
19	5	4	4	4	3	5	25
20	4	6	5	5	4	4	28
21	4	5	5	4	4	3	25
22	6	6	5	5	6	5	33
23	5	5	4	3	3	5	25
24	3	4	4	3	4	3	21
25	3	3	4	4	4	3	21
26	4	4	5	5	3	4	25
27	4	3	3	3	3	4	20
28	5	5	6	4	5	3	28
29	5	4	4	5	6	6	29
30	6	6	5	5	5	5	32

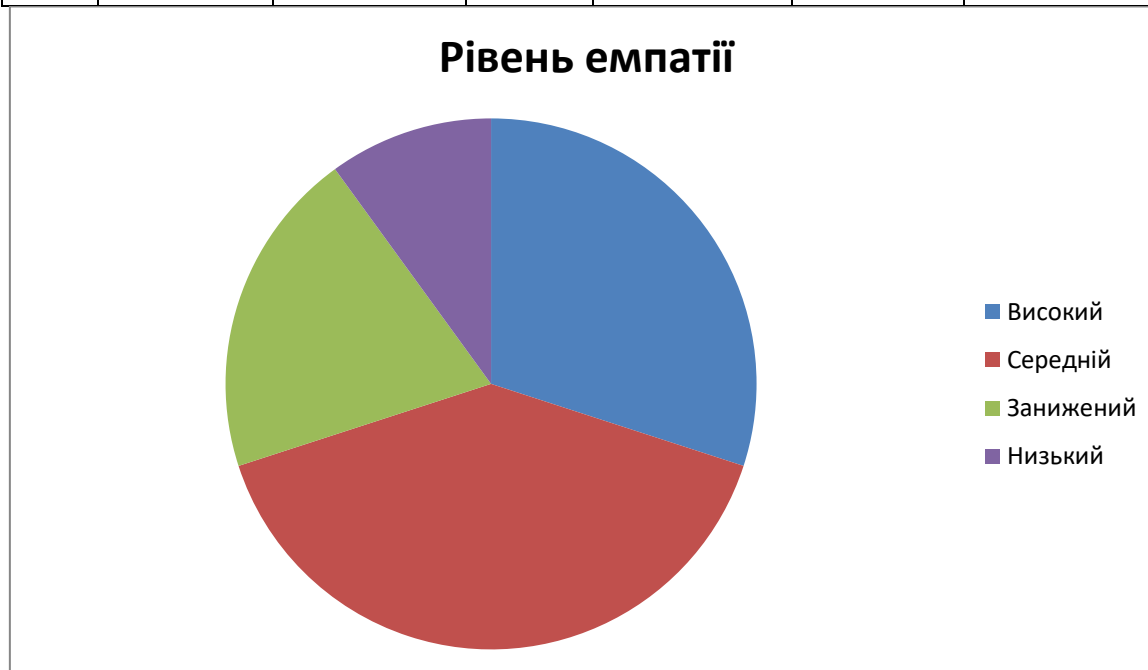


Рисунок 3.2. Діаграма вираженості рівня емпатії підлітків

Відповідно до результатів проведеної діагностики, приблизно 30% досліджуваних підлітків виявили високий рівень розвитку емпатії, близько 40% — середній рівень, 20% продемонстрували знижений рівень емпатійних здібностей, а ще 10% показали низький рівень емпатії.

Аналіз результатів за окремими шкалами засвідчив відносно рівномірний розподіл показників у балах. Зокрема, високий рівень емпатії

забезпечувався завдяки однаково вираженим показникам раціонального, емоційного та інтуїтивного каналів емпатії, а також наявністю позитивних установок щодо емпатійної взаємодії, достатньо сформованою проникаючою здатністю та здатністю до ідентифікації.

Наступним етапом дослідження стало встановлення статистично значущого взаємозв'язку між результатами, отриманими за двома використаними методиками. Для цього необхідно було співвіднести три типи батьківського ставлення до дітей із рівнями розвитку емпатичних здібностей у підлітків. З цією метою було проведено порівняльний аналіз отриманих даних із використанням математичних методів статистичної обробки.

Для визначення наявності відмінностей і подібностей між вибірками було застосовано критерій Манна–Уїтні.

Даний критерій використовується для оцінки відмінностей між двома вибірками за рівнем певної кількісно вимірюваної ознаки. Методика дозволяє виявити статистично значущі розбіжності навіть у невеликих за обсягом вибірках.

Значення U-коефіцієнта визначається за формулою:

$$U = (n_1 \times n_2) + n_x \times (T_x + 1) / 2 - T_x, \text{ де}$$

n_1 — кількість досліджуваних у першій вибірці;

n_2 — кількість досліджуваних у другій вибірці;

T_x — більша з двох рангових сум;

x — кількість учасників у групі, яка має більшу суму рангів.

Насамперед було здійснено порівняння рівнів розвитку емпатії у підлітків із сімей, для яких характерний оптимальний емоційний контакт між батьками та дітьми (група 1), і підлітків із сімей, де спостерігається надмірна емоційна дистанція у взаєминах з дітьми (група 2).

Таблиця 3.4.

Прояви емпатії у підлітків із родин з оптимальним емоційним контактом з дітьми з сімей із надлишковою емоційною дистанцією з

ДІТЬМИ

№ дослідж. з групи 1	Показник	Ранг	№ дослідж. з групи 2	Показник	Ранг
4	30	1	2	21	3
7	33	5	14	22	5
11	31	3	16	19	1
22	32	4	24	21	3
29	30	1	27	20	2
суми		14			14

Сформулюємо такі гіпотези дослідження:

H0: рівень розвитку емпатії у підлітків із сімей, де спостерігається оптимальний емоційний контакт між батьками та дітьми, не перевищує рівень емпатії у підлітків із сімей із надмірною емоційною дистанцією у взаєминах з дітьми;

H1: рівень емпатії у підлітків із сімей, для яких характерний оптимальний емоційний контакт із дітьми, суттєво відрізняється від рівня емпатії у підлітків із сімей із надмірною емоційною дистанцією у взаєминах з дітьми.

Отримані результати показали, що:

$$U_{\text{емп.}} = 5 \times 5 + (5 \times 6) / 2 - 15 = 25.$$

Визначаємо критичні значення:

$$U_{\text{кр.0,05}} = 45;$$

$$U_{\text{кр.0,01}} = 36.$$

Оскільки емпіричне значення $U_{\text{емп.}} \leq U_{\text{кр.}}$, приймається гіпотеза H1. Це свідчить про те, що рівень розвитку емпатії у підлітків із сімей, де наявний оптимальний емоційний контакт між батьками та дітьми, суттєво відрізняється від рівня емпатії у підлітків із сімей, для яких характерна надмірна емоційна дистанція у стосунках з дітьми.

Отримані результати підтверджують, що характер материнського ставлення безпосередньо впливає на формування емпатійних здібностей у підлітковому віці.

При цьому встановлено, що позитивні особливості материнської поведінки щодо дочки сприяють розвитку емпатії. Було виявлено, що

сприятливий емоційний клімат у сім'ї стимулює прояв емпатійних здібностей у підлітків, тоді як негативний емоційний фон, навпаки, ускладнює процес формування емпатії.

3.2. Корекційно-розвиваюча програма розвитку здібностей до емпатії

Наступним етапом дослідження стала розробка корекційно-розвивальної програми, спрямованої на трансформацію материнського ставлення до дітей підліткового віку.

Основними завданнями програми визначено:

- формування та розширення психолого-педагогічних знань батьків щодо особливостей розвитку дітей;
- покращення емоційного клімату в сім'ї;
- розвиток емпатійних здібностей у підлітків;
- формування позитивної системи взаємовідносин між матерями та їхніми дочками.

Програма ґрунтується на таких базових психолого-педагогічних принципах:

Принцип гуманістичної спрямованості взаємин між дорослими та дітьми. Даний принцип базується на визнанні цінності особистості та орієнтує на прийняття позиції рівності, взаємоповаги й особистісного розвитку у сімейних стосунках. Завдяки цьому дитина має можливість відчувати власну значущість і рівноправність у взаємодії з дорослими, а батьки — сприймати дитину як самостійну особистість.

Принцип соціальної взаємопов'язаності через залучення батьків і дітей до спільної діяльності. Він передбачає активну участь батьків у житті дитини, проведення спільного дозвілля та включення у сферу її інтересів.

Принцип активної участі батьків у реалізації корекційно-розвивальної програми. Реалізація цього принципу сприяє підвищенню психологічної

компетентності та педагогічної обізнаності батьків, а також активізує механізми їх особистісного саморозвитку.

Принцип індивідуального підходу при виборі засобів формування позитивних емпатійних взаємин із дитиною. Відбір методів і форм роботи здійснюється з урахуванням потреб, інтересів та індивідуальних особливостей сім'ї, а також можливостей реалізації корекційно-розвивальних рекомендацій.

Принцип проблемності, який передбачає усвідомлення, аналіз, моделювання та розв'язання батьками проблемних і конфліктних міжособистісних ситуацій. Це сприяє усуненню деструктивних форм поведінки та формуванню адекватних способів реагування у складних і стресових ситуаціях взаємодії.

Формування емпатійних взаємин у сім'ї передбачає два ключові напрями роботи з батьками та дітьми.

Перший напрям спрямований на психолого-педагогічну просвіту батьків.

Його основним завданням є підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків та розширення їхніх знань: про умови й закономірності психічного, комунікативного та емоційного розвитку підлітків; про особливості емоційно-вольової сфери та значення соціальних емоцій і почуттів у становленні особистості; про специфіку загального психічного й особистісного розвитку дітей; про значення дитячо-батьківських взаємин, сімейного мікроклімату, стилю батьківського спілкування та особливостей емоційної взаємодії у процесі формування особистості дитини; про сутність емпатійних взаємин, механізми та умови їх розвитку; про способи і прийоми психологічної підтримки дитини.

Для реалізації зазначеного напрямку доцільним є проведення консультативної роботи з батьками, організація батьківських зборів, тематичних зустрічей із психологом та інших форм просвітницької діяльності.

Важливим аспектом є формування у батьків усвідомлення значущості дитячо-батьківських взаємин для соціально-емоційного розвитку дитини; переконання у необхідності розвитку емпатії як одного з провідних чинників особистісного становлення та соціального благополуччя; мотивації до зміни стилю взаємодії з дитиною у напрямі гуманістичного, суб'єкт-суб'єктного підходу.

Другий напрям передбачає практичну роботу з батьками, спрямовану на рефлексію власної батьківської позиції, а також формування навичок і вмінь емпатійної взаємодії та конструктивної співпраці між батьками й дітьми.

Основними завданнями даного напрямку є:

Аналіз та рефлексія типових проблемних ситуацій, що виникають у взаємодії дитини з однолітками, визначення причин таких труднощів та пошук їх витоків у системі дитячо-батьківських взаємин.

Рефлексія найбільш поширених труднощів у подружніх взаєминах шляхом моделювання та подальшого обговорення проблемних ситуацій.

Осмислення батьківської позиції та формування адекватного ставлення до себе як до батька чи матері. Для цього можуть використовуватися творчі завдання, зокрема написання есе на тематику дитячо-батьківських взаємин, а також ретроспективний аналіз власної взаємодії з дитиною.

Навчання усвідомленню власних почуттів у процесі взаємодії один з одним, формування вміння відкрито й конструктивно висловлювати емоції у соціально прийнятній формі, а також підтримувати позитивний емоційний фон спілкування.

Формування прагнення до сприйняття, розуміння та прийняття емоційних станів, почуттів і переживань іншої людини, а також уміння враховувати їх у процесі взаємодії.

Розвиток навичок аналізу причин дитячих емоційних станів і почуттів та формування вміння адекватно реагувати на них.

Формування здатності до безоцінного ставлення та безумовного прийняття дитини, подолання психологічних захисних бар'єрів у взаємодії з близькими людьми та розвиток соціальної пов'язаності у стосунках.

Розвиток емпатійних здібностей, здатності розуміти переживання, емоційні стани та інтереси один одного у системі дитячо-батьківських взаємин.

Формування та розвиток партнерських взаємин і навичок співробітництва як між батьками та дітьми, так і між самими дітьми.

Другий напрям роботи передбачає безпосередню спільну участь батьків і дітей у заняттях. На даному етапі доцільно використовувати активні форми психологічної роботи: психодіагностику, метод ігрового моделювання, домашні завдання, аналіз документальних матеріалів, психологічні тренінги, ігри та спеціальні вправи.

Нижче наведено орієнтовний план занять для батьків і дітей із психологом, спрямованих на розвиток емпатійних здібностей.

Кожне заняття складається з п'яти структурних компонентів: привітання, розминки, основної частини, рефлексії попереднього заняття та завершальної частини.

Заняття 1. «Знайомство».

Мета: знайомство учасників між собою та з особливостями групової форми роботи, визначення основних цілей і завдань занять.

Заняття 2. «Вчимося співпрацювати».

Мета: формування та розвиток партнерських взаємин і навичок співробітництва між батьками й дітьми, а також між самими дітьми.

Заняття 3. «Я та моя сім'я».

Мета: ознайомлення із сімейними традиціями та особливостями сімейного життя, формування емоційної близькості між батьками та дітьми, зміцнення сімейних зв'язків і розвиток самоповаги дитини.

Заняття 4. «Індивідуальність як цінність».

Мета: формування вміння приймати індивідуальність дитини, уважно ставитися до її почуттів та емоційних станів, а також адекватно реагувати на них.

Заняття 5. «Чарівний світ почуттів».

Мета: розвиток здатності до сприйняття, розуміння та прийняття емоцій і почуттів іншої людини; формування вміння враховувати бажання, інтереси та емоційний стан іншого у процесі взаємодії, особливо у конфліктних ситуаціях.

Заняття 6. «Добрі та злі почуття».

Мета: ознайомлення з основними емоціями та емоційними станами людини, розвиток уміння розпізнавати та описувати власні почуття й емоції інших людей, а також навчання конструктивному вираженню емоцій і контролю позитивного емоційного фону взаємодії.

Заняття 7. «Прийняття та підтримка».

Мета: розвиток здатності до безумовного прийняття дитини та безоцінного ставлення до неї, зниження рівня психологічних захистів у взаємодії з близькими людьми та розвиток соціальної пов'язаності у взаєминах.

Заняття 8. «Співчуття та подяка».

Мета: формування здатності до емпатії, розвитку вміння розуміти переживання, інтереси та емоційні стани один одного у системі дитячо-батьківських взаємин.

Робота за програмою організовується у три основні етапи. Групові зустрічі проводяться двічі на місяць тривалістю одна година. Тривалість занять може змінюватися залежно від емоційного стану учасників, рівня складності вправ та особливостей взаємодії у групі.

Перший етап — інформаційно-просвітницький — передбачає реалізацію завдань психолого-педагогічної освіти батьків щодо вікових та психологічних особливостей розвитку особистості підлітка.

З метою усвідомлення батьками важливості загального психічного та соціально-емоційного розвитку підлітка під час батьківських зборів доцільно проводити лекційні заняття на такі теми: «Соціально-емоційний розвиток підлітка», «Вплив стилю батьківського спілкування на формування соціальних емоцій підлітка», «Роль сім'ї у розвитку особистості дитини».

Після лекцій рекомендується організовувати дискусії, спрямовані на обмін сімейним досвідом виховання дітей, а також проводити індивідуальні консультації та бесіди за такими темами: «Емпатійне спілкування і соціальне благополуччя дитини», «Емпатія та психологічний комфорт дитини у сім'ї», «Батьківський стиль виховання та дитячі очікування», «Модель сімейних взаємин та особистісні особливості дитини», «Навіщо і як навчати дітей співпраці».

На цьому етапі реалізуються завдання формування у батьків знань про умови, закономірності та механізми психічного розвитку дітей, а також створення мотивації до переосмислення власної батьківської позиції та усвідомлення значення побудови позитивних емпатійних взаємин із дитиною.

Другий етап передбачає практичну роботу з батьками, спрямовану на усвідомлення ними власної батьківської позиції у взаємодії з дитиною, а також формування навичок позитивної емоційної взаємодії у сім'ї.

Для реалізації цього етапу можуть застосовуватися такі форми роботи: батьківські збори, самодіагностика стилю сімейного виховання, виконання домашніх завдань, семінари-дискусії з використанням ігрового моделювання та обговорення проблемних ситуацій, аналіз документальних матеріалів, психологічні тренінги, групові та індивідуальні консультації.

Батькам пропонується здійснити самодіагностику власного стилю спілкування, а також ознайомитися з результатами психодіагностики, що відображають особливості дитячо-батьківських взаємин та емоційної взаємодії з дітьми.

Надалі батьків ознайомлюють із типовими конфліктними ситуаціями взаємодії між дітьми, які виникають у шкільному середовищі. Учасникам пропонується рольове програвання подібних ситуацій із подальшим аналізом причин конфлікту та пошуком способів конструктивного регулювання взаємодії як між дорослими й дітьми, так і між самими дітьми.

У роботі також використовуються приклади взаємодії у подружніх стосунках. У процесі обговорення визначаються причини конфліктів між подружжям. Психолог спрямовує батьків на усвідомлення того, що джерелом багатьох конфліктів є об'єктна позиція стосовно іншого, негативний емоційний фон спілкування, а також насильницькі або авторитарні форми взаємодії.

Психолог пропонує батькам пригадати ситуації з власного життя, які призводили до сварок та конфліктів у сім'ї. Це можуть бути як побутові та матеріальні питання («Хто сьогодні миє посуд?», «На що витратити гроші?», «Чий дохід важливіший?»), так і ситуації екзистенційного характеру, пов'язані з потребою у любові, прийнятті та підтримці («Хто головний у сім'ї?», «Чи любиш ти мене?», «Ти вже не потребуєш мене?»).

Батькам пропонується самостійно знайти можливі способи конструктивного вирішення подібних конфліктних ситуацій.

Під час рольового програвання ситуацій учасники відкривають для себе можливість безконфліктного вирішення проблем та усвідомлюють емоційну природу багатьох суперечностей: прагнення будь-що наполягти на своєму, підкорити партнера, нав'язати власну позицію, проігнорувати інтереси, потреби чи почуття іншого.

На завершальному етапі обговорюються типові ситуації дитячо-батьківської взаємодії у сім'ї. Аналізуються причини труднощів, які часто полягають у директивному, авторитарному стилі спілкування, нехтуванні потребами, бажаннями, емоціями та особистісною позицією дитини.

Подібні зустрічі є надзвичайно важливими для гармонізації взаємин між батьками та дітьми. Водночас психолог не може постійно

супроводжувати сім'ю, тому важливим завданням є надання батькам і дітям інструментів для самостійної роботи над собою.

Нижче наведено приклади вправ для підлітків, спрямованих на самостійний розвиток емпатійних здібностей.

Поміркуйте, чи здатні ви відповісти на запитання: «Що я зараз відчуваю?», «Чого я хочу саме зараз?», «Навіщо я це роблю?». Усвідомлення власних переживань є основою розуміння переживань інших людей.

Проаналізуйте, чому в схожих ситуаціях ви іноді поведетеся по-різному. Згадайте конкретні випадки та спробуйте визначити причини своїх дій. Це допоможе краще розуміти мотиви поведінки інших.

Пригадайте людину, яка вам симпатична. Спробуйте визначити, чому саме вона викликає у вас позитивні почуття.

Згадайте ситуацію, коли співрозмовник відстоював, на вашу думку, нелогічну чи абсурдну позицію. Поміркуйте, чому він це робив.

Чи траплялися випадки, коли вам здавалося, що людина говорить одне, а насправді має на увазі інше? Спробуйте пояснити, чому у вас виникло таке враження.

Для розвитку здатності розуміти переживання та наміри інших людей варто виробити звичку до спостереження:

звертаючи увагу на людину, спробуйте оцінити її емоційний стан;

навчіться уважно слухати співрозмовника — хоча б протягом п'яти хвилин підтримуйте його монолог лише невербально, не перебиваючи;

перед тим як висловити прохання або пропозицію, подумайте, якою може бути реакція співрозмовника;

спостерігаючи за людиною, спробуйте передбачити, як вона виглядатиме або поводитиметься наступного разу, та перевірте точність своїх прогнозів;

переглядаючи художні фільми, періодично вимикайте звук і намагайтеся зрозуміти зміст подій лише за невербальними проявами персонажів;

у художній галереї поспостерігайте за реакціями людей на картини із радісним та трагічним змістом, звертаючи увагу на міміку, жести, пози та особливості їхнього спілкування.

Такі вправи є ефективними лише за умови активного прагнення батьків і дітей працювати над покращенням власних взаємин.

У першій частині третього розділу було представлено результати діагностичного дослідження із застосуванням методики вивчення батьківських установок PARI (Е. Шефер, Р. Белл) та методики діагностики рівня емпатійних здібностей В. Бойка.

Дослідження проводилося на базі загальноосвітньої школи серед 30 дівчат підліткового віку та їхніх матерів. Результати застосування методики PARI показали, що лише у 17% матерів спостерігається оптимальний емоційний контакт із дочками. У 20% випадків виявлено надмірну емоційну дистанцію у взаєминах із дитиною, а у 63% матерів зафіксовано надмірну концентрацію на дитині.

Результати діагностики емпатійних здібностей за методикою В. Бойка засвідчили, що близько 30% підлітків мають високий рівень емпатії, приблизно 40% — середній рівень, 20% — знижений рівень, а 10% — низький рівень розвитку емпатійних здібностей.

Порівняльний аналіз результатів за допомогою математичних методів статистичної обробки даних підтвердив наявність статистично значущого взаємозв'язку між результатами опитування матерів та показниками розвитку емпатії у підлітків.

Було встановлено, що у сім'ях із позитивним емоційним кліматом кількість дітей із високим рівнем розвитку емпатійних здібностей є більшою, ніж у сім'ях, де спостерігається емоційне відторгнення між матерями та дочками-підлітками.

Отримані результати підтвердили, що особливості материнського ставлення безпосередньо впливають на формування та розвиток емпатійних здібностей у підлітковому віці.

ВИСНОВКИ

Підсумовуючи результати проведеного дослідження, можна стверджувати, що поставленої мети було досягнуто. У процесі теоретичного та практичного аналізу проблеми вдалося виявити низку важливих закономірностей і зробити відповідні висновки.

У першому розділі, присвяченому аналізу наукової літератури з проблематики міжособистісних, батьківсько-дитячих взаємин, а також взаємовідносин між матерями та дочками, було встановлено таке:

Відносини являють собою цілісну систему індивідуально-вибіркових і свідомих зв'язків особистості з різними аспектами об'єктивної реальності.

Батьківсько-дитячі взаємини розглядаються як сукупність не лише безпосередніх форм взаємодії між батьками та дітьми, а й тих умов, у яких функціонує сім'я, особливостей її способу життя та характеру взаємодії між усіма членами родини.

Особливість батьківсько-дитячих взаємин полягає в їх багаторівневості та взаємозалежності. Батьки виступають провідним чинником розвитку дитини. Саме через механізми інтеріоризації дитина засвоює соціальний і культурний досвід, що забезпечує процес її дорослішання. Водночас дитина виконує важливу об'єднуювальну функцію в сім'ї, сприяючи задоволенню потреб батьків у любові, емоційній підтримці, спілкуванні та реалізації соціальної ролі батьківства.

Для дочки мати є первинним зразком жіночності та материнської поведінки. Манера спілкування, поведінкові реакції, мовлення та система цінностей матері значною мірою засвоюються дитиною. Разом із тим, як зазначала М. Лісіна, у процесі дорослішання відбувається певне емоційне віддалення дитини від матері, пов'язане з прагненням до самостійності. Найбільш виражено це проявляється у підлітковому віці, коли в дитини формуються власні інтереси, коло спілкування, звички та життєві орієнтири. У цей період зростає ризик емоційного відторгнення та конфліктів. Саме

тому надзвичайно важливими є розуміння батьками закономірностей дорослішання дитини та здатність конструктивно взаємодіяти з нею.

У другому розділі було розглянуто особливості розвитку емпатії та психологічні характеристики підліткового віку. У результаті аналізу наукових джерел було встановлено таке:

Емпатія є особливою формою позараціонального пізнання внутрішнього світу іншої людини.

Здатність до емпатії дає можливість людині глибше розуміти емоційні стани й переживання інших, будувати ефективні міжособистісні взаємини, орієнтуватися у світі людських почуттів та повноцінно реалізовувати себе у соціальній взаємодії.

Підлітковий вік більшість психологів і педагогів визначають як перехідний етап між дитинством та юністю. Разом із тим, цей період є самостійним і надзвичайно важливим етапом розвитку особистості, що охоплює приблизно вік від 13 до 16 років.

Підлітковий період характеризується інтенсивним фізичним розвитком, який у дівчаток зазвичай більш виражений на початку етапу, а у хлопців — у його другій половині. Психологічні особливості цього віку пов'язані з розвитком навчальної діяльності, формуванням дружніх взаємин у групах однолітків, а також розвитком самостійності та довільної регуляції поведінки.

Взаємини між батьками та підлітками значною мірою визначаються прагненням дитини до автономії, посиленням непорозуміння та тенденцією до емоційного дистанціювання й самотності. Водночас негативні прояви підліткового віку можуть бути значно пом'якшені за умови позитивного емоційного клімату в сім'ї, підтримки з боку батьків та їхньої психологічної грамотності.

У третьому розділі було представлено результати експериментально-діагностичної роботи, проведеної із застосуванням методики вивчення

батьківських установок PARI (Е. Шефер, Р. Белл) та методики діагностики рівня емпатійних здібностей В. Бойка.

Дослідження проводилося на базі загальноосвітньої школи за участю 30 дівчат підліткового віку та їхніх матерів.

Результати застосування методики PARI показали, що лише у 17% матерів спостерігається оптимальний емоційний контакт із дитиною. У 20% випадків виявлено надмірну емоційну дистанцію у взаєминах із дочкою, а у 63% матерів було зафіксовано надмірну концентрацію на дитині.

Результати діагностики емпатійних здібностей підлітків за методикою В. Бойка засвідчили, що приблизно 30% опитаних мають високий рівень емпатії, близько 40% — середній рівень, 20% — знижений рівень, а 10% — низький рівень розвитку емпатійних здібностей.

Проведений порівняльний аналіз отриманих даних із використанням математичних методів статистичної обробки підтвердив наявність статистично значущого взаємозв'язку між особливостями материнського ставлення та рівнем розвитку емпатії у підлітків.

Було встановлено, що у сім'ях із позитивним емоційним кліматом значно частіше спостерігається високий рівень розвитку емпатійних здібностей у дітей, ніж у родинах, де присутні емоційне відторгнення, надмірна дистанція або конфліктність у взаєминах між матерями та дочками-підлітками.

Отже, результати проведеного дослідження підтвердили, що характер материнського ставлення суттєво впливає на формування та розвиток емпатійних здібностей у підлітків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Альбуханова-Славська К.А. Соціальне мислення особистості// Сучасна психологія. Стан та перспективи досліджень. Ч. 3. Соціальні уявлення та мислення особистості / К.А. Альбуханова. К: Інститут психології РАН, 2012. С. 88-103.
2. Алексєєв В.А. Самосвідомість та мотивація діяльності на рубежі підліткового та старшого шкільного віку // Проблеми мотивації суспільно корисної діяльності школярів. К., 2018. С. 103-107.
3. Альошина Ю. Є. Задоволеність шлюбом та міжособистісне сприйняття у подружніх парах з різним стажем спільного життя: Дис.... канд. психол. наук. К., 2018. – 202 с.
4. Андрєєва Г.М. Соціальна психологія у світі / Г.М. Андрєєва, А.І. Донців. – К.: Просвітництво, 2012. - 456 с.
5. Андрєєва Т. В. Сімейна психологія: Навч. посібник. – К: Мова, 2004. – 244 с.
6. Андрєєва Т. В., Толстова А. В. Темперамент подружжя та сумісність у шлюбі // Волинські читання-2001. Тез. наук. конф. К; Думка, 2001. – 122 с.
7. Андрієнко Є.В. Соціальна психологія: Навчальний посібник для студ. установ вищої. проф. освіти/Є.В. Андрієнко; За ред. В.А. Сластенін. – К.: ІЦ Академія, 2012. - 264 с.
8. Божович Л.І. Особистість та її формування у дитячому віці. К.: Віконд, 2016., 344 с.
9. Бойко В.В. Енергія емоцій у спілкуванні: погляд на себе та на інших. - К: Філін, 2016. - 472 с.
10. Варга А. Я. Введення у системну сімейну психотерапію. - К: Когіто-Центр, 2011. – 222 с.
11. Веракса Н.Є. Соціальна психологія: Підручник для студ. установ вищої. проф. освіти/Н.Є. Вераксу, О.М. Вераксу. – К.: ІЦ Академія, 2011. - 224 с.

12. Вітакер К. Опівнічні роздуми сімейного терапевта/Пер. з англ. М. І. Завалова. - К.: Незалежна фірма "Клас", 2018. – 268 с.
13. Гилюн О.В. Освітні мотивації студентської молоді. Грані. 2012. № 1. С. 102–104.
14. Єнікєєв М.І. Загальна та соціальна психологія: Підручник/М.І. Єнікєєв. – К.: Норма, НІЦ ІНФРА-М, 2013. - 640 с.
15. Єфімова Н.С. Соціальна психологія: Підручник для бакалаврів/Н.С. Єфімова А.В. Литвинова. – К.: Юрайт, 2012. - 442 с.
16. Зайцев У. П. Варіант психологічного тесту Міні-мульт // Психологічний журнал. – 1981. – № 3. – С. 118-123.
17. Занюк С.С. Психологія мотивації : навчальний посібник. Київ : Либідь, 2002. - 304 с.
18. Карабанова О. А. Психологія сімейних відносин та основи сімейного консультування: Навчальний посібник. – К.: Гардаріки, 2005. – 320 с.
19. Карнацька Є. А., Шумський В. Б. Динаміка та етапи трансформації близьких міжособистісних відносин між чоловіком та жінкою // Екзистенційний аналіз. – 2015. – №7. – С.77-104.
20. Карпова В.М., Філіппова Є.В. Уявлення про батьківську та майбутню сім'ю в підлітковому та юнацькому віці // Психологічна наука та освіта. 2013. № 4. С. 84-97.
21. Ковальов С. В. Психологія сучасної сім'ї. - К: Просвітництво, 2009. - 208 с.
22. Кольбе К. Що робить любов такою складною, і що нам робити для того, щоб любов все ж таки відбулася. // Екзистенційний аналіз. – 2013. – №5. – С. 77-97.
23. Крисько В.Г. Соціальна психологія Курс лекцій: Навчальний посібник/В.Г. Крисько. – К.: Вузовський підручник, ІНФРА-М, 2012. – 256 с.
24. Кривцова С. В. Екзистенційно-аналітична теорія особистості А. Ленглі // Психотерапія особистості. К.: Генезіс, 2008. – С.105-127.

25. Кронік А. А., Кронік Е. А. Психологія людських відносин. – Дубна: Когіто-Центр, 2007. – 322 с.
26. Крюкова Т. Л. Психологія власної поведінки. - Львів: Авантитул, 2004. – 336 с.
27. Купрейченко А.Б., Воробйова А.Є. Моральне самовизначення молоді. – К.: Інститут психології, 2013. - С. 8.
28. Ленглі А. Фундаментальні мотивації людської екзистенції як дієва структура екзистенційно-аналітичної терапії / А. Ленглі // Психотерапія. – 2004. – № 4.- С. 23-24.
29. Ленглі А. Що рухає людиною? Екзистенційно-аналітична теорія емоцій. - К: Генезис, 2013. – 322 с.
30. Ленглі А. Екзистенційний аналіз - знайти згоду з життям // Київський терапевтичний журнал. – 2001. – № 1. – С. 45-47.
31. Леонтьєв А.М. Діяльність. Свідомість. Особистість. – К.: Сенс, 2010. 352 с.
32. Лібін А.В. Диференційна психологія: На перетині європейських та американських традицій. – К.: Думка, 2011. - 549 с.
33. Майєрс Д. Соціальна психологія / Д. Майєрс; Пров. з англ. З.С. Замчук. – СПб.: К., 2013. - 800 с.
34. Маслоу А. Мотивація і особистість / А. Маслоу. – 3-е изд. – К.: Либідь, 2008. - 352 с.
35. Мельничук О. С. Словник іншомовних слів. Київ, 1974. - 776 с.
36. Мещерякова С.Ю. Психологічна готовність до материнства // Питання психології, 2000 №5 С. 18 - 27.
37. Осін Е. Н. Опитувальник суб'єктивного відчуження // У кн.: Психологія спілкування. Енциклопедичний словник. За заг. ред. А.А. Бодальова. – К.: Когіто-центр, 2011. – С. 526-527.
38. Орлов А. Б., Шумський В. Б. Ноетичний вимір людини: внесок Віктора Франкла в психологію та психотерапію // Психологія. Журнал вищої школи економіки. – 2005. – Т. 2. – №2. С. 22-23.

39. Палагіна А.О. Взаємозв'язок спрямованості особистості формами прояви агресії // Молодий учений. – 2016. – №6. – С. 703-707.
40. Психологія підлітка: підручник/за редакцією А.А. Реан. - К.: Прайм-ЄВРОЗНАК, 2006., 448 с.
41. Психологія сучасного підлітка/за ред. Д.І. Фельдштейн. К., 2017., 442 с.
42. Романовський О. Г. Педагогіка успіху: її сутність та основні напрями вивчення. Теорія і практика управління соціальними системами. 2011. № 2. С. 3–8.
43. Соколова В.М., Юзефович Г.Я. Батьки і діти у світі, що змінюється: Кн. Для вчителів та батьків. – К.: Либідь, 2011., 338 с.
44. Соснін В.А. Соціальна психологія: Підручник/В.А. Соснін, Є.А. Краснікова. – К.: Форум, 2013. - 336 с.
45. Скіннер Р., Клііз Дж. Сім'я і як у ній вціліти. - К: Либідь, 2004. – 206 с.
46. Столін В. В., Пантілеєв С. Р. Опитувальник самовідносини // Практикум з психодіагностики: Психодіагностичні матеріали. К., 2018. – С. 123-130.
47. Столін В. В. Самосвідомість особистості. – К: Вид-во Гельвецій, 1983. – 288 с.
48. Столяренко Л.Д. Соціальна психологія: Короткий курс лекцій/Л.Д. Столяренко В.Є. Столяренка. – К.: Юрайт, 2012. - 219 с.
49. Структурна модель феномена залежності в близьких міжособистісних відносинах // Консультативна психологія та психотерапія. – 2013. – №4. – С. 51-69.
50. Сухов А.М. Соціальна психологія: Навчальний посібник для студентів закладів середньої професійної освіти/О.М. Сухів. – К.: ІЦ Академія, 2013. - 240 с.
51. Толстих Н.М. Соціальна психологія: навч. – К.: Юрайт, 2014. - 603 с.

52. Виготський Л.С. Психологія розвитку. - [Електронний ресурс] - Режим доступу: URL: http://yanko.lib.ua/books/psycho/vugotskiy-psc_razv_chel-4-istoriya_razvitiya_vysshyh_psih_funkciy.pdf (дата звернення 15.03.2026).
53. Дружинін В.М. Психологія загальних можливостей. - [Електронний ресурс] - Режим доступу: URL: <http://mreadz.com/read280459/p33> (дата звернення 17.02.2026).
54. Ломов Б.Ф. Методологічні та теоретичні проблеми психології. - [Електронний ресурс] - Режим доступу: URL: <http://www.psy.crimea.ua/content/view/158/119/> (дата звернення 17.02.2026).
55. Уколова Є. М., Шумський В. Б. Тест екзистенційних мотивацій у міжособистісних відносинах: розробка та апробація. Екзистенційний аналіз. – 2012. – № 4. С. 187-202.
56. Філіппова Г.Г. Психологія материнства. К., 2014., 228 с.
57. Франкл В. Воля до змісту. К: Воля, 2000. – 488 с.
58. Хямяляйнен Ю. Виховання батьків: концепції, напрями та перспективи. К.: Думка, 2013., 226 с.
59. Якимчик О. А. Когнітивний та емоційний компоненти любові у людей різного віку: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – К., 2009. – 28 с.
60. Atkinson, J.M. An introduction to motivation / J.M. Atkinson. – N.Y. : van Nostrand, 1964. 344 p.
61. Bandura, A. Self-Efficacy Mechanism in Human Agency / A.Bandura // American psychologist, 1982, –Vol. 37, – No. 2, P. 122-147.
62. Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. Psychological Bulletin. - 125. - 276-302 p.
63. Langle A., Orgler Ch., Kundi M. (2003) The Existence Scale. Новий спосіб досліджувати здатність до find personal meaning in life and to

- reach existential fulfillment. Європейська психотерапія. - Vol. 4. - №1. - 135-151 p.
64. Lewis R. A., Spanier G. B. (1971) Розростання про якість і stability marriage // Contemporary theories o the family. - Vol 2. Eds W Burr про N. Y.
 65. Lewin K. Time perspective and morale / In K. Lewin (Ed.), Resolving social conflicts and field theory in social science. – Washington, D.C: American Psychological Association, 1942. P. 80–93.
 66. Kelly H., Thibaut J. (1959) The Social Psychology of groups. – N.Y.: John Wiley & Sons, Inc.
 67. Maddi S. R., Kobasa S. C., Hoover M. (1979) An Alienation Test // Journal of Humanistic Psychology. – 19. – №4. - 73-76 p.
 68. Marks D., Murray M., Evans B., Willing C. Health Psychology: Theory, Research and Practice / D. Marks – L., 2000. P. 7–28.
 69. Piaget J. The growth of logical thinking from childhood to adolescence. – New York: Basic Books, 1958.
 70. Reis H. T., Aron A., Clark M. S., Finkel E.J. (2013) Ellen Berscheid, Elaine Hatfield, і Emergence of Relationship Science \ Perspectives on Psychological Science. - Vol. 8. - №5. - 558-572 p.