

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

«ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ»

Завідувач кафедри _____

«____» _____ 2026 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

за темою **«Вплив сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей»**

Студентки Лисенко Анни Євгеніївни
курсу IV

групи ТУКВ-8-22-Б1ПС(4.0здс)

Керівник: кандидат пед. наук, доцент
Федоров О. В.

Національна шкала: _____

Кількість балів: _____

Члени комісії: _____

(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

м. Київ 2026 рік

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДІТЕЙ.....	6
1.1. Поняття сімейного конфлікту та його основні характеристики.....	6
1.2. Психоемоційний стан дитини як об'єкт психологічного аналізу	14
1.3. Психологічні механізми впливу сімейних конфліктів на дітей.....	21
Висновки до першого розділу.....	27
РОЗДІЛ 2. ПРАКТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДІТЕЙ.....	29
2.1. Організація та методи емпіричного дослідження.....	29
2.2. Аналіз результатів дослідження психоемоційного стану дітей	32
2.3. Практичні рекомендації щодо мінімізації негативного впливу сімейних конфліктів.....	45
Висновки до другого розділу	52
ВИСНОВКИ.....	54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	58

ВСТУП

Актуальність теми дослідження зумовлена тим, що сучасна сім'я переживає суттєві трансформації, пов'язані із соціально-економічними змінами, кризовими явищами у суспільстві, підвищеним рівнем стресу та нестабільністю міжособистісних відносин. У цих умовах зростає кількість сімейних конфліктів, які набувають не лише ситуативного, а й хронічного характеру. Особливої значущості ця проблема набуває у контексті впливу на дітей, оскільки саме дитина є найбільш вразливим учасником сімейної системи та чутливо реагує на емоційний клімат у родині.

Сімейні конфлікти є одним із ключових чинників, що впливають на формування психоемоційного стану дитини, її особистісний розвиток, рівень тривожності, агресивності та соціальної адаптації. Дослідження показують, що тривале перебування дитини в умовах конфліктного сімейного середовища може призводити до формування емоційної нестабільності, порушень поведінки, зниження навчальної мотивації та труднощів у міжособистісному спілкуванні. У зв'язку з цим вивчення впливу сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей є актуальним як у теоретичному, так і в практичному аспектах.

Стан наукової розробки проблеми свідчить про значну увагу дослідників до питань сімейної психології, конфліктології та дитячої психології. У працях вітчизняних і зарубіжних науковців (зокрема, М. Поліщук, Р. Федоренко, Л. Шнейдер, G. Harold, E. Cummings та ін.) розглядаються особливості сімейної взаємодії, психологічні механізми виникнення конфліктів, а також їхній вплив на розвиток дитини. Водночас недостатньо дослідженими залишаються питання комплексного емпіричного аналізу впливу сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей молодшого підліткового віку, що зумовлює необхідність подальших наукових пошуків.

Об'єктом дослідження є психоемоційний стан дітей підліткового віку.

Предметом дослідження виступає вплив сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та емпіричне вивчення особливостей впливу сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей, а також розробка практичних рекомендацій щодо мінімізації їх негативного впливу.

Відповідно до поставленої мети визначено такі **завдання дослідження**:

- проаналізувати наукові підходи до розуміння поняття сімейного конфлікту та його основних характеристик;
- розкрити сутність психоемоційного стану дитини як об'єкта психологічного аналізу;
- дослідити психологічні механізми впливу сімейних конфліктів на дітей;
- організувати та провести емпіричне дослідження впливу сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей;
- проаналізувати отримані результати та виявити основні закономірності;
- розробити практичні рекомендації щодо мінімізації негативного впливу сімейних конфліктів.

Теоретичну основу дослідження становлять наукові праці у галузі загальної та вікової психології, сімейної психології, конфліктології та педагогічної психології. Зокрема, використано положення щодо розвитку особистості дитини в сімейному середовищі, механізмів емоційної регуляції, формування прив'язаності, а також впливу соціально-психологічного клімату сім'ї на психічне здоров'я дитини.

Методологічну базу дослідження становлять принципи системного, діяльнісного та особистісно орієнтованого підходів. У процесі дослідження застосовано загальнонаукові методи аналізу, синтезу, узагальнення, а також емпіричні методи – спостереження та психодіагностичну методику Рене Жиля, що дозволяє оцінити особливості міжособистісних відносин дитини та її емоційне ставлення до значущих осіб.

Теоретична значущість роботи полягає у систематизації та узагальненні наукових підходів до проблеми впливу сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей, а також у розширенні уявлень про психологічні механізми цього впливу. Отримані результати доповнюють наявні теоретичні положення щодо ролі сімейного середовища у формуванні емоційної сфери дитини.

Практична значущість дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності практичних психологів, соціальних педагогів, класних керівників та батьків. Розроблені рекомендації можуть бути застосовані для профілактики негативного впливу сімейних конфліктів, покращення емоційного клімату в сім'ї та підвищення рівня психоемоційного благополуччя дітей.

Структура бакалаврської роботи зумовлена логікою дослідження та складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків та списку використаних джерел. У першому розділі розкрито теоретичні засади впливу сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей. У другому розділі представлено організацію та результати емпіричного дослідження, а також практичні рекомендації щодо мінімізації негативного впливу сімейних конфліктів. робота викладена на 60сторінках, містить 4 рисунки. Список використаних джерел налічує 50 найменувань.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДІТЕЙ

1.1. Поняття сімейного конфлікту та його основні характеристики

Сім'я як соціально-психологічний інститут є однією з найдавніших форм організації людських відносин, що поєднує людей системою емоційних, правових, моральних і побутових зв'язків. У межах сімейної взаємодії відбувається задоволення базових потреб особистості, формування цінностей і моделей поведінки, а також реалізація ключових функцій – репродуктивної, виховної, економічної, комунікативної та рекреативної. Водночас саме інтенсивність і тривалість міжособистісних контактів у сім'ї створюють передумови для виникнення суперечностей, які можуть перерости у конфлікти. Це дозволяє розглядати сімейний конфлікт як закономірний і невід'ємний елемент функціонування сімейної системи.

У науковій літературі поняття конфлікту трактується як форма соціальної взаємодії, що характеризується протиборством сторін на основі протилежних інтересів, потреб, цінностей або поглядів. Така загальна дефініція дозволяє конкретизувати зміст сімейного конфлікту як різновиду міжособистісного конфлікту, що виникає в умовах сімейних відносин. Сімейний конфлікт доцільно визначати як процес взаємодії членів сім'ї, у якому проявляється зіткнення їхніх інтересів, цілей, потреб і ціннісних орієнтацій, що супроводжується емоційною напругою та прагненням до розв'язання суперечностей [20].

Сутнісною характеристикою сімейного конфлікту є його психологічна природа. Він не обмежується лише зовнішнім протистоянням, а передбачає внутрішнє переживання ситуації як значущої проблеми, що потребує вирішення [38, с. 252]. Це означає, що конфлікт у сім'ї завжди має суб'єктивний вимір: одна й та сама ситуація може сприйматися різними членами сім'ї по-різному залежно від їхнього досвіду, очікувань, рівня емоційної зрілості та комунікативних навичок.

У більш вузькому значенні сімейний конфлікт визначається як протиборство між членами сім'ї, що виникає на основі зіткнення протилежно спрямованих мотивів і поглядів. Такий підхід акцентує на об'єктивній стороні конфлікту – наявності суперечностей, які потребують узгодження. Водночас сучасні дослідження підкреслюють, що конфлікт у сім'ї є не лише деструктивним явищем, але й механізмом розвитку сімейної системи, оскільки через нього відбувається перегляд ролей, норм і очікувань.

Особливістю сімейного конфлікту є його багаторівневий характер. Він може проявлятися на міжособистісному рівні (між подружжям, батьками і дітьми), внутрішньоособистісному (як внутрішні переживання одного з членів сім'ї) та навіть соціальному рівні, оскільки сім'я функціонує як частина ширшої соціальної системи [34]. Така багатовимірність зумовлює складність аналізу сімейних конфліктів і необхідність міждисциплінарного підходу до їх дослідження.

Однією з ключових характеристик сімейного конфлікту, яка визначає його специфіку порівняно з іншими видами соціальних конфліктів, є його виражена емоційна насиченість. Саме емоційний компонент виступає системоутворюючим фактором сімейної взаємодії, оскільки сім'я є не лише соціальною, а насамперед емоційною системою, у якій значущими є довіра, прив'язаність, любов, підтримка та відчуття безпеки. У зв'язку з цим будь-яке порушення гармонії у сімейних відносинах сприймається її членами значно гостріше, ніж конфлікти в інших соціальних контекстах, наприклад, у професійній або формальній взаємодії [30, с. 151].

Емоційна насиченість сімейних конфліктів проявляється у широкому спектрі переживань, серед яких провідне місце займають образа, гнів, роздратування, ревності, страх, тривога, відчуття несправедливості та розчарування. Ці емоції часто не існують ізольовано, а формують складні емоційні комплекси, які можуть взаємно підсилюватися. Наприклад, образа може поєднуватися з почуттям зради, а гнів – із переживанням безсилля або втрати контролю над ситуацією. Така емоційна багатовимірність значно ускладнює процес раціонального осмислення конфлікту та пошуку конструктивних шляхів його вирішення.

Особливістю емоційної насиченості сімейних конфліктів є те, що вона безпосередньо зумовлена глибиною та інтенсивністю міжособистісних зв'язків між учасниками сімейної системи. На відміну від формальних або ситуативних конфліктів, у яких сторони можуть зберігати певну емоційну дистанцію та раціональність у взаємодії, сімейні конфлікти розгортаються в умовах тривалих, значущих і часто емоційно залежних відносин. Саме тому будь-які суперечності в межах сім'ї набувають не лише змістового, але й глибоко особистісного значення.

У сімейному середовищі навіть незначні розбіжності у поглядах, очікуваннях або поведінкових реакціях можуть сприйматися як загроза емоційній безпеці, стабільності стосунків або як прояв відчуження чи неповаги. Це пояснюється тим, що для членів сім'ї характерним є підвищений рівень емоційної залученості та чутливості до реакцій один одного. У результаті інтерпретація конфліктної ситуації часто є суб'єктивно посиленою, а емоційна реакція – непропорційною до об'єктивної значущості самої події. Таким чином, конфлікт може виникати не лише через реальні суперечності, але й через їхнє емоційне трактування [37, с. 202].

Важливо підкреслити, що емоційна напруженість сімейних конфліктів має складний амбівалентний характер, тобто може одночасно виконувати як деструктивні, так і потенційно конструктивні функції. З одного боку, високий рівень емоційного напруження виступає потужним фактором загострення конфлікту. У таких умовах знижується здатність учасників до раціонального аналізу ситуації, домінують імпульсивні реакції, посилюється емоційна реактивність та формується тенденція до спрощеного, поляризованого сприйняття іншої сторони. Люди починають мислити категоріями «правий – винний», «свій – чужий», що суттєво ускладнює можливість конструктивного діалогу.

У стані високої емоційної напруги також відбувається зниження рівня самоконтролю, що проявляється у підвищеній агресивності, використанні образливих висловлювань, узагальненнях негативного характеру та закріпленні взаємних звинувачень. Це сприяє формуванню так званого «замкненого кола конфлікту», коли емоційна реакція однієї сторони провокує ще більш інтенсивну реакцію іншої, що призводить до поступової ескалації напруги та поглиблення

конфліктної ситуації. У довготривалій перспективі такі процеси можуть призводити до емоційного виснаження, відчуження між членами сім'ї та руйнування довірчих відносин [33].

Особливо важливо враховувати, що діти, які є свідками або учасниками сімейних конфліктів, надзвичайно чутливо реагують на емоційну напругу в сім'ї. Вони часто не здатні раціонально інтерпретувати конфлікт, тому сприймають його виключно через емоційні реакції дорослих. Це може формувати у дитини відчуття небезпеки, нестабільності та внутрішньої тривоги, що негативно впливає на її психоемоційний стан і загальний розвиток.

Водночас емоційна насиченість сімейних конфліктів не завжди має виключно негативний вплив. У певних умовах вона може виконувати конструктивну функцію, виступаючи своєрідним індикатором значущості проблеми та необхідності її вирішення. Саме емоції часто сигналізують учасникам конфлікту про наявність глибоких незадоволених потреб, невирішених суперечностей або порушених очікувань. У цьому сенсі емоційна реакція є не лише проявом напруги, але й важливим механізмом усвідомлення проблемної ситуації.

Крім того, високий рівень емоційного залучення може стати стимулом для активного пошуку шляхів вирішення конфлікту. У випадках, коли емоції усвідомлюються та регулюються належним чином, вони здатні сприяти підвищенню мотивації до відновлення порушених відносин, формуванню емпатії до іншої сторони та перегляду власних позицій. Таким чином, емоційна насиченість може виступати не лише як фактор дестабілізації, але й як ресурс для трансформації конфлікту у конструктивне русло [24, с. 103].

Особливо важливим є розвиток у членів сім'ї навичок емоційної саморегуляції та усвідомленого ставлення до власних переживань. Здатність розпізнавати власні емоції, розуміти їх причини та керувати їх вираженням є ключовою умовою зниження деструктивного потенціалу сімейних конфліктів. У цьому контексті емоційна насиченість може бути не лише викликом, але й можливістю для особистісного зростання та розвитку більш зрілих форм взаємодії.

Іншою важливою характеристикою сімейних конфліктів є їхня тривалість і тенденція до повторюваності. На відміну від ситуативних або одноразових конфліктів у інших сферах життя, сімейні конфлікти часто мають циклічний характер і можуть повторюватися у схожих формах протягом тривалого часу. Це пояснюється тим, що їхні причини зазвичай мають не поверхневий, а глибинний характер і пов'язані з фундаментальними аспектами сімейного функціонування.

До таких глибинних причин належать невідповідність очікувань партнерів, рольові дисбаланси у сім'ї, різні уявлення про розподіл обов'язків, а також незадоволення базових емоційних потреб, таких як потреба у визнанні, підтримці, повазі та прийнятті. Оскільки ці чинники не завжди усвідомлюються учасниками конфлікту або не отримують належного вирішення, конфліктні ситуації мають тенденцію до відтворення у різних формах [33].

Циклічність сімейних конфліктів також пов'язана з особливостями емоційної пам'яті та сформованих поведінкових патернів. Якщо певні способи реагування на конфлікт (наприклад, уникання, агресія або мовчазний протест) не змінюються, вони з високою ймовірністю повторюються у нових ситуаціях. Таким чином, конфлікт стає не одноразовою подією, а стійкою моделлю взаємодії у сімейній системі.

Тривалість конфліктів має особливо негативний вплив на психологічний стан членів сім'ї, оскільки постійне перебування у стані емоційної напруги призводить до формування хронічного стресу. У дітей це може проявлятися у вигляді тривожності, емоційної нестабільності, зниження концентрації уваги, порушення сну та поведінкових труднощів. У дорослих – у вигляді емоційного виснаження, зниження задоволеності життям та погіршення якості міжособистісних відносин.

Суттєвою ознакою сімейного конфлікту є його тісний зв'язок із виконанням сімейних функцій. Сім'я як соціальний інститут виконує низку важливих функцій, серед яких економічна, виховна, емоційна, репродуктивна та соціалізаційна. Конфлікти найчастіше виникають саме у процесі реалізації цих функцій, оскільки вони передбачають постійну взаємодію між членами сім'ї, розподіл ролей та відповідальності [32, с. 89].

Найпоширенішими сферами виникнення сімейних конфліктів є розподіл домашніх обов'язків, фінансові питання, виховання дітей, організація спільного дозвілля та прийняття важливих життєвих рішень. Наприклад, конфлікти щодо виховання дітей можуть виникати через різні педагогічні підходи батьків, що призводить до суперечливих вимог до дитини та підвищення її емоційної напруги. Фінансові конфлікти часто пов'язані з різними уявленнями про пріоритети витрат та матеріальне забезпечення сім'ї.

Зв'язок конфліктів із сімейними функціями свідчить про те, що вони не є випадковими або зовнішніми явищами, а інтегровані у саму структуру сімейної системи. Це означає, що для їх ефективного подолання недостатньо лише усунення окремих симптомів конфлікту, необхідно також аналізувати та трансформувати саму систему взаємодії між членами сім'ї.

Важливою характеристикою є також комунікативний аспект сімейного конфлікту. Більшість конфліктів виникає або загострюється через порушення комунікації: нерозуміння, недостатню відкритість, відсутність умінь слухати і висловлювати власні почуття. Дослідження показують, що дефіцит ефективної комунікації є одним із ключових чинників виникнення сімейних конфліктів, поряд із розбіжностями у цінностях, стресовими ситуаціями та рольовими суперечностями [34].

Сімейний конфлікт характеризується також високим ступенем індивідуалізації, що означає його суттєву залежність від унікальних психологічних особливостей кожного з учасників. На відміну від формалізованих або інституційних конфліктів, сімейні конфлікти не мають жорстко заданих сценаріїв розвитку, оскільки формуються у просторі тісних емоційних зв'язків і тривалих міжособистісних відносин. У зв'язку з цим їх перебіг значною мірою детермінується такими характеристиками особистості, як темперамент, рівень емоційної стабільності, самоконтроль, комунікативна компетентність, здатність до емпатії, а також попередній життєвий і конфліктний досвід.

Зокрема, особи з імпульсивним типом реагування, як правило, схильні до відкритих, експресивних форм конфліктної поведінки, які супроводжуються

емоційними вибухами, різкими висловлюваннями та високою інтенсивністю афективних реакцій. Такі прояви часто сприяють швидкій ескалації конфлікту та ускладнюють його конструктивне вирішення. Натомість інтровертовані або емоційно стримані особистості частіше обирають стратегії уникнення, замовчування проблем або пасивного опору, що може призводити до накопичення прихованої напруги та переходу конфлікту у латентну форму. Таким чином, індивідуально-психологічні особливості визначають не лише стиль поведінки у конфлікті, але й його інтенсивність, тривалість та наслідки для сімейної системи [33].

Не менш важливою характеристикою сімейного конфлікту є його динамічність, тобто здатність до розвитку у часі та переходу через певні послідовні етапи. У психологічній літературі традиційно виокремлюють кілька стадій конфлікту: виникнення конфліктної ситуації, усвідомлення суперечності, етап ескалації напруги, кульмінаційний момент та завершальна фаза – розв'язання або згасання конфлікту. На кожному з цих етапів можливі різні сценарії розвитку подій, які залежать як від зовнішніх обставин, так і від внутрішніх ресурсів учасників конфлікту.

На стадії виникнення конфліктної ситуації зазвичай фіксуються перші ознаки розбіжностей у поглядах, потребах або очікуваннях. Якщо на цьому етапі не відбувається конструктивного обговорення проблеми, конфлікт переходить у фазу усвідомлення суперечності, коли сторони починають чітко ідентифікувати протилежність позицій. Далі, у процесі ескалації, відбувається наростання емоційної напруги, зниження рівня раціональності у спілкуванні, посилення взаємних звинувачень та формування негативних установок щодо іншої сторони. Кульмінація конфлікту характеризується максимальною інтенсивністю емоційних проявів, після чого можливі два основні варіанти розвитку подій: конструктивне розв'язання або затяжне, хронічне протистояння [34].

Варто підкреслити, що сімейний конфлікт має амбівалентний характер, тобто може виконувати як деструктивні, так і конструктивні функції. З одного боку, неконтрольовані або хронічні конфлікти призводять до погіршення емоційного клімату в сім'ї, формування відчуження між її членами, зниження рівня довіри та

підтримки, а в окремих випадках – до розпаду сімейної системи. Особливо негативно такі процеси впливають на дітей, які в умовах постійної напруги переживають підвищений рівень тривожності, емоційної нестабільності та соціальної дезадаптації.

З іншого боку, за умови конструктивного підходу сімейний конфлікт може виконувати важливі позитивні функції. Він може виступати своєрідним механізмом розвитку сімейної системи, сприяючи уточненню ролей, перегляду очікувань, покращенню взаєморозуміння між партнерами та підвищенню рівня емоційної відкритості. Конструктивне вирішення конфлікту передбачає не його уникнення, а активне обговорення проблеми, пошук компромісів та формування нових, більш адаптивних моделей взаємодії. У цьому випадку конфлікт може сприяти зміцненню сімейних зв'язків та підвищенню згуртованості сім'ї.

Особливістю сімейних конфліктів є також їхня висока поширеність у сучасному суспільстві. Емпіричні дослідження свідчать, що конфлікти є практично невід'ємною частиною функціонування більшості сімей незалежно від їх соціального статусу, рівня освіти чи матеріального забезпечення. Це дозволяє розглядати конфлікт не як виключне або патологічне явище, а як природний елемент розвитку сімейних відносин. У такому контексті важливим є не прагнення до повного уникнення конфліктів, що є практично неможливим, а формування у членів сім'ї ефективних стратегій їх конструктивного вирішення.

Таким чином, сімейний конфлікт є складним багатовимірним явищем, що поєднує соціальні, психологічні та поведінкові аспекти. Його сутність полягає у зіткненні інтересів і потреб членів сім'ї, а основні характеристики включають емоційну насиченість, тривалість, багаторівневість, зв'язок із сімейними функціями, комунікативну зумовленість та динамічний характер. Усвідомлення цих характеристик є необхідною передумовою для глибокого аналізу сімейних конфліктів і розробки ефективних механізмів їх попередження та вирішення.

1.2. Психоемоційний стан дитини як об'єкт психологічного аналізу

Психоемоційний стан дитини є одним із ключових об'єктів сучасної психологічної науки, що перебуває на перетині вікової психології, педагогічної психології, клінічної психології та психофізіології. Його дослідження зумовлене тим, що саме емоційна сфера виступає базисом формування особистості, визначає характер соціалізації дитини, її адаптаційні можливості, рівень психічного благополуччя та здатність до ефективної взаємодії з навколишнім середовищем. У науковому дискурсі психоемоційний стан розглядається як інтегративна характеристика, що відображає динамічне поєднання емоційних переживань, афективних реакцій, настрою та психічної активності індивіда.

У контексті дитячого розвитку психоемоційний стан має специфічні особливості, зумовлені віковими закономірностями становлення психіки. Дитина перебуває у стані постійного розвитку, що передбачає інтенсивне формування емоційної регуляції, самосвідомості, соціальних навичок та когнітивних процесів. Саме тому психоемоційний стан дитини не є статичним утворенням, а характеризується високою мінливістю, чутливістю до зовнішніх впливів і залежністю від соціального оточення.

У науковій літературі психоемоційний стан визначається як комплексне утворення, що включає емоції, почуття, рівень тривожності, емоційну стабільність, настрій та здатність до емоційної регуляції. Зокрема, емоційний розвиток дитини розглядається як її здатність усвідомлювати, переживати та контролювати власні емоції, що забезпечує ефективну взаємодію з соціальним середовищем [39 с. 40.]. Таким чином, психоемоційний стан виступає не лише показником внутрішнього благополуччя, але й важливим чинником соціальної адаптації.

Особливу увагу в сучасній психологічній науці приділяють структурі психоемоційного стану дитини, оскільки саме він відображає цілісну картину її внутрішнього психічного функціонування та реакції на зовнішні впливи. Психоемоційний стан не є одномірним явищем, а становить складну багаторівневу

систему, яка інтегрує різні аспекти психіки та поведінки дитини. У науковій літературі традиційно виділяють його основні компоненти: емоційний, когнітивний, поведінковий та фізіологічний.

Емоційний компонент включає безпосередні переживання дитини, її афективні реакції, настрої, емоційні стани та їх динаміку. Саме цей компонент є найбільш чутливим до змін зовнішнього середовища, зокрема до характеру сімейних взаємин. Дитина може переживати широкий спектр емоцій – від радості, задоволення та відчуття безпеки до тривоги, страху, гніву або розчарування. Інтенсивність і тривалість цих емоцій значною мірою визначають загальний психоемоційний фон, у якому відбувається її розвиток [12].

Когнітивний компонент психоемоційного стану охоплює процеси усвідомлення емоцій, їх інтерпретації та осмислення ситуацій, що викликають емоційні реакції. Дитина не лише емоційно реагує на події, але й певним чином їх оцінює, формує уявлення про причини того, що відбувається, та будує власні пояснювальні моделі. Рівень розвитку когнітивного компонента визначає здатність дитини розуміти власні емоції, розрізняти їх та регулювати відповідні поведінкові реакції. Недостатній розвиток цього компонента може призводити до імпульсивності, емоційної нестабільності та труднощів у саморегуляції.

Поведінковий компонент проявляється у зовнішніх реакціях дитини, які є видимим відображенням її внутрішнього емоційного стану. Це можуть бути як вербальні прояви (розмови, висловлювання, комунікація), так і невербальні (міміка, жести, рухова активність, агресивні або унікальні дії). Поведінкові реакції часто виступають основним джерелом інформації для дорослих про емоційний стан дитини, однак вони не завжди повністю відображають його глибинний зміст, оскільки дитина може як відкрито демонструвати свої переживання, так і приховувати їх [13].

Фізіологічний компонент психоемоційного стану включає зміни у функціонуванні організму, що супроводжують емоційні переживання. До них належать зміни серцевого ритму, дихання, м'язового тону, рівня активності нервової системи, а також психосоматичні прояви, такі як головний біль, порушення

сну або апетиту. У дитячому віці фізіологічні реакції є особливо чутливими до емоційного навантаження, що робить цей компонент важливим індикатором рівня психологічного благополуччя.

Багатокомпонентний характер психоемоційного стану дитини свідчить про його складність та необхідність системного, інтегративного підходу до аналізу. Розгляд лише одного з компонентів не дозволяє отримати повної картини психічного стану, оскільки всі вони тісно взаємопов'язані та взаємно впливають один на одного. Наприклад, емоційні переживання безпосередньо впливають на поведінку та фізіологічні реакції, тоді як когнітивна оцінка ситуації може змінювати інтенсивність емоцій.

Важливою характеристикою психоемоційного стану дитини є його тісний зв'язок із нервово-психічним розвитком. Рівень дозрівання центральної нервової системи визначає здатність дитини до емоційної регуляції, контролю імпульсів та адаптації до змін зовнішнього середовища. У ранньому віці регуляція емоцій значною мірою є зовнішньо опосередкованою, тобто здійснюється за допомогою дорослих. У процесі розвитку поступово формується внутрішня саморегуляція, яка дозволяє дитині самостійно керувати своїми емоційними станами та поведінкою [29, с. 12].

Критеріями оцінки психоемоційного розвитку виступають різні сфери функціонування дитини, зокрема розвиток мовлення, пізнавальної діяльності, соціальних навичок, ігрової активності та емоційних проявів. Рівень сформованості цих сфер дозволяє оцінити не лише загальний розвиток дитини, але й її здатність до емоційної адаптації. Наприклад, розвинене мовлення сприяє кращому вираженню емоцій, а сформовані соціальні навички забезпечують ефективну взаємодію з оточенням і зниження рівня конфліктності.

Однією з ключових особливостей психоемоційного стану є його залежність від вікових етапів розвитку. У різні періоди дитинства та підліткового віку емоційна сфера зазнає якісних змін, що пов'язано з дозріванням психіки та соціальним досвідом дитини. У дошкільному віці відбувається становлення базових емоцій, таких як радість, страх, гнів, сором та інтерес. У цей період активно формуються

механізми емоційного реагування, закладаються основи довільності психічних процесів та розвивається емоційна чутливість [12].

Саме у дошкільному віці формуються передумови емоційного інтелекту, який включає здатність розпізнавати емоції, розуміти їх причини та керувати ними. Ці навички є надзвичайно важливими для подальшого соціального розвитку дитини, оскільки визначають якість її взаємодії з іншими людьми та рівень психологічної адаптації.

У молодшому шкільному віці психоемоційний стан дитини значною мірою пов'язаний із навчальною діяльністю. У цей період зростає роль оцінювання, самооцінки та соціального порівняння, що може впливати на емоційний стан дитини. Успіхи або труднощі у навчанні безпосередньо відображаються на рівні тривожності, впевненості у собі та мотивації до діяльності. Також важливого значення набувають міжособистісні відносини з однолітками та вчителями, які можуть як підтримувати, так і ускладнювати емоційний розвиток.

У підлітковому віці психоемоційний стан характеризується підвищеною емоційною лабільністю, внутрішніми конфліктами та активним процесом формування ідентичності. У цей період підліток переживає інтенсивні зміни у самосприйнятті, прагне до самостійності та водночас залишається емоційно залежним від значущих дорослих. Це створює внутрішню напругу, яка може проявлятися у вигляді конфліктності, агресивності або, навпаки, замкненості та соціальної ізоляції [39, с. 42].

Суттєвою рисою психоемоційного стану дитини є його залежність від соціального середовища, насамперед сім'ї. Сімейні відносини, стиль виховання, емоційний клімат у родині визначають характер емоційних переживань дитини, рівень її тривожності та впевненість у собі. Дослідження показують, що негативні фактори, такі як конфлікти між батьками або їхня підвищена тривожність, можуть суттєво погіршувати психоемоційний стан дитини, спричиняючи розвиток тривожності, агресивності або емоційної нестабільності.

Окрім сімейного середовища, значний вплив на психоемоційний стан дитини мають соціальні та макросоціальні фактори. До них належать умови навчання,

взаємини з однолітками, соціально-економічні умови, а також кризові ситуації, такі як війна, міграція чи соціальні потрясіння. Зокрема, сучасні дослідження засвідчують, що в умовах стресових подій у дітей можуть спостерігатися підвищена тривожність, емоційна напруга, страхи та порушення адаптації [11]. Це підкреслює важливість врахування контексту розвитку дитини при аналізі її психоемоційного стану.

Важливим аспектом психологічного аналізу є функції психоемоційного стану. Він виконує регулятивну функцію, забезпечуючи адаптацію поведінки до умов середовища; сигнальну, інформуючи про задоволення або незадоволення потреб; комунікативну, сприяючи взаєморозумінню між людьми; та мотиваційну, визначаючи спрямованість діяльності. Таким чином, психоемоційний стан є не лише відображенням внутрішніх переживань, але й активним чинником поведінки дитини.

Суттєвою характеристикою психоемоційного стану є його динамічність. Він змінюється під впливом зовнішніх і внутрішніх факторів, проходить певні стани – від емоційного благополуччя до напруження або дезадаптації. У цьому контексті важливим є розмежування нормальних і патологічних проявів. Нормальний психоемоційний стан характеризується стабільністю, адекватністю емоційних реакцій, здатністю до саморегуляції та позитивним настроєм. Порушення психоемоційного стану можуть проявлятися у вигляді тривожності, депресивних станів, агресивності, страхів або психосоматичних реакцій [12].

Психоемоційний стан дитини також тісно й безпосередньо пов'язаний із процесом формування її особистості, оскільки саме в дитячому та підлітковому віці закладаються базові психологічні структури, які визначають подальший розвиток індивіда. Емоційний досвід, який дитина набуває у взаємодії з батьками, однолітками та іншими значущими дорослими, виступає одним із ключових механізмів становлення її ціннісної сфери, системи установок, моделей поведінки та рівня соціальної компетентності. У цьому контексті емоції не лише відображають внутрішній стан дитини, а й виконують функцію своєрідного «будівельного матеріалу» для формування особистісних якостей.

Зокрема, позитивний емоційний досвід, який характеризується відчуттям безпеки, прийняття, підтримки та емоційної стабільності, сприяє формуванню у дитини базової довіри до світу та оточення. Такий досвід є основою розвитку впевненості у собі, адекватної самооцінки, емпатійності та відкритості до соціальних контактів. Дитина, яка регулярно отримує позитивне емоційне підкріплення, зазвичай демонструє більш адаптивні стратегії поведінки, легше встановлює міжособистісні зв'язки та ефективніше справляється зі стресовими ситуаціями [25, с. 112].

Натомість негативний емоційний досвід, який формується в умовах конфліктного, нестабільного або емоційно холодного сімейного середовища, може призводити до протилежних наслідків. У таких випадках у дитини поступово формуються тривожність, недовіра до оточення, емоційна закритість або, навпаки, підвищена агресивність як захисна реакція на внутрішній дискомфорт. Тривале перебування у стані емоційної напруги може сприяти закріпленню деструктивних поведінкових моделей, які згодом ускладнюють процес соціальної адаптації та міжособистісної взаємодії.

Таким чином, психоемоційний стан дитини виступає не лише поточним індикатором її психологічного самопочуття, але й важливим фактором довготривалого особистісного розвитку. Він визначає, яким чином дитина сприйматиме себе, інших людей та навколишній світ, а також які способи взаємодії вона буде використовувати у майбутньому [11].

У сучасній психологічній науці значна увага приділяється питанням діагностики психоемоційного стану дитини, оскільки своєчасне виявлення його порушень дозволяє запобігти розвитку більш глибоких психологічних проблем. Для оцінки психоемоційного стану використовуються різноманітні методи, які дозволяють отримати комплексну інформацію про емоційне та поведінкове функціонування дитини. Серед них важливе місце займають методи спостереження, стандартизовані опитувальники, проєктивні методики, а також психофізіологічні дослідження [17, с. 152].

Метод спостереження дозволяє фіксувати природні поведінкові реакції дитини в різних ситуаціях, що дає змогу оцінити рівень її емоційної стабільності, тривожності, агресивності та соціальної активності. Опитувальники використовуються для отримання суб'єктивної інформації про переживання дитини або оцінку її стану з боку дорослих. Проективні методики, у свою чергу, дозволяють виявити приховані емоційні переживання, внутрішні конфлікти та неусвідомлені установки, які не завжди можуть бути вербалізовані дитиною.

Оцінка психоемоційного стану передбачає комплексний аналіз низки показників, серед яких особливе значення мають рівень тривожності, емоційна стабільність, характер емоційних реакцій, особливості поведінки у стресових ситуаціях, а також якість соціальної взаємодії. Сукупність цих характеристик дозволяє сформувати цілісне уявлення про психологічний стан дитини та виявити можливі відхилення від умовної вікової норми.

Важливо підкреслити, що психоемоційний стан дитини є чутливим і раннім індикатором її психологічного благополуччя. Він не лише відображає поточний емоційний стан, але й може сигналізувати про наявність потенційних ризиків розвитку психічних і поведінкових порушень у майбутньому. Зміни у психоемоційній сфері часто передують більш вираженим психологічним проблемам, таким як стійка тривожність, депресивні стани, порушення поведінки або труднощі соціальної адаптації.

Саме тому своєчасна діагностика психоемоційного стану та його корекція є одним із пріоритетних завдань сучасної психологічної практики. Раннє виявлення негативних тенденцій дозволяє не лише запобігати їх розвитку, але й створити умови для гармонійного психічного розвитку дитини. Ефективна психологічна допомога в цьому випадку передбачає не лише роботу з дитиною, але й залучення сім'ї, оскільки саме сімейне середовище є ключовим чинником формування її емоційного стану та особистісного розвитку.

Таким чином, психоемоційний стан дитини як об'єкт психологічного аналізу являє собою складне, багатокomпонентне та динамічне явище, що формується під впливом біологічних, психологічних і соціальних факторів. Його дослідження

дозволяє глибше зрозуміти закономірності розвитку дитячої психіки, виявити фактори ризику та розробити ефективні підходи до забезпечення психологічного благополуччя дитини.

1.3. Психологічні механізми впливу сімейних конфліктів на дітей

Сімейні конфлікти як складне соціально-психологічне явище мають глибокий і багатовимірний вплив на розвиток дитини, що реалізується через систему взаємопов'язаних психологічних механізмів. У сучасній психологічній науці ці механізми розглядаються не як прямий лінійний вплив, а як опосередкований процес, у якому вирішальну роль відіграють індивідуальні особливості дитини, характер сімейної взаємодії та контекст розвитку. Дослідження процесуально орієнтованого підходу доводять, що наслідки сімейних конфліктів для дітей залежать від специфіки переживань, інтерпретацій і реакцій, які формуються у конкретних життєвих ситуаціях [45, с. 36].

Одним із базових механізмів впливу сімейних конфліктів є механізм емоційного зараження та інтеріоризації емоційного досвіду. Дитина, перебуваючи в умовах постійної взаємодії з батьками, засвоює їхні емоційні реакції, моделі поведінки та способи реагування на конфліктні ситуації. У випадку частих або інтенсивних конфліктів між батьками дитина стає свідком негативних емоційних проявів – агресії, ворожості, тривоги, що призводить до формування аналогічних внутрішніх станів. Цей механізм пояснює, чому діти з конфліктних сімей часто демонструють підвищену емоційну напруженість, тривожність або агресивність. Крім того, вони можуть переймати деструктивні моделі взаємодії, що надалі впливає на їхні міжособистісні стосунки [10, с. 103].

Наступним важливим механізмом є когнітивно-оціночний механізм, який пов'язаний із тим, як дитина інтерпретує сімейний конфлікт. Дослідження показують, що значущим фактором є не лише сам факт конфлікту, але й те, як дитина його сприймає – як загрозу власній безпеці чи як ситуацію, за яку вона несе

відповідальність. Встановлено, що почуття загрози та самозвинувачення виступають ключовими предикторами негативних наслідків, зокрема розвитку внутрішніх (тривожність, депресивні прояви) та зовнішніх (агресія, порушення поведінки) проблем [47, с. 878]. Таким чином, саме суб'єктивна оцінка конфлікту визначає ступінь його травматичного впливу на дитину.

Важливу роль відіграє механізм формування емоційної небезпеки та порушення базового почуття безпеки. Сім'я традиційно виступає для дитини джерелом захисту та стабільності, тому конфлікти між батьками підривають це відчуття, створюючи стан постійної психологічної напруги. У результаті формується так звана емоційна невпевненість, яка проявляється у підвищеній тривожності, страхах, недовірі до оточення. Дослідження підтверджують, що деструктивні конфлікти між батьками опосередковано впливають на емоційні та поведінкові проблеми дітей через зниження якості прив'язаності та формування почуття небезпеки [50].

Ще одним ключовим механізмом є механізм порушення батьківсько-дитячих відносин. Сімейні конфлікти часто супроводжуються зниженням емоційної доступності батьків, їхньою зайнятістю власними переживаннями та зменшенням уваги до потреб дитини. У таких умовах порушується процес формування прив'язаності, що є фундаментальним для психічного розвитку. Дитина може відчувати емоційну відчуженість, нестачу підтримки, що негативно впливає на її самооцінку та здатність до емоційної регуляції. У довгостроковій перспективі це може призводити до труднощів у встановленні довірливих стосунків.

Суттєвим механізмом є також поведінкове моделювання. Діти, спостерігаючи за конфліктною поведінкою батьків, засвоюють відповідні патерни реагування, які стають основою їхньої власної поведінки. Якщо конфлікти вирішуються агресивно або шляхом уникнення, дитина засвоює ці стратегії як норму. Відповідно, надалі вона може відтворювати аналогічні моделі у спілкуванні з однолітками або в майбутніх сімейних стосунках. Цей механізм пояснює міжпоколінну передачу деструктивних форм поведінки у сім'ї.

Не менш важливим є механізм стресового впливу, що проявляється у фізіологічних та психічних реакціях організму дитини. Постійне перебування у конфліктному середовищі спричиняє хронічний стрес, який може проявлятися у вигляді підвищеної збудливості, порушень сну, соматичних симптомів. Дослідження показують, що діти, які часто стають свідками сімейних конфліктів, демонструють підвищену фізіологічну реактивність, зокрема зміни серцевого ритму та рівня напруги [47, с. 880]. Це свідчить про глибокий вплив конфліктів не лише на психологічному, але й на біологічному рівні.

Окремо слід детально розглянути механізм деформації самооцінки та особистісної ідентичності дитини, який є одним із найбільш значущих наслідків тривалого перебування в умовах сімейних конфліктів. Самооцінка формується у процесі інтеріоризації зовнішніх оцінок і реакцій значущих дорослих, передусім батьків, тому саме сімейне середовище виступає ключовим джерелом її становлення. У конфліктних сім'ях дитина систематично стикається з критикою, суперечливими вимогами, емоційною нестабільністю та непослідовністю у виховних підходах, що створює умови для формування внутрішньо суперечливого та негативно забарвленого образу «Я».

У таких умовах дитина не має стабільних орієнтирів щодо власної цінності та значущості, оскільки батьківські реакції можуть різко змінюватися залежно від емоційного стану дорослих або конфліктної ситуації. Це призводить до того, що дитина починає сприймати себе як «недостатньо хорошу», «винну» або «небажану», що поступово закріплюється у структурі її самосвідомості. Особливо деструктивним є випадок, коли дитина прямо або опосередковано залучається до конфлікту між батьками та починає сприймати себе як його причину або каталізатор. У такій ситуації формується стійке почуття провини, яке не відповідає реальним обставинам, але має глибокий емоційний вплив на особистість [48].

Тривале переживання провини та емоційного тиску суттєво знижує рівень самооцінки, що, у свою чергу, впливає на формування життєвих установок, рівень домагань та здатність до прийняття рішень. Дитина може почати уникати активної соціальної взаємодії, боятися помилок, знижувати власні очікування щодо успіху та

обмежувати власні можливості розвитку. У довготривалій перспективі це створює передумови для формування нестійкої або заниженої самооцінки, яка зберігається і в дорослому віці, впливаючи на професійну та особистісну реалізацію.

Важливим є також механізм порушення процесу соціалізації, який у нормальних умовах забезпечує поступове входження дитини у систему соціальних відносин та засвоєння норм, правил і моделей поведінки. У сім'ях із високим рівнем конфліктності цей процес істотно ускладнюється, оскільки значна частина психічних ресурсів дитини спрямовується не на зовнішню соціальну взаємодію, а на внутрішнє переживання емоційної напруги, тривоги та невизначеності.

У результаті дитина може мати обмежений досвід позитивної соціальної взаємодії, що негативно впливає на формування комунікативних навичок, емпатії та здатності до співпраці. Це може проявлятися у різних формах соціальної дезадаптації: труднощах у встановленні контактів з однолітками, схильності до ізоляції, підвищеній конфліктності або, навпаки, надмірній залежності від значущих осіб та потребі у постійному схваленні. Усі ці прояви свідчать про порушення процесу інтеграції дитини у соціальне середовище, що є важливою складовою її особистісного розвитку [46].

Суттєвим психологічним механізмом впливу сімейних конфліктів є також порушення розвитку емоційної регуляції. У сприятливих умовах дитина поступово опановує навички керування власними емоціями через наслідування поведінки дорослих, їх підтримку та навчання конструктивним способам вираження почуттів. Батьки виступають первинними моделями емоційної поведінки, демонструючи, як реагувати на стрес, як вирішувати суперечки та як відновлювати емоційну рівновагу після конфліктів.

Однак у конфліктних сім'ях ці моделі часто є неефективними або деструктивними. Дорослі можуть демонструвати імпульсивні, агресивні або емоційно нестабільні реакції, які дитина не може осмислити як конструктивні. Унаслідок цього процес засвоєння адекватних стратегій емоційної регуляції порушується. Дитина не отримує чітких зразків того, як слід поводитися у стресових ситуаціях, що призводить до формування неадаптивних способів реагування.

Це може проявлятися у підвищеній імпульсивності, труднощах у контролі гніву, емоційних «вибухах» або, навпаки, у пригніченні емоцій та їх внутрішньому накопиченні. У деяких випадках формується емоційна нестабільність, коли на незначні подразники дитина реагує надмірно інтенсивно. Такі порушення емоційної регуляції надалі можуть негативно впливати на навчальну діяльність, міжособистісні відносини та загальний рівень психологічної адаптації [49, с. 380].

Необхідно також детально враховувати механізм індивідуально-психологічної модерації, який відіграє ключову роль у визначенні того, яким саме чином сімейні конфлікти впливають на психоемоційний стан конкретної дитини. Його сутність полягає в тому, що вплив сімейної конфліктності не є уніфікованим або однаково інтенсивним для всіх дітей, а значною мірою опосередковується їхніми індивідуальними психологічними характеристиками, віковими особливостями, статтю, рівнем розвитку емоційної сфери, попереднім досвідом соціальної взаємодії, а також наявністю або відсутністю зовнішніх ресурсів підтримки.

У цьому контексті особистісні характеристики дитини виступають своєрідними «фільтрами», через які сприймається та інтерпретується сімейна конфліктна ситуація. Наприклад, діти з високим рівнем емоційної стійкості, розвиненою здатністю до саморегуляції та більш зрілими когнітивними механізмами можуть частково нейтралізувати негативний вплив конфліктів, зберігаючи відносну психологічну рівновагу навіть у складних сімейних умовах. Вони частіше використовують конструктивні стратегії подолання стресу, такі як пошук підтримки, когнітивне переосмислення ситуації або переключення уваги на інші види діяльності [46].

Натомість діти з низьким рівнем емоційної стійкості, підвищеною чутливістю або недостатньо сформованими навичками саморегуляції значно більш вразливі до впливу сімейних конфліктів. У них частіше спостерігаються дезадаптивні реакції, такі як підвищена тривожність, емоційна нестабільність, імпульсивність або соціальна ізоляція. У таких випадках навіть відносно помірні конфліктні ситуації можуть сприйматися як сильний стресовий фактор, що перевищує адаптаційні можливості дитини.

Важливим модераційним чинником є також вікові особливості розвитку. У молодшому віці діти є більш залежними від емоційного стану дорослих і менш здатними до когнітивного осмислення конфліктних ситуацій, тому вони більшою мірою реагують на емоційний фон сім'ї, ніж на зміст конфлікту. У підлітковому віці, навпаки, зростає роль самосвідомості, критичного мислення та прагнення до автономії, що може як посилювати внутрішні конфлікти, так і сприяти більш усвідомленому ставленню до сімейних проблем [48].

Статева належність також може впливати на характер реагування на сімейні конфлікти, зокрема через соціально зумовлені моделі поведінки та емоційного вираження. У деяких випадках дівчата частіше демонструють інтеріоризовані реакції, такі як тривожність або схильність до самообвинувачення, тоді як хлопці можуть проявляти екстеріоризовані форми поведінки, зокрема агресію або порушення поведінкових норм. Водночас ці тенденції не є абсолютними та значною мірою залежать від індивідуального розвитку дитини та сімейного виховання.

Окремо слід підкреслити роль соціальної підтримки як важливого захисного фактора, що пом'якшує негативний вплив сімейних конфліктів. Наявність емоційно значущих стосунків поза межами сім'ї – з друзями, вчителями, родичами або шкільними психологами – може суттєво підвищувати рівень психологічної стійкості дитини. Соціальна підтримка забезпечує відчуття прийняття, безпеки та стабільності, що дозволяє компенсувати дефіцит позитивного емоційного досвіду в сім'ї [50].

Дослідження в галузі дитячої психології свідчать, що саме сукупність психологічних ресурсів, зокрема рівень розвитку емоційної регуляції, самооцінки, міжособистісної довіри та соціальної компетентності, визначає вибір дитиною адаптивних або дезадаптивних стратегій реагування на сімейні конфлікти. Діти з розвиненими внутрішніми ресурсами частіше демонструють конструктивні способи подолання стресу, тоді як за їх недостатності формується схильність до уникнення, агресивних реакцій або емоційного «закриття».

Таким чином, психологічні механізми впливу сімейних конфліктів на дітей мають комплексний і взаємопов'язаний характер. Вони охоплюють емоційні,

когнітивні, поведінкові та фізіологічні аспекти розвитку дитини, формуючи її психоемоційний стан, поведінкові стратегії та соціальні установки. Сімейний конфлікт виступає не лише зовнішнім чинником, але й внутрішнім процесом, який трансформується через сприйняття та переживання дитини. Розуміння цих механізмів є необхідною умовою для розробки ефективних психологічних інтервенцій, спрямованих на мінімізацію негативних наслідків і підтримку гармонійного розвитку дитини.

Висновки до першого розділу

У першому розділі було здійснено теоретичне узагальнення наукових підходів до проблеми впливу сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей. У результаті аналізу встановлено, що сімейний конфлікт є складним соціально-психологічним явищем, яке виникає внаслідок зіткнення інтересів, цінностей, потреб та очікувань членів сім'ї. Він характеризується емоційною насиченістю, динамічністю, багаторівневістю та тісним зв'язком із виконанням сімейних функцій.

Психоемоційний стан дитини розглядається як інтегративне утворення, що включає емоційні переживання, рівень тривожності, особливості настрою, здатність до емоційної регуляції та соціальної адаптації. Було встановлено, що цей стан є чутливим індикатором психологічного благополуччя дитини та значною мірою залежить від якості сімейних відносин.

У ході аналізу психологічних механізмів впливу сімейних конфліктів на дітей визначено, що цей вплив є опосередкованим і реалізується через механізми емоційного зараження, когнітивної інтерпретації ситуації, порушення базового почуття безпеки, деформації батьківсько-дитячих відносин, поведінкового моделювання та хронічного стресу. Також встановлено, що інтенсивність негативного впливу значною мірою залежить від вікових та індивідуально-психологічних особливостей дитини, а також від характеру сімейної взаємодії.

Таким чином, теоретичний аналіз засвідчив, що сімейні конфлікти є значущим фактором ризику для психоемоційного розвитку дитини, здатним впливати на формування її емоційної стабільності, поведінкових стратегій та соціальної адаптації.

РОЗДІЛ 2. ПРАКТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДІТЕЙ

2.1. Організація та методи емпіричного дослідження

Емпіричне дослідження впливу сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей було організоване відповідно до принципів наукової обґрунтованості, системності та комплексності психологічного аналізу. Його побудова ґрунтувалася на поєднанні теоретичних положень щодо природи сімейних конфліктів і особливостей психоемоційного розвитку дитини з практичними методами психодіагностики, що дозволяють отримати достовірні та валідні дані. Загальна логіка дослідження передбачала визначення рівня вираженості психоемоційних особливостей дітей, аналіз їхніх міжособистісних відносин у сім'ї та виявлення можливих зв'язків між конфліктністю сімейного середовища та психологічним станом дитини.

Емпірична частина дослідження проводилася на базі навчального закладу із залученням дітей підліткового віку, що обумовлено підвищеною чутливістю цього періоду до впливу соціального середовища, зокрема сім'ї. Вибірку становили 17 дітей віком 10-11 років. Такий вік є особливо значущим для дослідження, оскільки він характеризується активними процесами формування самосвідомості, емоційної сфери та міжособистісних відносин. Саме у цей період діти стають більш чутливими до сімейних взаємин, починають глибше усвідомлювати конфлікти між батьками та їхній вплив на власний психологічний стан.

Формування вибірки здійснювалося за принципом доступності та добровільної участі. Усі учасники дослідження були поінформовані про його мету, а також забезпечено дотримання етичних норм, зокрема конфіденційності отриманих результатів і анонімності даних. Важливим аспектом організації дослідження було створення сприятливих умов для взаємодії з дітьми, що передбачало доброзичливу атмосферу, відсутність оцінювання та тиску, а також врахування індивідуальних особливостей кожного учасника.

У процесі дослідження було використано комплекс методів, що дозволили всебічно охарактеризувати психоемоційний стан дітей та особливості їхніх сімейних взаємин. Основними методами виступили спостереження та проєктивна психодіагностична методика Рене Жиля. Поєднання цих методів забезпечило як безпосереднє вивчення поведінкових проявів дітей, так і глибинний аналіз їхніх внутрішніх переживань і ставлень.

Метод спостереження використовувався як базовий інструмент збору первинної інформації про поведінку дітей у природних умовах. Спостереження проводилося у навчальному середовищі, що дозволило зафіксувати особливості емоційних реакцій, комунікативної поведінки, рівень тривожності, агресивності або замкнутості. Особлива увага приділялася таким показникам, як частота конфліктних ситуацій у взаємодії з однолітками, характер емоційних реакцій на зауваження, здатність до саморегуляції, а також загальний емоційний фон дитини. Спостереження мало систематичний характер і здійснювалося протягом певного періоду часу, що забезпечило можливість отримання більш об'єктивних і репрезентативних даних.

Другим ключовим методом дослідження стала методика Рене Жиля [28], яка належить до напівпроєктивних психодіагностичних інструментів і широко використовується для вивчення міжособистісних відносин дітей, їхньої соціальної адаптації та особливостей сприйняття сімейного середовища. Дана методика спрямована на дослідження структури конкретно-особистісних відносин дитини з оточенням, а також її поведінкових характеристик і соціально-психологічної адаптації. Її застосування є доцільним у контексті дослідження сімейних конфліктів, оскільки вона дозволяє виявити емоційне ставлення дитини до членів сім'ї, рівень конфліктності, агресивності, соціальної активності та інші важливі показники.

Методика Рене Жиля має візуально-вербальний характер і складається з 42 завдань, серед яких 25 представлені у вигляді картинок із зображенням типових життєвих ситуацій, а 17 – у формі текстових описів. Дитині пропонується розглянути зображення, відповісти на запитання або визначити свою поведінку у відповідній ситуації. Такий формат дозволяє знизити рівень психологічного захисту

та отримати більш щирі відповіді, що відображають реальні переживання та установки дитини.

Зміст методики охоплює широкий спектр показників, серед яких особливе значення мають ставлення до матері, батька, сім'ї в цілому, а також рівень конфліктності, агресивності, прагнення до спілкування або ізоляції. Аналіз цих показників дозволяє зробити висновки про характер сімейних взаємин і їхній вплив на психоемоційний стан дитини. Зокрема, високі показники конфліктності та агресивності можуть свідчити про негативний вплив сімейних конфліктів, тоді як показники відчуженості або ізоляції – про внутрішні переживання та емоційну нестабільність.

Процедура проведення методики передбачала індивідуальну роботу з кожною дитиною, що забезпечило можливість встановлення довірливого контакту та отримання більш достовірних результатів. Дослідження проводилося у спокійній обстановці, без сторонніх подразників. Психолог пропонував дитині виконати завдання, супроводжуючи процес бесідою для уточнення відповідей і кращого розуміння їхнього змісту. Важливим аспектом було фіксування не лише відповідей дитини, але й особливостей її поведінки під час виконання завдань, що доповнювало отримані дані.

Обробка результатів методики здійснювалася шляхом кількісного та якісного аналізу. Кількісний аналіз передбачав оцінку показників за відповідними шкалами, що дозволило визначити рівень вираженості тих чи інших характеристик. Якісний аналіз включав інтерпретацію відповідей дитини, виявлення прихованих смислів, аналіз емоційного забарвлення та поведінкових тенденцій. Поєднання цих підходів забезпечило комплексне розуміння психоемоційного стану дітей.

Для підвищення достовірності результатів було застосовано принцип триангуляції, що передбачає використання кількох методів дослідження. Дані, отримані за допомогою спостереження, зіставлялися з результатами методики Рене Жиля, що дозволило виявити узгодженість або розбіжності між зовнішніми поведінковими проявами та внутрішніми переживаннями дітей. Такий підхід сприяв

підвищенню валідності дослідження та більш глибокому розумінню досліджуваного явища.

Особливу увагу в організації дослідження було приділено інтерпретації результатів у контексті впливу сімейних конфліктів. Аналіз отриманих даних дозволив виявити взаємозв'язки між рівнем конфліктності у сім'ї та показниками психоемоційного стану дітей. Зокрема, було враховано такі аспекти, як емоційне ставлення до батьків, рівень тривожності, агресивність, соціальна активність і здатність до встановлення міжособистісних контактів.

Таким чином, організація емпіричного дослідження була спрямована на забезпечення комплексного підходу до вивчення психоемоційного стану дітей у контексті сімейних конфліктів. Використання методів спостереження та методики Рене Жиля дозволило отримати багатовимірні дані, що відображають як зовнішні поведінкові прояви, так і внутрішні психологічні процеси. Це забезпечило можливість глибокого аналізу впливу сімейних конфліктів на дітей та створило основу для подальших наукових узагальнень і практичних рекомендацій.

2.2. Аналіз результатів дослідження психоемоційного стану дітей

Проведене емпіричне дослідження було спрямоване на виявлення особливостей психоемоційного стану дітей підліткового віку та визначення впливу сімейних конфліктів на їх психологічне функціонування. У дослідженні взяли участь 17 дітей віком 10-11 років, що дозволяє розглядати отримані результати як репрезентативні для малої вибірки з урахуванням якісно-кількісного характеру застосованих методів. Аналіз здійснювався на основі поєднання результатів спостереження та даних, отриманих за допомогою методики Рене Жиля [28], яка дає змогу дослідити міжособистісні відносини дитини, її соціальну адаптацію та сприйняття сімейного середовища.

На першому етапі було проведено узагальнення результатів спостереження, яке дозволило виявити поведінкові та емоційні прояви дітей у природних умовах. Аналіз показав, що у 6 дітей (35,3%) спостерігався підвищений рівень тривожності, який проявлявся у невпевненості, униканні активної участі у групових формах роботи, підвищеній чутливості до зауважень. У 4 дітей (23,5%) були зафіксовані ознаки агресивної поведінки, що проявлялися у конфліктності, імпульсивних реакціях та труднощах у контролі емоцій. Водночас 5 дітей (29,4%) демонстрували відносно стабільний емоційний стан, що характеризувався адекватністю реакцій, відкритістю до спілкування та позитивним настроєм. Ще 2 дітей (11,8%) проявляли тенденцію до соціальної ізоляції, що виражалося у замкнутості, униканні контактів з однолітками та зниженій соціальній активності (Рис. 2.1).



Рисунок 2.1 Результати спостереження за психоемоційним станом дітей

Отримані дані свідчать про виражену неоднорідність психоемоційного стану досліджуваної групи, що є закономірним для підліткового віку, оскільки саме в цей період відбувається інтенсивна перебудова емоційної сфери, формування

самосвідомості, підвищення чутливості до соціальних впливів та ускладнення внутрішніх переживань. Підлітковий вік характеризується підвищеною емоційною лабільністю, схильністю до різких змін настрою, посиленням значущості міжособистісних відносин та загостреним сприйняттям оцінки з боку дорослих і однолітків. У зв'язку з цим навіть за відносно сприятливих умов розвитку можливі коливання емоційного стану, що пояснює наявність різних рівнів тривожності, агресивності та соціальної адаптації у межах однієї вибірки.

Водночас наявність значної частки дітей із підвищеною тривожністю та агресивністю виходить за межі вікової норми емоційної варіативності і може розглядатися як індикатор дії додаткових психологічних чинників. Така комбінація емоційних проявів часто відображає внутрішню напругу, труднощі емоційної регуляції та недостатність адаптивних стратегій подолання стресу. У цьому контексті агресивність може виступати як зовнішній поведінковий прояв внутрішнього напруження, тоді як тривожність – як внутрішній стан очікування загрози або нестабільності.

З огляду на результати теоретичного аналізу та емпіричних даних, можна припустити, що одним із ключових чинників, які впливають на формування такого психоемоційного профілю, є особливості сімейного середовища, зокрема наявність конфліктності у взаєминах між батьками. Сімейні конфлікти створюють для дитини хронічно напружену емоційну атмосферу, в якій порушується відчуття психологічної безпеки, стабільності та передбачуваності. Це, у свою чергу, сприяє формуванню підвищеної тривожності як базового емоційного фону.

Крім того, діти, які регулярно спостерігають конфліктні взаємодії між значущими дорослими, можуть засвоювати агресивні моделі поведінки як допустимий спосіб вирішення суперечностей. Такий механізм соціального навчання призводить до того, що агресивність починає виконувати не лише захисну, але й інструментальну функцію у поведінці дитини. Вона може проявлятися у взаємодії з однолітками, дорослими або у відповідь на фруструючі ситуації.

Важливо також враховувати, що вплив сімейної конфліктності рідко є прямим і однозначним. Він опосередковується індивідуально-психологічними

особливостями дитини, такими як рівень емоційної стійкості, характер прив'язаності до батьків, розвиток навичок саморегуляції та наявність зовнішніх ресурсів підтримки. Саме тому в межах однієї вибірки можуть спостерігатися як відносно стабільні емоційні стани, так і виражені порушення психоемоційного функціонування.

На другому етапі було проведено аналіз результатів методики Рене Жиля, яка дозволяє оцінити 13 основних показників, що характеризують систему міжособистісних відносин дитини та її поведінкові особливості. У межах дослідження особлива увага приділялася таким шкалам, як ставлення до батьків, рівень конфліктності та агресивності, соціальна адаптація, прагнення до спілкування та тенденція до ізоляції.

Аналіз шкали «ставлення до матері» показав, що 9 дітей (52,9%) мають позитивне емоційне ставлення, яке проявляється у довірі, прихильності та потребі у взаємодії. У 5 дітей (29,4%) зафіксовано нейтральне ставлення, що характеризується емоційною дистанцією або недостатньою вираженістю прив'язаності. Водночас у 3 дітей (17,7%) виявлено негативне або амбівалентне ставлення, що може свідчити про напруженість у взаєминах або наявність конфліктів.

За шкалою «ставлення до батька» результати виявилися дещо менш позитивними: лише 7 дітей (41,2%) продемонстрували позитивне ставлення, 6 дітей (35,3%) – нейтральне, а 4 дітей (23,5%) – негативне. Це може свідчити про більшу дистанцію у взаєминах із батьком або про наявність конфліктних ситуацій у сім'ї.

Аналіз інтегрального показника «ставлення до батьків» показав, що лише 6 дітей (35,3%) сприймають батьків як єдину, гармонійну систему. У 7 дітей (41,2%) це сприйняття є нейтральним, тоді як у 4 дітей (23,5%) спостерігається негативне або конфліктне сприйняття батьківських взаємин. Ці дані прямо вказують на наявність сімейних конфліктів, які усвідомлюються дитиною та впливають на її емоційний стан.

Отримані результати за шкалами «ставлення до матері» та «ставлення до батька» відображають специфіку емоційно-ціннісних орієнтацій дітей щодо батьків і дозволяють зробити низку психологічно обґрунтованих висновків (Рис. 2.2).

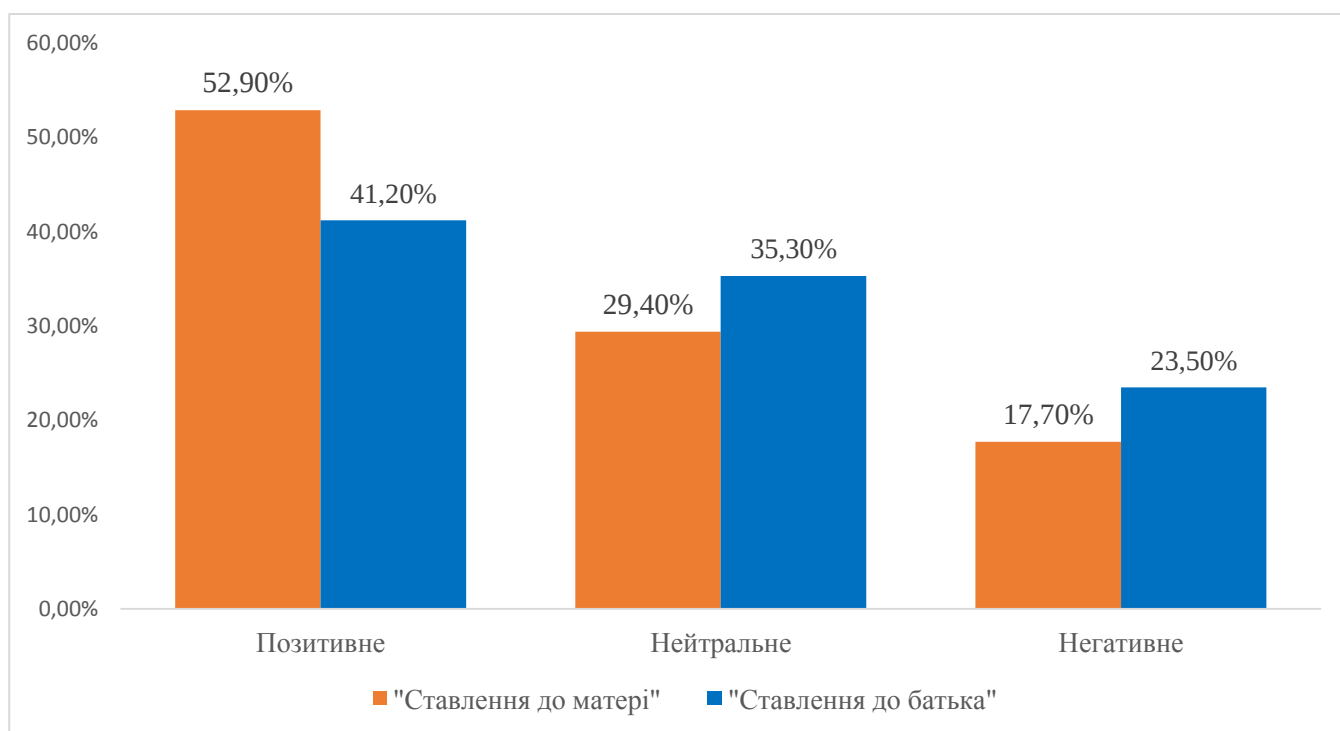


Рисунок 2.2 Результати за шкалою «Ставлення до матері» та «Ставлення до батька»

Насамперед привертає увагу те, що позитивне ставлення до матері (52,9%) є вищим порівняно з аналогічним показником щодо батька (41,2%). Така різниця є типовою для підліткового віку і може пояснюватися більш тісним емоційним контактом із матір'ю, яка традиційно виконує функцію емоційної підтримки, турботи та щоденної взаємодії з дитиною. Високий рівень позитивного ставлення до матері свідчить про наявність у більш ніж половини дітей відносно сприятливого емоційного зв'язку, що виступає важливим захисним фактором для психоемоційного розвитку.

Водночас нижчий показник позитивного ставлення до батька (41,2%) у поєднанні з вищими рівнями нейтрального (35,3%) та негативного ставлення (23,5%) може вказувати на певну емоційну дистанцію або недостатню залученість батька у процес виховання та повсякденного життя дитини. Нейтральне ставлення

часто інтерпретується як недостатня емоційна включеність, формальний характер взаємодії або відсутність глибокого психологічного контакту. Це може бути наслідком як об'єктивних факторів (зайнятість, менша участь у вихованні), так і суб'єктивного сприйняття дитиною ролі батька.

Привертати увагу і той факт, що частка негативного ставлення до батька (23,5%) є вищою, ніж до матері (17,7%). Це може свідчити про більшу конфліктність у взаєминах із батьком або про сприйняття його як більш авторитарної, критичної чи емоційно менш доступної фігури. У контексті дослідження впливу сімейних конфліктів це може також вказувати на те, що саме взаємодія з батьком частіше асоціюється у дітей із напруженими або конфліктними ситуаціями.

Наявність значної частки нейтрального ставлення як до матері (29,4%), так і до батька (35,3%) свідчить про те, що для частини дітей характерна емоційна невизначеність або дистанційованість у сімейних відносинах. Такий тип ставлення може бути індикатором недостатньої емоційної підтримки, нестабільності взаємин або наслідком тривалого перебування у конфліктному середовищі, коли дитина намагається психологічно дистанціюватися від напружених ситуацій.

Узагальнюючи, можна зазначити, що отримані результати відображають диференційований характер сімейних відносин у досліджуваній вибірці. Переважання позитивного ставлення до матері свідчить про збереження емоційного ресурсу підтримки, тоді як відносно нижчі показники щодо батька можуть вказувати на наявність проблем у батьківсько-дитячій взаємодії. Підвищений рівень нейтральних і негативних оцінок, особливо щодо батька, може розглядатися як один із індикаторів впливу сімейних конфліктів, що проявляється у зниженні емоційної близькості, формуванні дистанції та потенційних труднощах у міжособистісних відносинах.

Особливо значущими є результати за шкалою «конфліктність та агресивність». Високий рівень цього показника був зафіксований у 5 дітей (29,4%), середній – у 7 дітей (41,2%), низький – у 5 дітей (29,4%). Таким чином, понад 70% дітей демонструють середній або високий рівень конфліктності, що може бути

наслідком моделювання поведінки батьків або реакцією на напружене сімейне середовище.

Аналіз шкали «соціальна адекватність поведінки» показав, що 8 дітей (47,1%) мають достатній рівень соціальної адаптації, 6 дітей (35,3%) – середній, а 3 дітей (17,6%) – низький рівень. Це свідчить про те, що частина дітей відчуває труднощі у взаємодії з соціальним середовищем, що може бути пов'язано з емоційними проблемами, сформованими у сім'ї.

Отримані результати за шкалами «рівень конфліктності та агресивності» і «рівень соціальної адаптації» відображають важливі особливості психоемоційного функціонування дітей у досліджуваній вибірці та дозволяють зробити змістовні психологічні висновки щодо їхнього розвитку в умовах сімейного середовища (Рис. 2.3).

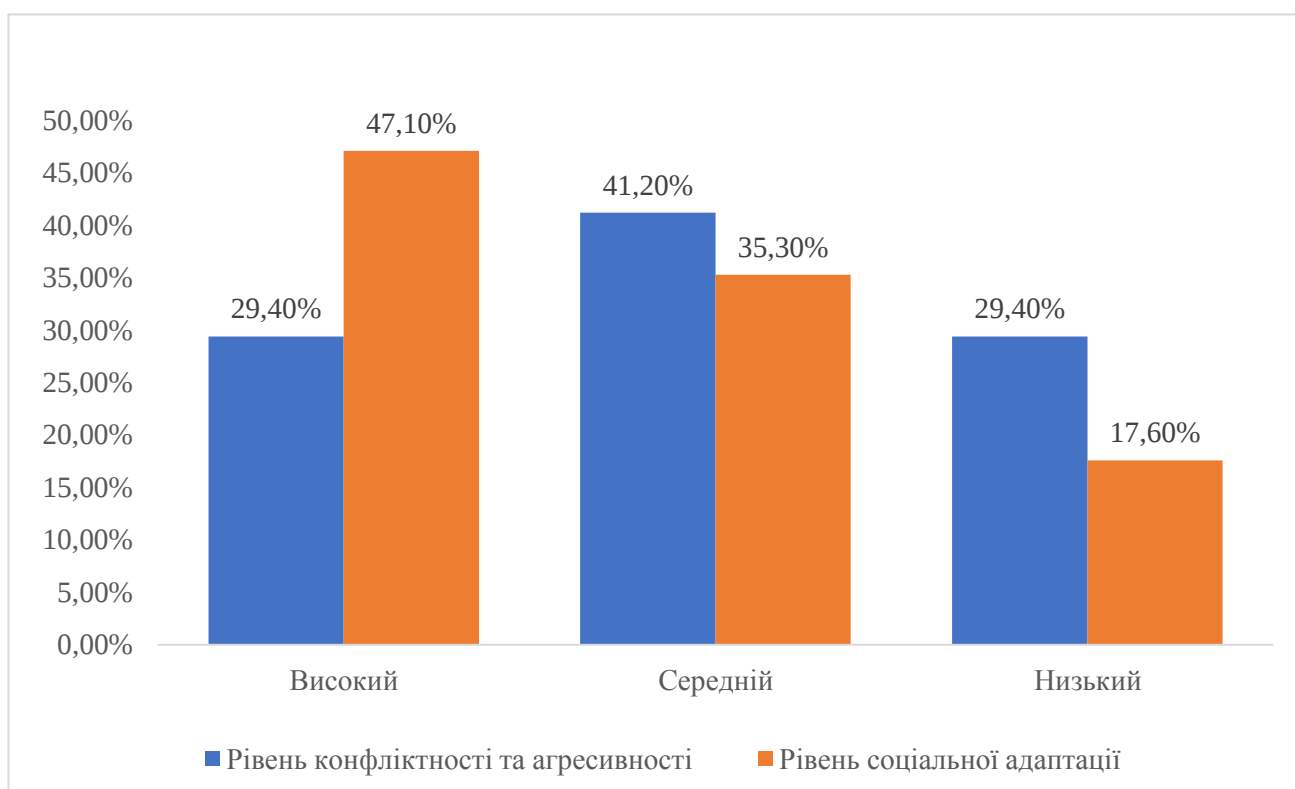


Рисунок 2.3 Результати за шкалами «рівень конфліктності та агресивності» і «рівень соціальної адаптації»

Показники конфліктності та агресивності свідчать про відносно напружену емоційно-поведінкову картину. Зокрема, високий рівень конфліктності та агресивності зафіксовано у 29,4% дітей, що є доволі значною часткою і може вказувати на наявність у них труднощів у самоконтролі, підвищеної емоційної реактивності та схильності до імпульсивних дій у соціальних взаємодіях. Такі прояви часто формуються як реакція на хронічну напругу в сімейному середовищі або як наслідування конфліктних моделей поведінки дорослих.

Найбільша частка дітей (41,2%) має середній рівень конфліктності та агресивності. Це свідчить про ситуативний характер емоційної нестабільності: агресивні або конфліктні реакції виникають не постійно, а у відповідь на певні стресові або фруструючі ситуації. Такий рівень можна розглядати як проміжний, що потенційно може як перейти у більш адаптивний стан за умови сприятливого середовища, так і посилитися при наявності додаткових негативних факторів.

Рівень із низькою конфліктністю та агресивністю спостерігається у 29,4% дітей. Це свідчить про наявність у цієї групи більш стабільних емоційних реакцій, кращого самоконтролю та конструктивних способів взаємодії з оточенням. Такі діти, як правило, мають більш сприятливий сімейний клімат або ефективні механізми психологічного захисту.

Щодо рівня соціальної адаптації, результати демонструють більш позитивну картину, однак із певними ризиковими зонами. Високий рівень соціальної адаптації виявлено у 47,1% дітей, що свідчить про їхню здатність ефективно взаємодіяти з однолітками, дотримуватися соціальних норм та адаптуватися до вимог навчального середовища. Це є важливим ресурсним показником, який частково компенсує можливі сімейні труднощі.

Середній рівень соціальної адаптації спостерігається у 35,3% дітей. Ця група характеризується відносною стабільністю соціальних контактів, однак із періодичними труднощами у спілкуванні, прийнятті соціальних норм або взаємодії в конфліктних ситуаціях. Такі діти потребують підтримки для розвитку комунікативних навичок і підвищення впевненості у соціальному середовищі.

Низький рівень соціальної адаптації виявлено у 17,6% дітей, що є тривожним показником. Він може проявлятися у труднощах встановлення контактів, соціальній ізоляції, підвищеній тривожності у групі та схильності до уникнення взаємодії. Такий стан часто пов'язаний із емоційною нестабільністю, сімейними конфліктами або недостатнім рівнем підтримки з боку дорослих.

Зіставлення двох показників дозволяє зробити більш комплексний висновок щодо особливостей психоемоційного функціонування дітей у досліджуваній вибірці. Попри відносно високий рівень соціальної адаптації у майже половини респондентів, значна частина дітей демонструє середній або високий рівень конфліктності та агресивності, що вказує на наявність прихованих емоційних труднощів, які не завжди проявляються у зовнішній соціальній поведінці.

Такий розрив між соціальною адаптацією та рівнем емоційно-поведінкових проявів може свідчити про компенсаторний характер соціальної поведінки. Іншими словами, дитина формально здатна дотримуватися соціальних норм, взаємодіяти з однолітками та функціонувати у навчальному середовищі, однак при цьому переживає внутрішню напругу, яка знаходить вихід у вигляді підвищеної агресивності, імпульсивності або конфліктності. Це дозволяє припустити, що соціальна адаптація у частини дітей має зовнішній, ситуативний характер і не завжди відображає їхній реальний емоційний стан.

Наявність високого та середнього рівнів конфліктності й агресивності у більшості вибірки також свідчить про труднощі емоційної регуляції та недостатню сформованість конструктивних способів реагування на фруструючі ситуації. У таких випадках агресивність може виступати як захисний механізм, спрямований на зниження внутрішнього напруження, а конфліктність – як спосіб взаємодії з оточенням, який закріплюється у процесі соціального навчання, зокрема в сімейному середовищі.

Важливо також враховувати, що навіть за умов достатньо високої соціальної адаптації внутрішня психологічна напруга може залишатися латентною, не проявляючись у відкритих порушеннях поведінки. Однак вона впливає на якість міжособистісних відносин, емоційну стабільність та загальний психологічний

комфорт дитини. У довгостроковій перспективі така прихована напруга може призводити до емоційного виснаження, зниження навчальної мотивації та ускладнень у формуванні довірливих стосунків.

За шкалою «прагнення до спілкування» встановлено, що 10 дітей (58,8%) демонструють високу соціальну активність, тоді як 4 дітей (23,5%) мають середній рівень, а 3 дітей (17,7%) – низький, що свідчить про тенденцію до ізоляції. Ці результати узгоджуються з даними спостереження та підтверджують наявність групи дітей із труднощами у соціалізації.

Показники за шкалою «прагнення до усамітнення» також мають важливе значення. Високий рівень ізольованості було виявлено у 4 дітей (23,5%), середній – у 6 дітей (35,3%), низький – у 7 дітей (41,2%). Це дозволяє зробити висновок, що майже 60% дітей мають певні тенденції до соціального відмежування, що може бути проявом внутрішніх емоційних труднощів.

Отримані результати за шкалами «прагнення до спілкування» та «рівень схильності до ізоляції (усамітнення)» відображають особливості соціальної спрямованості дітей та їхню готовність до міжособистісної взаємодії в умовах емоційно насиченого середовища (Рис. 2. 4).

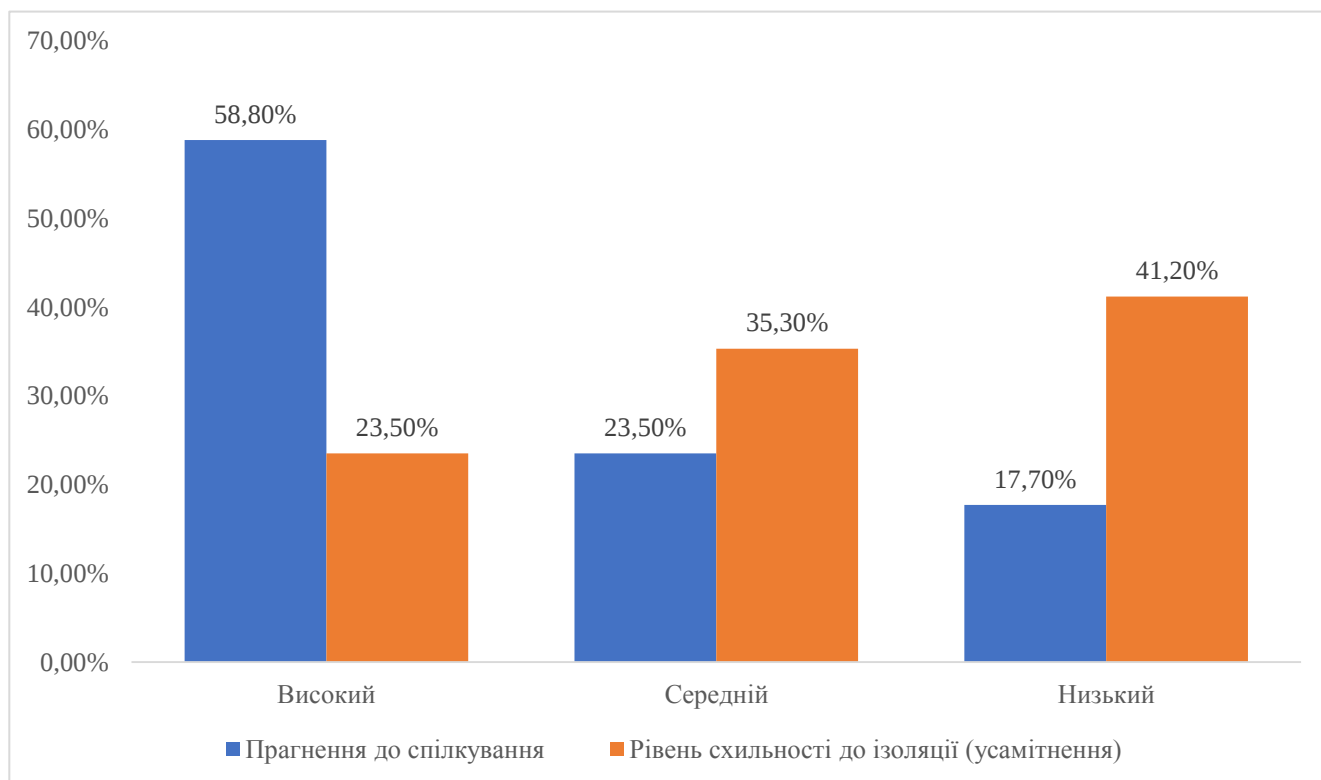


Рисунок 2.4 результати за шкалами «прагнення до спілкування» та «рівень схильності до ізоляції (усамітнення)»

Показник прагнення до спілкування демонструє загалом позитивну соціальну тенденцію у значної частини вибірки. Високий рівень комунікативної активності зафіксовано у 58,8% дітей, що свідчить про їхню виражену потребу у взаємодії з однолітками, емоційній включеності у групові процеси та орієнтації на соціальні контакти. Така група дітей, як правило, має більш розвинені навички спілкування, легше встановлює контакти та демонструє більшу відкритість до соціального середовища, що є важливим адаптаційним ресурсом.

Середній рівень прагнення до спілкування спостерігається у 23,5% дітей. Цей показник відображає ситуативний характер соціальної активності: діти можуть бути комунікабельними в комфортних умовах, але уникати взаємодії у стресових або конфліктних ситуаціях. Така амбівалентність часто свідчить про нестабільність

емоційного стану або залежність соціальної активності від зовнішніх факторів, зокрема сімейного клімату.

Низький рівень прагнення до спілкування виявлено у 17,7% дітей, що може свідчити про знижену соціальну активність, труднощі у встановленні контактів або емоційну закритість. У контексті дослідження це може бути пов'язано з впливом сімейних конфліктів, які формують у дитини недовіру до соціального середовища або знижують мотивацію до взаємодії.

Аналіз шкали «рівень схильності до ізоляції (усамітнення)» дозволяє більш глибоко зрозуміти внутрішні соціально-психологічні тенденції дітей. Високий рівень схильності до ізоляції виявлено у 23,5% дітей. Це свідчить про виражену тенденцію до уникання соціальних контактів, емоційного відсторонення та перевагу самотійного перебування. Така поведінка часто є захисною реакцією на стресові або конфліктні умови в сім'ї чи соціальному середовищі.

Середній рівень ізоляції зафіксовано у 35,3% дітей. Це означає, що майже третина вибірки демонструє нестабільну соціальну поведінку: періоди активного спілкування чергуються з потребою в усамітненні. Така амбівалентність може бути проявом внутрішньої емоційної напруги або невизначеності у соціальних взаєминах.

Низький рівень схильності до ізоляції спостерігається у 41,2% дітей, що свідчить про їхню відкритість до соціальної взаємодії, низьку потребу в усамітненні та переважання орієнтації на групові форми діяльності. Це є позитивним показником соціального розвитку та адаптації.

Узагальнюючи отримані дані, можна зробити висновок, що більшість дітей демонструє достатньо високий рівень соціальної активності, що проявляється у вираженому прагненні до спілкування. Водночас наявність групи дітей із підвищеною схильністю до ізоляції (23,5%) та середнім рівнем усамітнення (35,3%) свідчить про існування ризикових тенденцій у соціальній сфері.

Особливо важливим є співвідношення між високим прагненням до спілкування та наявністю ізоляційних тенденцій: воно вказує на неоднорідність соціального функціонування дітей. Частина з них є соціально активною та

відкритою, тоді як інша частина демонструє ознаки емоційного відсторонення, що може бути наслідком психологічного напруження, зокрема сімейних конфліктів.

Узагальнення результатів дозволило виділити три умовні групи дітей за рівнем психоемоційного благополуччя. До першої групи (6 дітей, 35,3%) належать діти з відносно стабільним психоемоційним станом, позитивними сімейними відносинами та низьким рівнем конфліктності. До другої групи (7 дітей, 41,2%) відносяться діти з помірними труднощами, які проявляються у підвищеній тривожності, періодичних конфліктах та нестабільності емоційного стану. Третю групу (4 дітей, 23,5%) складають діти з вираженими психоемоційними проблемами, високим рівнем конфліктності, негативним сприйняттям сімейних відносин та труднощами у соціальній адаптації.

Кореляційний аналіз (на рівні описової інтерпретації) показав наявність зв'язку між показниками сімейних відносин та психоемоційного стану дітей. Зокрема, негативне ставлення до батьків та конфліктне сприйняття сімейних взаємин супроводжуються підвищеним рівнем тривожності, агресивності та соціальної ізоляції. Водночас позитивні сімейні відносини асоціюються з емоційною стабільністю, відкритістю до спілкування та адекватною поведінкою.

Отримані результати підтверджують положення про те, що сімейні конфлікти виступають значущим фактором ризику для психоемоційного розвитку дитини. Вони впливають не лише на емоційний стан, але й на формування поведінкових стратегій, міжособистісних відносин та рівень соціальної адаптації. Водночас слід зазначити, що ступінь цього впливу залежить від індивідуальних особливостей дитини та наявності компенсаторних ресурсів.

Таким чином, аналіз результатів дослідження дозволяє зробити висновок про наявність значущого взаємозв'язку між рівнем сімейної конфліктності та психоемоційним станом дітей. Використання методів спостереження та методики Рене Жиля забезпечило комплексний підхід до вивчення даного явища та дозволило виявити як зовнішні поведінкові прояви, так і внутрішні психологічні особливості дітей. Отримані дані можуть бути використані для розробки психологічних програм підтримки дітей, які перебувають у конфліктному сімейному середовищі.

2.3. Практичні рекомендації щодо мінімізації негативного впливу сімейних конфліктів

Проблема мінімізації негативного впливу сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей є однією з ключових у сучасній психологічній практиці, оскільки саме сімейне середовище виступає базовим контекстом розвитку особистості. Враховуючи результати емпіричного дослідження, які засвідчили наявність підвищеної тривожності, агресивності, емоційної нестабільності та труднощів соціальної адаптації у частини дітей, доцільним є розроблення системи практичних рекомендацій, спрямованих на зниження деструктивного впливу сімейних конфліктів. Ці рекомендації мають комплексний характер і охоплюють роботу з батьками, дітьми, педагогами та психологами, що дозволяє забезпечити цілісний підхід до розв'язання проблеми.

Передусім важливим напрямом є оптимізація сімейної комунікації, оскільки саме порушення комунікативних процесів виступає однією з основних причин виникнення та ескалації конфліктів. Батькам доцільно формувати навички конструктивного спілкування, що передбачає вміння відкрито висловлювати свої почуття та потреби без агресії чи звинувачень, а також здатність уважно слухати партнера. Використання технік активного слухання, «Я-повідомлень» та уникнення узагальнень сприяє зниженню рівня напруги у взаємодії. Важливим є також усвідомлення батьками того, що спосіб їхньої комунікації є моделлю для дитини, яка засвоює відповідні патерни поведінки.

Суттєвим аспектом профілактики негативного впливу конфліктів є розвиток у батьків навичок емоційної саморегуляції. Батьки повинні навчитися контролювати власні емоційні реакції, уникати імпульсивних дій та агресивних висловлювань у присутності дитини. Практики саморегуляції, такі як усвідомлене дихання, пауза перед реагуванням, рефлексія власних емоцій, дозволяють знизити інтенсивність

конфлікту та запобігти його ескалації. Формування емоційної компетентності батьків є важливою умовою створення безпечного психологічного середовища для дитини.

Особливу увагу слід приділити формуванню у батьків відповідального ставлення до участі дитини у конфліктних ситуаціях. Категорично не рекомендується залучати дитину до вирішення конфліктів між дорослими, використовувати її як посередника або «союзника» у протистоянні. Такі дії можуть призводити до формування почуття провини, тривожності та емоційної нестабільності. Натомість батькам варто забезпечити чітке розмежування ролей, підкреслюючи, що відповідальність за вирішення конфліктів лежить виключно на дорослих.

Важливим напрямом є створення стабільного та емоційно підтримуючого середовища для дитини. Незалежно від наявності конфліктів, дитина повинна відчувати любов, підтримку та прийняття з боку батьків. Регулярне спілкування, спільне проведення часу, прояв уваги до потреб і переживань дитини сприяють формуванню почуття безпеки та знижують негативний вплив конфліктних ситуацій. Особливо важливим є підтримання стабільності у повсякденному житті дитини – режиму дня, навчальної діяльності, соціальних контактів.

Окремий блок рекомендацій стосується розвитку психоемоційної стійкості дітей. У цьому контексті доцільним є формування навичок емоційної регуляції, що передбачає навчання дітей розпізнавати, називати та контролювати власні емоції. Використання психологічних вправ, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту, сприяє підвищенню здатності дитини адаптуватися до стресових ситуацій. Зокрема, ефективними є техніки релаксації, арт-терапевтичні методи, ведення емоційного щоденника.

Важливим є також розвиток у дітей навичок конструктивного вирішення конфліктів. Дітей слід навчати альтернативним способам реагування на конфліктні ситуації, таким як компроміс, співпраця, пошук взаємовигідних рішень. Формування цих навичок може здійснюватися як у сім'ї, так і в освітньому середовищі через спеціальні тренінги, рольові ігри, моделювання ситуацій. Це

дозволяє зменшити рівень агресивності та сприяє розвитку соціальної компетентності.

Суттєву роль у мінімізації негативного впливу сімейних конфліктів на психоемоційний стан дитини відіграє система цілеспрямованої психологічної підтримки, яка має бути багаторівневою та включати як індивідуальну роботу з дитиною, так і комплексний супровід сім'ї та освітнього середовища. У випадках, коли дитина демонструє стійкі ознаки емоційного неблагополуччя – підвищену тривожність, агресивність, замкнутість, емоційну лабільність або соціальну ізоляцію – доцільним є своєчасне залучення практичного психолога або психотерапевта.

Індивідуальна психологічна робота з дитиною дозволяє не лише виявити поверхневі прояви емоційних труднощів, але й здійснити глибинний аналіз їхніх причин, які часто пов'язані з сімейною ситуацією, внутрішніми конфліктами або порушенням базового почуття безпеки. У процесі психологічної взаємодії дитина отримує можливість у безпечному середовищі вербалізувати свої переживання, які в умовах сімейного конфлікту можуть залишатися невисловленими або придушеними. Це є важливим терапевтичним чинником, оскільки емоційне «проговорення» проблеми сприяє її усвідомленню та поступовому зниженню внутрішньої напруги.

Особливе значення у роботі з дітьми мають методи, які відповідають їхньому віковому та психологічному розвитку. Зокрема, ігрова терапія дозволяє дитині через символічну гру відтворювати значущі для неї ситуації, опрацьовувати емоційно складний досвід та формувати нові моделі поведінки. Арт-терапевтичні методи (малювання, ліплення, робота з образами) забезпечують можливість невербального вираження емоцій, що є особливо важливим для дітей, яким складно вербалізувати власні переживання. Когнітивно-поведінкові підходи, у свою чергу, спрямовані на формування більш адаптивних способів мислення та реагування, допомагаючи дитині поступово змінювати деструктивні когнітивні установки та поведінкові реакції.

У межах освітнього середовища важливим компонентом профілактики негативних наслідків сімейних конфліктів є створення психологічно безпечного та

підтримувального простору для дитини. Педагогічні працівники відіграють ключову роль у ранньому виявленні ознак емоційного неблагополуччя, оскільки вони безпосередньо спостерігають поведінку дітей у процесі навчальної та соціальної взаємодії. Обізнаність педагогів щодо впливу сімейних факторів на психоемоційний стан учнів дозволяє їм більш чутливо реагувати на зміни у поведінці дитини, такі як зниження навчальної мотивації, агресивні прояви, замкнутість або підвищена тривожність.

Важливим завданням освітнього середовища є формування доброзичливої та інклюзивної атмосфери у класному колективі, яка сприяє розвитку позитивних міжособистісних відносин між учнями. Це включає запобігання булінгу, соціальній ізоляції та дискримінаційним практикам, які можуть додатково погіршувати психоемоційний стан дитини, що перебуває у складних сімейних умовах. Особливо ефективною є тісна співпраця між педагогами та шкільним психологом, яка дозволяє здійснювати комплексний моніторинг стану дитини та своєчасно впроваджувати корекційні заходи.

Не менш важливим напрямом є впровадження системних програм психологічної просвіти для батьків, спрямованих на підвищення їхньої психологічної компетентності та формування усвідомленого ставлення до виховного процесу. Такі програми можуть реалізовуватися у формі тренінгів, семінарів, індивідуальних консультацій або групових зустрічей, що дозволяє охопити різні аспекти сімейного функціонування.

Зміст подібних програм зазвичай включає питання ефективної міжособистісної комунікації, конструктивного вирішення конфліктів, управління власними емоціями, а також вікових особливостей психічного розвитку дітей. Особлива увага приділяється усвідомленню батьками того, що їхня поведінка, стиль взаємодії та спосіб вирішення конфліктів безпосередньо впливають на формування емоційної сфери дитини, її самооцінки та моделей соціальної поведінки.

Особливу увагу в системі психологічної допомоги слід приділяти профілактиці хронічних сімейних конфліктів, оскільки саме тривалі, повторювані та емоційно насичені конфліктні взаємодії мають найбільш руйнівний вплив на

психоемоційний стан дитини. На відміну від ситуативних непорозумінь, хронічні конфлікти формують у сімейній системі стійкий фон напруги, який поступово стає для дитини нормою сприйняття сімейних відносин. У таких умовах порушується базове відчуття безпеки, знижується рівень довіри до значущих дорослих, а також формується підвищена емоційна чутливість до будь-яких проявів напруження.

У випадках тривалих і деструктивних конфліктів доцільним є своєчасне звернення до сімейного психолога або психотерапевта, оскільки самостійне вирішення глибоко вкорінених міжособистісних проблем часто є ускладненим через емоційну залученість сторін та наявність стійких негативних патернів взаємодії. Професійна психологічна допомога дозволяє вийти за межі емоційно забарвлених оцінок ситуації та перейти до її об'єктивного аналізу, що є необхідною умовою конструктивних змін у сімейній системі.

Сімейна терапія виконує кілька важливих функцій. Насамперед вона спрямована на виявлення глибинних причин конфліктів, які можуть бути пов'язані не лише з поточними розбіжностями, але й з накопиченими невирішеними проблемами, порушеннями комунікації, рольовою невизначеністю або емоційною незадоволеністю членів сім'ї. Крім того, терапевтичний процес сприяє покращенню взаєморозуміння між членами сім'ї, що досягається через розвиток навичок активного слухання, емпатійного реагування та конструктивного вираження емоцій.

Важливим результатом сімейної терапії є формування ефективних стратегій взаємодії, які дозволяють зменшити інтенсивність конфліктів або трансформувати їх у конструктивний діалог. Це включає навчання способам ненасильницького спілкування, управління емоціями у конфліктних ситуаціях та вироблення спільних правил вирішення суперечностей. У перспективі це сприяє стабілізації сімейного середовища, що є ключовим фактором психологічного благополуччя дитини та її гармонійного розвитку.

Не менш важливим напрямом психологічної роботи є цілеспрямоване формування у дитини зовнішніх ресурсів підтримки, які виконують компенсаторну та захисну функцію щодо негативного впливу сімейних конфліктів. У психології розвитку та стрес-менеджменту доведено, що наявність стабільної системи

соціальної підтримки є одним із ключових факторів психологічної резилієнтності, тобто здатності дитини ефективно адаптуватися до несприятливих життєвих обставин і зберігати відносну емоційну рівновагу.

Дитина, яка має доступ до зовнішніх джерел емоційної підтримки, зазвичай демонструє вищий рівень стресостійкості, кращу здатність до саморегуляції та більш гнучкі адаптаційні стратегії. Це пояснюється тим, що зовнішня підтримка знижує суб'єктивне відчуття ізоляції та безпорадності, яке часто виникає в умовах сімейних конфліктів. Коли дитина розуміє, що її емоційний стан визнається і підтримується іншими значущими людьми, зменшується інтенсивність тривожних переживань і формується більш стабільне відчуття психологічної безпеки.

До таких зовнішніх ресурсів насамперед належать довірливі стосунки з педагогами та шкільними психологами. У шкільному середовищі дитина проводить значну частину часу, тому саме тут часто формуються додаткові емоційні зв'язки, які можуть частково компенсувати дефіцит підтримки в сім'ї. Вчитель або психолог, який проявляє емпатію, увагу та готовність вислухати, стає для дитини значущою фігурою, що виконує функцію емоційного стабілізатора. Такі стосунки сприяють формуванню довіри до дорослих, підвищенню самооцінки та розвитку відчуття власної цінності.

Важливу роль відіграють також родинні зв'язки поза межами нуклеарної сім'ї – з бабусями, дідусями, тітками, дядьками або іншими близькими родичами. Часто саме ці дорослі забезпечують дитині більш стабільний емоційний контакт, менше включений у конфліктні процеси, що дозволяє їм виступати джерелом підтримки та альтернативної моделі сімейних відносин. У таких взаємодіях дитина може отримувати досвід прийняття, турботи та емоційної стабільності, який є критично важливим для її психоемоційного розвитку.

Окреме, надзвичайно значуще місце у системі зовнішніх ресурсів підтримки займають стосунки з однолітками. Дружні взаємини у дитячому та підлітковому віці виступають не лише як форма соціальної взаємодії, але й як важливий механізм емоційної компенсації. У процесі спілкування з друзями дитина отримує можливість відкрито висловлювати свої переживання, ділитися внутрішніми труднощами та

отримувати зворотний емоційний відгук, що сприяє зниженню рівня внутрішньої напруги.

Крім того, взаємодія з однолітками сприяє формуванню більш реалістичних і соціально адекватних уявлень про міжособистісні відносини. Дитина вчиться порівнювати різні моделі поведінки, засвоює навички співпраці, емпатії та вирішення конфліктів у безпечнішому середовищі, ніж сімейне. Це має особливе значення у випадках, коли сімейні конфлікти є хронічними та супроводжуються емоційною напругою або порушенням комунікації між дорослими.

Соціальна підтримка в цілому виконує так звану «буферну функцію», тобто зменшує інтенсивність негативного впливу стресових факторів сімейного середовища на психоемоційний стан дитини. Вона не усуває саму проблему сімейних конфліктів, однак значно знижує їх психологічні наслідки, забезпечуючи дитині додаткові джерела стабільності, прийняття та емоційного відновлення.

Таким чином, мінімізація негативного впливу сімейних конфліктів потребує комплексного підходу, що включає роботу з усіма учасниками освітньо-виховного процесу. Основними напрямками є розвиток конструктивної комунікації в сім'ї, формування емоційної компетентності батьків і дітей, забезпечення психологічної підтримки та створення сприятливого соціального середовища. Реалізація цих рекомендацій сприятиме зниженню рівня психоемоційних порушень у дітей, підвищенню їхньої адаптації та гармонійному розвитку особистості.

Висновки до другого розділу

У другому розділі було представлено результати емпіричного дослідження впливу сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей віком 12 років ($n = 17$), проведеного із використанням методу спостереження та методики Рене Жиля.

Організація дослідження забезпечила комплексний підхід до вивчення проблеми, що дозволило поєднати аналіз зовнішніх поведінкових проявів дітей із дослідженням їхніх внутрішніх емоційних переживань та особливостей міжособистісних відносин у сім'ї.

Результати спостереження засвідчили наявність у значної частини дітей підвищеної тривожності, агресивності та соціальної нестабільності, що свідчить про неоднорідність їхнього психоемоційного стану.

Аналіз даних методики Рене Жиля показав, що у частини дітей спостерігається зниження позитивного ставлення до батька порівняно з матір'ю, а також наявність нейтральних і негативних оцінок сімейних відносин. Виявлено значний відсоток дітей із середнім і високим рівнем конфліктності та агресивності, а також певну частку дітей із труднощами соціальної адаптації та тенденцією до ізоляції.

Встановлено, що найбільш численною є група дітей із помірними проявами емоційної нестабільності, тоді як менша частина вибірки демонструє виражені психоемоційні труднощі, що можуть бути пов'язані з несприятливим сімейним середовищем. Водночас приблизно третина дітей характеризується відносно стабільним психоемоційним станом і достатнім рівнем соціальної адаптації.

Узагальнення результатів дозволяє стверджувати про наявність взаємозв'язку між характером сімейних відносин та психоемоційним станом дітей: чим вищий рівень конфліктності у сім'ї, тим більш вираженими є прояви тривожності, агресивності та соціальної дезадаптації.

На основі отриманих даних розроблено практичні рекомендації, спрямовані на мінімізацію негативного впливу сімейних конфліктів, які охоплюють розвиток

конструктивної комунікації в сім'ї, формування емоційної компетентності батьків і дітей, а також посилення психологічної підтримки у шкільному середовищі.

Таким чином, результати емпіричного дослідження підтверджують теоретичні положення роботи та підкреслюють значущість сімейного середовища як ключового чинника формування психоемоційного стану дитини.

ВИСНОВКИ

У результаті проведеного теоретико-емпіричного дослідження було комплексно проаналізовано вплив сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей, що дозволило досягти поставленої мети та виконати визначені завдання роботи.

У ході теоретичного аналізу встановлено, що сімейний конфлікт є складним багаторівневим соціально-психологічним явищем, яке характеризується високою емоційною насиченістю, тривалістю та повторюваністю. Його виникнення зумовлене як об'єктивними факторами (соціально-економічні труднощі, розподіл ролей, побутові питання), так і суб'єктивними (психологічна несумісність, особливості комунікації, емоційна незрілість партнерів). Було доведено, що сімейні конфлікти безпосередньо впливають на якість виконання сімейних функцій і створюють несприятливий емоційний клімат, що особливо критично позначається на розвитку дитини.

Психоемоційний стан дитини визначено як інтегральну характеристику, що включає рівень тривожності, емоційну стабільність, здатність до саморегуляції, особливості поведінкових реакцій та соціальної адаптації. Встановлено, що саме сімейне середовище є базовим чинником формування цих показників, а дитина виступає найбільш чутливим індикатором психологічного клімату сім'ї.

Теоретично обґрунтовано основні психологічні механізми впливу сімейних конфліктів на дітей, серед яких: емоційне зараження, моделювання поведінки дорослих, порушення почуття безпеки, формування хронічного стресу та деформація батьківсько-дитячих відносин. Доведено, що тривале перебування дитини в умовах конфліктного середовища сприяє формуванню підвищеної тривожності, агресивності, емоційної нестабільності та труднощів соціальної адаптації.

Емпіричне дослідження, проведене на вибірці дітей віком 10-11 років із використанням методу спостереження та методики Рене Жиля, дозволило виявити

особливості їхнього психоемоційного стану. Отримані результати засвідчили наявність у частини дітей підвищеного рівня тривожності, агресивності та соціальної напруженості. Виявлено також неоднорідність показників соціальної адаптації та прагнення до спілкування, що свідчить про різний рівень психологічного благополуччя в межах однієї групи.

Аналіз результатів методики Рене Жиля показав, що ставлення дітей до батьків є диференційованим: переважно більш позитивне до матері та більш суперечливе до батька, що може свідчити про різний рівень емоційної включеності батьків у виховання та комунікацію з дитиною. Також встановлено наявність значної частки дітей із середнім та високим рівнем конфліктності й агресивності, що вказує на внутрішню емоційну напругу.

Зіставлення отриманих показників дозволило встановити, що навіть за умов відносно високого рівня соціальної адаптації у частини дітей зберігаються ознаки емоційного дискомфорту, що проявляється у тривожності та агресивності. Це підтверджує наявність прихованого психологічного напруження, яке може бути наслідком впливу сімейних конфліктів.

На основі результатів проведеного дослідження було розроблено комплекс практичних рекомендацій, спрямованих на зниження негативного впливу сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей. Ці рекомендації базуються на виявлених закономірностях емпіричної частини роботи та враховують як особливості сімейної взаємодії, так і індивідуально-психологічні характеристики дитини. Зокрема, ключовим напрямом визначено розвиток конструктивної сімейної комунікації, що передбачає формування у батьків навичок відкритого, емоційно безпечного та ненасильницького спілкування. Йдеться про вміння слухати та чути партнера, уникати деструктивних форм взаємодії, таких як звинувачення, крик або ігнорування, а також про здатність до спільного пошуку рішень у конфліктних ситуаціях. Такий підхід дозволяє зменшити рівень емоційної напруги в сім'ї та створити більш стабільне психологічне середовище для дитини.

Важливим аспектом є підвищення емоційної компетентності батьків, що включає розвиток здатності усвідомлювати власні емоції, регулювати їх прояви та

адекватно реагувати на емоційні стани інших членів сім'ї, зокрема дітей. Емоційно компетентні батьки здатні не лише зменшувати інтенсивність конфліктів, але й запобігати їх ескалації, що має безпосередній позитивний вплив на психоемоційний стан дитини. Окрему увагу слід приділяти усвідомленню батьками впливу їхньої поведінки на формування емоційних реакцій та моделей поведінки дітей.

Значну роль у системі профілактичних заходів відіграє залучення сімей до психологічного консультування. Своєчасна професійна психологічна допомога дозволяє не лише вирішувати наявні конфлікти, але й запобігати їх хронізації, що є особливо важливим з огляду на негативний вплив тривалих конфліктних ситуацій на дитину. Психологічне консультування сприяє виявленню прихованих причин сімейної напруги, корекції деструктивних моделей взаємодії та формуванню більш адаптивних способів вирішення суперечностей.

Окремим напрямом є формування у дітей зовнішніх ресурсів соціальної підтримки. Наявність значущих дорослих поза межами сім'ї, таких як вчителі, шкільні психологи або родичі, а також стабільні дружні зв'язки з однолітками, виступає важливим компенсаторним механізмом у ситуації сімейної напруги. Соціальна підтримка забезпечує дитині відчуття прийняття, емоційної безпеки та стабільності, що сприяє зниженню рівня тривожності та підвищенню її адаптаційних можливостей.

Таким чином, результати проведеного дослідження переконливо засвідчують, що сімейні конфлікти є одним із ключових чинників, який негативно впливає на психоемоційний стан дітей, зумовлюючи підвищення рівня тривожності, агресивності та порушення соціальної адаптації. Водночас встановлено, що цей вплив не є фатальним і може бути значною мірою мінімізований за умови впровадження системних психопрофілактичних та корекційних заходів.

Отримані результати мають важливе теоретичне значення, оскільки доповнюють наукові уявлення про механізми впливу сімейної взаємодії на психоемоційний розвиток дитини, а також розширюють розуміння ролі сімейного конфлікту як багатовимірного психологічного феномену. Практична значущість дослідження полягає у можливості використання його висновків у діяльності

психологів, педагогів та соціальних працівників для раннього виявлення дітей групи ризику, профілактики сімейної дисгармонії та розробки ефективних програм психологічної підтримки сім'ї.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бойко А.Т. Вплив психологічного клімату сім'ї на психічне здоров'я дитини. Психолого – педагогічні особливості розвитку особистості в освітньому просторі. 2017. С. 204–206
2. Воронова В.І., Ковальчук В.І., Велько К.А. Особливості психологічного стану учнів, як складових психологічного клімату в класі в умовах війни. наук. час. укр. держ. ун - ту імені Михайла Драгоманова. Серія 15. 2025. № 2(187). С. 62–69
3. Гаврилова Н.А. Формування самооцінки у дітей молодшого шкільного віку: психологічний аспект. Психологічний журнал, 9(2). 2018. 455 с.
4. Гавриловська К., Пирог Г., Паламар А. Особливості сімейної взаємодії осіб із різними типами прив'язаності. Журнал соціальної та практичної психології. 2024. №3. С. 50-55
5. Ганошина А.І. Прив'язаність до батьків як чинник подружніх стосунків. Актуальні проблеми особистісного зростання : збірник наукових праць / редкол.: Л.П. Журавльова, Л.О. Котлова, К.А. Марчук; М-во освіти і науки України, Житомир. держ. ун-т. ім. І. Франка. Житомир, 2019. С. 221–224.
6. Гарькавець С. О., Волченко Л. П. Конфлікти в освітньому середовищі : діагностика та практика вирішення : навчально-методичний посібник. Харків : Мадрид, 2020. 91 с.
7. Гончар Л.В. Формування гуманних взаємин батьків з дітьми молодшого шкільного і підліткового віку: монографія. Київ : ТОВ «Задруга», 2017. 360 с.
8. Горова О. Компетентність сім'ї у розв'язанні подружніх конфліктів. Вісник післядипломної освіти: зб. наук. пр. Сер. Соціальні та поведінкові науки. Сер. Управління та адміністрування Початок, 2023. № 23(52). С. 25–40.
9. Гребеньков Г.В. Конфліктологія: навчальний посібник. Львів, 2011. 229 с.
10. Гудзь Т. О. Конфлікти у сім'ї: психологічні причини, наслідки та шляхи їх подолання Соціальна робота та психологія: освіта і наука. 2025. С. 102-106

11. Емоційна стійкість дитини: шляхи розвитку URL: <https://childdevelop.com.ua/articles/psychology/5661/> (дата звернення 03.05.2026)
12. Емоційний розвиток дітей. Як батьки можуть допомогти і не нашкодити URL: <https://nus.org.ua/2018/09/24/emotsijnyj-rozvytok-ditej-yak-batky-mozhut-dopomogty-i-ne-nashkodyty/> (дата звернення 03.05.2026)
13. Емоційні порушення в дитячому віці та їх корекція URL: <https://www.bsmu.edu.ua/blog/4827-emotsiyni-porushennya-v-dityachomu-vitsi-ta-ih-korektsiya/> (дата звернення 03.05.2026)
14. Іванцанич В. І. Особливості розвитку стресостійкості у школярів. Правничий вісник Університету «КРОК». 2018 (33). С. 194- 201.
15. Іллєнко В. М. Формування стресостійкості у школярів. Соціально психологічні аспекти розвитку суб'єктів освітнього процесу. Матеріали II Всеукраїнського науково-практичного форуму «Соціально психологічні аспекти розвитку особистісно-професійної компетентності педагога в умовах інноваційних змін» (07–12 грудня 2020 року, м. Суми) С. 72-75.
16. Ісаченко В. Оптимізація соціально - психологічного клімату в умовах війни. Соціальна робота та соціальна освіта. 2023. № 2 (11). С. 50–57
17. Карсканова С. Психодіагностика (частина 2): навчальний посібник. Миколаїв. Іліон, 2021. С. 151-166.
18. Колобич О. П. Загальна психологія. Навчально-методичний посібник. Львів, 2018. 172 с.
19. Коляда О., Оніщенко Н. Особливості психоемоційного стану дітей в умовах війни. Проблеми екстремальної та кризової психології. Харків. НУЦЗУ, 2024. - Вип. 1(7). С. 93-104
20. Конфлікти в сім'ї: психологічні механізми та шляхи подолання URL: <https://reposit.nupp.edu.ua/item/14141> (дата звернення 03.05.2026)
21. Крамченкова В. О., Чепелева Н. І. Подружні конфліктогени як ознака сімейної кризи на різних етапах життєвого циклу сім'ї. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія. 2022. № 1. С. 47–51.

22. Крижановська З. Надійний тип прив'язаності як основа розвитку психічного здоров'я дитини. Сучасні психологічні тенденції підтримки та відновлення психічного здоров'я особистості : теорія та практика, тези доповідей II міжнарод. міждисциплінар. конференції. Харків, 2021. С. 59–68.
23. Кучманич І.М. Усвідомлене батьківство: навчально-методичний посібник. Миколаїв 245 с
24. Ложкін Г.В., Пов'якель Н.І. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика: навчальний посібник. Київ, 2018. 416 с.
25. Маляр О. І. Емоційна взаємодія в сім'ї та її врахування у роботі соціального працівника. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка, соціальна робота». 2019. Випуск 1 (44). С 11-115.
26. Машовець М. А. Міжособистісне спілкування в сім'ї як показник щасливого буття дитини. Молодий вчений. 2017. № 11. С. 362-365.
27. Машовець М. А., Науменко М. С. Особливості емоційно-ціннісного спілкування в сучасній українській сім'ї. Молодий вчений. 2018. № 8.1. С. 80-84.
28. Методика Рене Жиля URL: <https://dytpsyholog.com/2015/06/04/%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D0%B0-%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B5-%D0%B6%D0%B8%D0%BB%D1%8F/> (дата звернення 03.05.2026)
29. Мороз Д.Д. Вплив стресових ситуацій на емоційний стан підлітків в процесі навчання: дипл. робота. Київ: Національний авіаційний університет, 2024. 51 с
30. Павлюк М. М., Архипенко Н. М. Особливості подружніх конфліктів та шляхи їх подолання. Психологія і особистість. 2020. Вип. 2 (18). С. 150–158.
31. Підтримка дитини в умовах емоційного напруження: навчально-методичний посібник. А В Кабанцева, О Л Корнеєва. Київ: КВІЦ, 2018. 135 с.
32. Пірен М.І. Конфліктологія: Підручник. Київ: МАУП, 2003. 360 с.
33. Поняття сімейних конфліктів і їх особливості. URL: <https://studentam.net.ua/content/view/4121/86/> (дата звернення 03.05.2026)

https://stud.com.ua/2757/psihologiya/protses_konfliktu (дата звернення 03.05.2026)

35. Психологія сім'ї: підручник / за ред. В. М. Поліщука. Суми: Університетська книга, 2021. 248 с.

36. Романовська Д. Д. Психологічна допомога у закладах освіти: запити, методики, алгоритми дій. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія 1. 2022. С. 148-152.

37. Рязанова О. Чинники виникнення та динаміка протікання подружніх конфліктів. Psychology Travelogs. 2024. № 4. С. 200–209.

38. Сингаївська І. В., Лукаш Ю. С. Психологічна допомога при вирішенні подружніх конфліктів. Вчені записки Університету «КРОК». 2021. № 1(61). С. 251–257.

39. Тафінцева С.. Емоційний розвиток дітей у психологічній практиці: організаційно-методичні аспекти. Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія. 2022. №2(55), С. 39-44.

40. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї [Текст] : навч. посіб. / Раїса Петрівна Федоренко. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.

41. Чута І. Г. Комунікаційна взаємодія у сім'ї: психологічний аналіз. Актуальні проблеми юриспруденції та психології: матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф. (Дніпро, 15 грудня 2023 р.). Дніпро : ВВПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2023. С. 203-206.

42. Шнейдер Л.Б. Психологія сімейних відносин. Курс лекцій. Київ. 2017. 57 с.

43. Шнейдер Л.Б. Сімейна психологія. Київ. 2018. 486 с.

44. Шутяк І., Кубіна А., Камінна О. Конфлікти в спілкуванні: причини та шляхи вирішення. Modern Engineering and Innovative Technologies. 2024. № 32(03). С. 71–78.

45. Cummings EM, Davies PT. Effects of marital conflict on children: recent advances and emerging themes in process-oriented research. J Child Psychol Psychiatry. 2002 Jan;43(1):Pp.31-63.

46. Destructive and Constructive Interparental Conflict, Parenting Stress, Unsupportive Parenting, and Children's Insecurity: Examining Short-Term Longitudinal Dyadic Spillover and Crossover Process URL: <https://www.mdpi.com/2076-328X/14/12/1212> (дата звернення 03.05.2026)
47. El-Sheikh M, Harger J. Appraisals of marital conflict and children's adjustment, health, and physiological reactivity. *Dev Psychol.* 2001 Nov;37(6)7 Pp.875-85.
48. Everyday Conflict in Families at Risk for Violence Exposure: Examining Unique, Bidirectional Associations with Children's Anxious- and Withdrawn-Depressed Symptoms URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10802-022-00966-6> (дата звернення 03.05.2026)
49. Harold GT, Sellers R. Annual Research Review: Interparental conflict and youth psychopathology: an evidence review and practice focused update. *J Child Psychol Psychiatry.* 2018 Apr;59 (4) Pp. 374-402.
50. Yang M, Qi H, Meng Z, Duan X and Zhang L (Destructive interparental conflict affects Chinese children's emotional and behavioral problems: Indirect pathways via parent-child attachment and emotional insecurity. *Front. Psychol.* 2022. URL [10.3389/fpsyg.2022.1024325](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1024325) (дата звернення 03.05.2026)