

## Психологічні передумови виникнення проблем у стосунках батьків та дітей

*Анастасія Діденко*

*магістрантка кафедри психології,  
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,  
e-mail: didenkoAL@krok.edu.ua*

*Ірина Сингаївська*

*кандидат психологічних наук, професор,  
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,  
e-mail: irinas@krok.edu.ua,  
ORCID: 0000-0001-6802-0081*

Батьки – це перші люди, з якими діти починають будувати стосунки. Оскільки стосунки дітей з батьками значною мірою впливають на їх розвиток та поведінку в майбутньому, то важливо розглянути передумови виникнення проблем у цих стосунках.

Психологічні проблеми у стосунках батьків та дітей можуть виникати з різних причин, таких як:

1. Недостатність часу та уваги: Батьки можуть не мати достатньо часу, щоб проводити з дітьми якісний час, або не надавати дітям достатньо уваги, що може призвести до відчуття неповноцінності та незадоволеності у дітей. Необхідно зазначити, що сучасним батькам може здаватися, що вони проводять час зі своїми дітьми, проте це не можна назвати якісним часом, проведеним з дитиною. На нашу думку, необхідно, щоб виконувалися дві умови для того, щоб назвати час, проведений з дитиною, якісним. По-перше, необхідно робити те, що хоче дитина. По-друге, не відволікатися на телефонні дзвінки, соціальні мережі тощо. Якщо не будуть виконуватися ці умови, то дитина не буде відчувати, що батьки залучені в процес й відповідно не буде відчувати емоційну близькість та довіру.

2. Неспівпадіння очікувань: Батьки можуть мати високі очікування від дітей, які не відповідають їхнім здібностям або потребам. Це може призвести до відчуття невдачі та незадоволеності у дітей. Вже починаючи із дитячого майданчику, можна зустріти ситуацію, коли кілька мам порівнюють або ж хизуються навичками своїх малюків. Й ті мами, діти яких ще не вміють, наприклад, самостійно їсти, чи ходити на горщик, або ж гарно розмовляти, відчувають або ж себе поганими матерями, або ж своїх дітей такими, з якими щось не так. Й приходячи додому після подібних розмов з іншими батьками, починають підганяти дітей у їх фізичному чи розумовому розвитку з надією, що ті виправдають їх очікування та наздоженуть ровесників. В такій гонці батьки «відстаючих» дітей починають акцентувати свою увагу не на індивідуальному розвитку своїх дітей, а на так званих перегонах з іншими, що може призвести до роздратування, гніву, агресії й в кінцевому рахунку погіршення стосунків з власними дітьми.

3. Недостатність комунікації: Недостатня комунікація між батьками та дітьми може призвести до непорозумінь та конфліктів. Батьки можуть не надавати

дітям можливості висловлювати свої думки та почуття, що може призвести до відчуття незрозумілості та невпевненості у дітей. Зараз дуже часто можна зустріти сім'ю, яка у вихідний день прийшла до піцерії чи кафе, проте, чекаючи свого замовлення, вони не активно спілкуються один з одним, а кожний сидить в своєму гаджеті. Саме батьки – це перші люди, з якими починає комунікувати дитина й саме від них вона переймає вміння, які будуть їй необхідні в соціальному житті. Якщо батьки нехтують якісним спілкуванням із своєю дитиною, то вони не лише не зможуть їй дати змогу засвоїти та відточити комунікативні вміння. А й не будуть елементарно в курсі її життя, тобто не зможуть розділити приводи для радощів та допомогти при наявності проблем [1].

4. Недостатність приділення часу батьків для розвитку емоційного інтелекту дитини. Під час виховання дитини, значна кількість батьків забуває про одну з ключових його складових, а саме емоційне виховання, тобто послідовність дій, яка дозволяє створювати та підтримувати емоційні зв'язки батьків з своїми дітьми. Нехтування емоційним вихованням – це велика помилка в процесі взаємодії батьків та дітей, оскільки саме воно є ключем до виховання емоційно розвиненої дитини [2].

Найбільш ефективно розвивають емоційний інтелект батьки, які дотримуються авторитетного стилю виховання (батьки встановлюють гнучкі кордони, пояснюють і підтримують теплі стосунки з дітьми), а от діти тих батьків, які не приділяють часу встановленню емоційного зв'язку з своїми дітьми, мають слабше здоров'я, гірше навчаються, погано знаходять спільну мову з однолітками, не вміють відслідковувати та керувати власними емоціями тощо.

Емоційний інтелект – це здатність розуміти, усвідомлювати і управляти власними емоціями, своєю мотивацією, думками і поведінкою, регулювати свій емоційний стан, а також це вміння управляти емоційними станами інших людей, помічати їхні актуальні потреби, співпереживати і розвивати їхні сильні сторони. Розвиваючи свій емоційний інтелект, людина стає уважнішою до себе, своїх відчуттів, бажань і потреб, водночас, це дозволяє краще розуміти інших людей, відчувати їхні потреби, мотиви, поведінку.

5. Недостатність підтримки: Батьки можуть не надавати дітям достатньо підтримки, що може призвести до відчуття самотності та незахищеності у дітей. Підтримка в будь-якому віці дуже необхідна для нормального розвитку психіки діти. Починаючи із немовлячого періоду дитини, батькам необхідно підтримувати свої малюків, оскільки навіть фізіологічні процеси, такі як вздуття, коліки, прорізування зубів, стрибки росту, потребують не лише вчасного виявлення, щоб їх полегшити, а й для того, щоб надати підтримку малюку. В більш старшому віці, діти починають стикатися з своїми першими проблемами (забрали іграшку на дитячому майданчику або ж зламалася улюблена іграшка тощо), які можуть здаватися батькам не суттєвими, проте вони обов'язково повинні відслідковувати емоції дитини, щоб вчасно надати їй свою підтримку). Особливо підтримка необхідна підліткам, хоча вони можуть це й спростовувати, проте ні в якому разі

батькам не можна залишати наодинці своїх дітей з проблемами. Щоб дитина могла спокійно та відверто ділитися своїми переживаннями, необхідно, щоб в батьків з дітьми були теплі та близькі стосунки, а це без розвитку емоційного інтелекту дуже важко досягти [3].

6. Психологічна неграмотність батьків. Не дивлячись на доступність величезної кількості інформації в сфері психологічного виховання дітей, переважна більшість батьків не обізнані з віковою психологією й під час виховання своїх дітей не враховують їх вікові особливості. Наприклад, існують вікові кризи в розвитку дитини. У ці кризові періоди діти стають неслухняними, вередливими, дратівливими й агресивними.

Переважна більшість батьків чули про кризи, проте лише невелика кількість спеціально ознайомлювалася з профільною літературою, щоб знати період та алгоритм дій ефективного проходження криз.

7. Недооцінення психологічної ролі батьків у житті дитини. Не лише мама, але й тато впливають на життя, розвиток характеру дитини, на її вподобання, смаки. Любов та опіка татусів формують із малечі дорослих, впевнених у собі людей, які відчують захист. Приклад батька – своєрідний орієнтир, як себе поводити, насамперед для хлопчиків. А дівчатка, здебільшого, шукають майбутнього чоловіка, керуючись образом тата, закладеним глибоко в свідомості ще з раннього дитинства [4].

Отже, стосунки батьків та дітей є ключовими в житті будь-якої людини, а гармонійні їх взаємини можуть мати наступні переваги: маленькі діти, які відчують здорову й міцну прихильність до своїх батьків, мають великі шанси на щасливі та глибокі стосунки в дорослому житті; дитина, яка має здорові взаємини зі своїми батьками, навчається регулювати свої емоції в складних ситуаціях; зв'язок із батьками сприяє розумовому, мовному та емоційному розвитку дитини.

### **Список використаних джерел**

1. Сингаївська І. В., Іванова О. В. Коучинговий підхід як інструмент для встановлення довірливих стосунків між батьками і підлітками. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 2023. № 2 (70). С. 166–172.
2. Сингаївська І. В., Осауленко Н. В. Особливості комунікативних проблем в шлюбних партнерських стосунках переселенців під час війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 2023. № 3 (71). С. 125–134.
3. Гоулман Д. Емоційний інтелект у дитини. Пер. з англ. Х. Шиналь. Харків : Віват, 2023. 272 с.
4. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Вікова психологія. Навч. посіб. К. : Центр учбової літератури, 2022. 376 с.