

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД**  
**«УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА ПРАВА «КРОК»**  
**Навчально- науковий інститут психології**

**Кафедра психології**

Радченко Юлія Сергіївна

УДК 159.9 \_\_\_\_\_

**Дипломна робота**

Особливості розвитку емоційної сфери підлітків із сімей з різним типом стосунків

053 «Психологія»

Подається на здобуття освітнього ступеня магістр

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

\_\_\_\_\_ Ю.С. Радченко

Науковий керівник

Васильченко Ольга Миколаївна

доктор психологічних наук, професор

Київ-2024р

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	2
<b>РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО – МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ЛІТЕРАТУРИ ДО ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ ІЗ СІМЕЙ З РІЗНИМ ТИПОМ СТОСУНКІВ</b> .....	7
1.1 Поняття емоційної сфери особистості у працях вітчизняних та зарубіжних дослідників. ....	7
1.2 Особливості формування емоційної сфери в підлітковому віці .....	11
1.3 Роль сім'ї та вплив сімейних стосунків на розвиток емоційної сфери підлітків. ....	17
Висновки до 1 розділу. ....	35
<b>РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ПІДЛІТКІВ ІЗ СІМЕЙ З РІЗНИМ ТИПОМ СТОСУНКІВ</b> .....	39
2.1 Організація та методики дослідження особливостей розвитку емоційної сфери підлітків із сімей з різним типом стосунків. ....	39
2.2 Кількісний та якісний аналіз результатів дослідження. ....	46
Висновки до 2 розділу. ....	61
<b>РОЗДІЛ 3 ПРОГРАММА РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ</b> .....	65
3.1 Корекційно – розвивальна програма для підлітків та їх матерів. ....	65
3.2 Результати впровадження психологічної програми з підлітками та матерями, тип сімейних стосунків яких має небажаний вплив на розвиток емоційної сфери підлітка. ....	71
Висновки до 3 розділу. ....	74
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	76
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	81
<b>ДОДАТКИ</b> .....	95

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Вивчення емоційної сфери особистості є завжди актуальним і нагальним у психології, оскільки саме завдяки емоційній сфері може формуватися цілісна психологічна структура особистості, яка має характеристики, стани, процеси та їх взаємозв'язок.

Важливість дослідження емоційної сфери підлітка стосуються впливу сім'ї на ефективність усіх видів діяльності в житті особистості. Стосунки в сім'ї, відношення батьків один до одного та до життя в цілому впливає на розвиток, психічне здоров'я дітей і психологічну атмосферу сім'ї.

Тема сімейних стосунків, а саме батьків та підлітків ніколи не втрачає своєї актуальності тому що людина розвивається, переживає періоди вікової кризи, накопичує собі досвід, долає труднощі. З кожним поколінням питання постають по-новому, залежно від ситуації суспільного розвитку, в якій опинилося суспільство. Важливо зазначити, що сім'я в якій виховується підліток і екологічність стосунків між батьками і дитиною є найважливішою складовою створення, розвитку емоційної сфери особистості яка формується та зростає.

Проблеми сімейних стосунків батьків і дітей привертали увагу багатьох психологів та педагогів, зокрема: В. О. Сухомлинський, О. В. Анопрієнко, О. М. Васильченко, О. В. Петрунко, І. В. Сингаївська, Л. М. Толстой, А. С. Макаренко, Н. К. Крупська, та ін.

До проблеми емоційної сфери особистості зверталися такі науковці, як: О. М. Леонт'єв, С. Л. Рубінштейн, А. Бандура, Р. Плутчик, В. Вілюнас, П. Екман, К. Ізард, Г. С. Костюк, К. Саарні, Г. Спенсер, Л. Фестінгер та ін.

Аналіз наукової літератури свідчить, що в багатьох дослідженнях в психологічній науці інтерес до підліткового періоду життя людини виявили багато вчених: С. Холл, А. Гезелл, А. Адлер, Д. Гоулман, Д. Корусо, Дж. Мейер, Р. Бернс, Ш. Бюлер, Е. Еріксон, М. Кле, І. С. Кон, О. М. Клімова, С. В. Кривцова, К. Левін, О. В. Мудрик, Ж. Піаже та інші.

Дослідники зазначають, що підлітковий вік – це період перебудови, конструювання емоційної сфери, яка зумовлена особливостями внутрішньої логіки психічного розвитку, пов'язаною з формування та побудовою системи мислення. Перебудова стосується майже всіх сторін розвитку та взаємодії підлітка з оточуючим соціумом, допомагає формуванню новоутворених переживань, реакцій. Зміни можуть бути як позитивному, так і негативному ключі. На трансформацію емоційної сфери особистості підліткового віку можуть впливати, психологічні, фізіологічні соціальні чинники.

Перехід від дитинства в підлітковий вік, даний період у житті кожної людини є критичним і визначає, формує його подальший світогляд, ставлення до навколишнього світу і самого себе. В онтогенезі психіка у дитини нестабільна, саме тому він вбирає все, що отримує із соціального середовища. Підлітковий вік можна охарактеризувати як етап, коли людина починає долучатися до культури, етап, який починає формувати особистість, закладати певні цінності, принципи, які надалі зумовлюватимуть його поведінка та вчинки.

Вікові особливості підліткового періоду сприяють формуванню внутрішньоособистісного та міжособистісного емоційного інтелекту в рамках основних видів діяльності та соціальних обставин під час розвитку підлітків, тому проблема гармонійної єдності між емоціями та когнітивними процесами є актуальною в цьому віці.

Важливу роль розвитку особистості підлітка грає сімейна свідомість, до неї входять побутові елементи, життєві погляди, традиції сім'ї. Все залежить від вчинків та поведінки членів сім'ї, насамперед це з особистісними відносинами. Сім'я зможе впоратися з протиріччями (побутовими проблемами та звичками) спільними зусиллями, тільки якщо поведінка кожного члена відповідає їх прийнятим моральним настановам. Якщо виникають конфліктні ситуації, що впливають на взаємини всередині сім'ї і торкаються всієї емоційної сфери, то причинами цього є вчинки одного з членів сім'ї, які суперечать ідеалам та принципам іншого.

У сучасних складних психологічних умовах нашої країни, під час війни, емоційна сфера населення перебуває дуже не простий, в більшості травматичний період життя, що не може не позначитися на сімейних стосунках та інших аспектах життя. І саме діти та підлітки є найбільш психологічно вразливі та не захищені. Емоційний стан підлітків пов'язаний з гормональним та фізіологічним розвитком перебуває кризи адаптаційної рівноваги, тому саме цей віковий період психологи вважають найбільш уразливим.

З огляду на все вищевикладене, проблема, про яку йдеться, в цей період перебуває у сфері, що набуває все більшого значення. Це дозволяє побачити високий рівень відповідності дослідження темі магістерської роботи.

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості розвитку емоційної сфери підлітків із сімей з різним типом стосунків.

**Завдання дослідження:**

1. Розглянути поняття емоційної сфери особистості, окреслити ключові проблеми розвитку емоційної сфери підлітків.
2. Визначити роль сім'ї та вплив сімейних стосунків на розвиток емоційної сфери підлітків.
3. Проаналізувати психологічний інструментарій для дослідження емоційної сфери підлітків із сімей з різним типом стосунків.
4. Емпірично дослідити особливості розвитку емоційної сфери підлітків із сімей з різним типом стосунків. Здійснити кількісний та якісний аналіз результатів дослідження.
5. Розробити програму розвитку емоційної сфери підлітків та провести консультативну бесіду з батьками.

**Об'єкт** – емоційна сфера особистості.

**Предмет** – сімейні стосунки як осередок розвитку емоційної сфери підлітків.

**Методи дослідження.** Для досягнення мети та реалізації завдань було використано комплекс методів:

теоретичний– аналіз наукової та науково- методичної літератури, з метою ознайомлення та уточнення основних понять матеріалу для теоретичного моделювання роботи;

емпіричні – для досягнення мети та реалізації завдань було обрано комплекс методів: «Шкала самооцінки Розенберга» визначає рівень самоповаги підлітка через запитання про поточні почуття; методика визначення рівня тривожності «Шкала тривожності Дж. Тейлора» метою даної методики є визначити рівень ймовірної тривожності підлітка; методика «Поведінка батьків і ставлення підлітків до них ADOR» Е. Шефер анкета ADOR (скорочено, «підлітки про батьків») вивчає ставлення, поведінку і методи виховання батьків такими, якими їх бачать діти в підлітковому віці; методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенком.

**Наукова новизна** полягає у розширенні розуміння і усвідомлення батьків щодо типу стосунків і впливу їх виховання на розвиток емоційної сфери дітей підліткового віку.

**Практичне значення дослідження** полягає у визначенні напрямів психологічної допомоги та розробці системи психологічних засобів профілактики та корекції особливостей розвитку емоційної сфери підлітків із сімей з різним типом стосунків

Матеріали дослідження можуть використовуватися практичними психологами та педагогами в процесі організації та проведенні навчально-виховного процесу, а також при читанні курсів вікової психології для здобувачів освіти психологічних спеціальностей.

**Гіпотеза дослідження.** У процесі проведення дослідження передбачалося, що особливості типу сімейних стосунків є фактором, що детермінує у формуванні компонентів емоційної сфери підліткового віку особистості.

**Експериментальна база дослідження.**

Емпіричне дослідження було проведено на базі спеціалізованої школи з поглибленим вивченням англійської мови Шевченківського району

міста Києва. В дослідженні брало участь 65 учнів (7-а, 7-б, 7-в класи) – діти 13-14 років. 21 дівчина, 44 хлопчика (в 4 сім'ях помер батько, 15 неповні сім'ї, 10 батько на фронті).

**Апробація роботи:** результати дослідження було висвітлено в тезах на тему «Сімейні стосунки як осередок розвитку емоційної сфери підлітків», опублікованих в збірнику матеріалів V Міжнародної конференції «Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку», яка відбулася 7 грудня 2023 року в ЗВО «Університет економіки та права «КРОК» м. Київ.

**Структура та обсяг дипломної роботи.** Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (128 найменувань) та додатків. Робота містить – 5 рисунків. Загальний обсяг дипломної роботи – 106 сторінок, основний обсяг – 80 сторінки. Робота містить 5 рисунків, 28 таблиць та 4 додатки (на 11 сторінках).

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИКО – МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ЛІТЕРАТУРИ ДО ВИВЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ ІЗ СІМЕЙ З РІЗНИМ ТИПОМ СТОСУНКІВ

#### 1.1 Поняття емоційної сфери особистості у працях вітчизняних та зарубіжних дослідників.

Емоційна сфера – цілісне інтегративне формування, яке виражається як внутрішнім емоційним переживанням, так і зовнішнім емоційним вираженням, тобто індивідуальним простором. Емоційна сфера з'єднує почуття та емоційні переживання. Переживання – це оцінка процесу задоволення потреби особистості. Почуття – оцінка можливостей конкретного об'єкта задовольнити потребу індивіда. Емоційні переживання особистості поділяють на емоції та емоційні стани [23].

Під емоцією в психологічній науці розуміється психологічне відображення безпосереднього пристрасного переживання значущості явищ і ситуацій, яке визначається співвідношенням його об'єктивних ознак і потреб суб'єкта [23].

В. Вілюнас вважав, що емоції є внутрішніми сигналами та виконавцями функції організатора поведінки особистості. Емоційна сфера особистості досить складна та багатогранна, завжди привертає увагу науковців, вбираючи в себе багато переживань та емоцій. Вплив емоційних станів на здоров'я і життєдіяльність особистості в соціальному середовищі відбувається через оцінку об'єктів і явищ навколишнього середовища, тим самим сприяючи діяльності в певному напрямку. Виявляти і вирішувати проблемні ситуації [80] Емоційна сфера особистості в сучасній психології є темою, яку досліджують і обговорюють багато вчених. Сучасний стан досліджень на теоретико-методологічному рівні свідчить про наявність дискусійних питань щодо самого понятійного апарату, відсутність єдиної класифікації емоцій та особистості, гнучкість поглядів на їх походження [80].

В. Ф. Матвеев пропонує класифікація типів емоцій: позитивні емоції – радість, захоплення, довіра, впевненість, симпатія, любов, прихильність, повага, подяка, ніжність, самовдоволення, гіркота, щастя, відчуття задоволеної помсти, чисте сумління, відчуття полегшення, почуття самовдоволення, почуття безпеки, передчуття [23].

Нейтральні емоції – цікавість, здивування, подив, байдужість, спокій і задумливість. Негативні емоції - невдоволення, печаль, ностальгія, смуток, розпач, дратівливість, тривога, образа, страх, жалість, співчуття, жалість, досада, гнів, почуття образи, обурення, ненависть, відраза, ревності, лють, смуток, нудьга, ревності, жах, незахищеність, недовіра, сором, збентеження, злість, презирство, огида, розчарування, незадоволення собою, докори сумління, докори сумління, нетерпіння, гіркота [23].

Т. С. Кириленко визначає емоційну сферу, як чуттєву сферу психіки, у якій виникають і продовжують існувати емоційні явища – почуття та емоції особистості, емоційні реакції, властивості та емоційні стани, процес відображення людиною ставлення до значущих для неї предметів, явищ і подій. [23].

Аналіз наукових досліджень у сфері особистісних емоцій вказує на різноманітні теорії емоцій, здатні розкрити проблемний аспект їх виникнення чи певну її складову [80].

Л. Фестінгер у теорії когнітивного дисонансу вважає, що емоції є основними підштовхувачами поведінки особистості, які спричиняють дисонанс чи консонанс [80].

А. Бандурою запропоновано теорію суб'єктивної ефективності яка базується на існуванні зв'язків між уявленнями людини, її емоційною збудливістю і поведінковими проявами [80].

Г. Спенсер розглядає основну біологічну частину емоцій особистості та виключає її психологічну складову [80].

Відомо, що адаптаційна теорія Р. Плутчика яка визначає емоцію, як певну соматичну реакцію, пов'язана з конкретним адаптивним біологічним

процесом, притаманній живим організмам. Р. Плутчик вважав емоції адаптивними засобами й розмежовував їх на первинні та вторинні [80].

С. Л. Рубінштейн говорив про те, що людина переживає тільки те, що з нею відбувається і, що з нею чиниться, особливим чином відноситься до того, що її оточує. Свої переживання до навколишнього світу, людина становить сферу почуттів та емоцій [68].

Почуття можна назвати ставленням людини до навколишнього світу, до того, що відчуває і робить, у вигляді переживання [68].

Три рівні емоційної сфери які зазначив С. Л. Рубінштейн:

1) рівень органічної емоційно-афективної чутливості, тут йдеться мова про «фізичні» відчуття задоволення та незадоволення, пов'язуються переважно з органічними потребами;

2) предметні почуття, предметні сприйняття та предметні дії. Високий рівень усвідомлення почуття, усвідомлене ставлення людини до світу. Ці почуття можуть виглядати як – моральні, інтелектуальні, естетичні;

3). узагальнені почуття – висловлюють загальні стійкі, частково стійкі світоглядні установки особистості.

Також, С. Л. Рубінштейн розкриває афекти й пристрасті, с одного боку відрізнення від почуттів, з іншого спорідненість з ними [68].

К. Ізард виокремлює психодинамічний, когнітивний, дименсійний, соціально-когнітивний, когнітивно – фізіологічний підходи. Він спрямовує емоції до теорії «Я», де компонентом та причиною емоцій є пізнання. К Ізард підкреслює й обґрунтовує десять базових емоцій, які виявляють себе через шлях специфічної конфігурації м'язових рухів обличчя людини. К Ізард вказує на різноманітність ролей емоцій, особливо негативних [80].

К. Ізард вважав, що емоція складається з трьох взаємопов'язаних компонентів:

- 1) нейронної активності мозку і соматичної нервової системи;
- 2) діяльності поперечно-смугастої мускулатури або мімічної і пантомімічної експресії;

3) суб'єктивного переживання [68].

К. Ізард виділяв десять основних емоцій; радість; горе; інтерес; гнів; огида; презирство; страх; сором; подив; вина. Представленні фундаментальні емоції призводять до внутрішніх переживань та зовнішніх. Емоції співдружні між собою, вони можуть активувати, посилювати, послаблювати інші емоції. Учений виділяє чотири основні типи мотивації: емоції взаємодіють з думкою спонукання емоції; афективно-когнітивна взаємодія, уявленням; афективно-когнітивна структура [68].

П. Еман вважає, що людина на генетичному рівні використовує рухи м'язів обличчя для вираження емоцій і тому вплив загальноприйнятих соціальних норм є визначальним. [68].

Глибокі дослідження емоцій сучасно Л. Ф. Барретт, дають можливість нового бачення відносно природи виникнення, а також самого сприйняття емоцій. Вона вперше виявила та дослідила явище сприйняття емоцій, котрому потім дала назву «емоційна гранулярність» [80].

Л. Ф. Барретт висунула власну гіпотезу конструйованих емоцій, її дослідження базується на сучасному нейрологічному розумінні роботи мозку людини. Вона доказує, природу емоцій та її мінливість, фундаментальні для нас емоції «радість», «смуток», «страх», «гнів», спрямовує до категорії емоцій. Структурування власного емоційного досвіду людиною, Л. Ф. Барретт називає випадком емоцій, а комплекс рухів мимічних м'язів – мимічною конфігурацією. Також вона зазначає, що емоції не генетичне явище, а бачення та сприйняття їх залежать від контексту обумовленого соціумом. Дослідниця поєднує ряд елементів трьох напрямів у своїй теорії структурованих емоцій [80] :

- «соціальне конструювання» досліджує роль цінностей соціуму та зацікавленість у розумінні сприйняття світу;
- «психологічний» - спрямування уваги всередину себе, говорить про те, що наші думки, сприйняття, почуття складаються із базових складових;

- «нейроконструювання» - інформація структурована в досвід створює зв'язки мозку [80].

Дослідниця стверджує, що емоції можна порівняти зі значенням, вони будуються у мозковій частині, пояснюючи зміни які відображають подразнення і називаються інтроцептивними відчуттями особистості та афективні відчуття відносно до ситуації [80].

Таким чином, сучасний стан досліджень у галузі індивідуальних емоцій демонструє, що більшість теорій емоцій пояснюють ті чи інші механізми їх виникнення, але єдиної загальноновизнаної теорії емоцій не існує. Кожен з них має право на існування та висловлення власного бачення емоційної сфери

## **1.2 Особливості формування емоційної сфери в підлітковому віці**

Підлітковий вік – це вразливий і особливо значущий період життя людини, який у вузькому розумінні становить від 11 до 15 років та у більш широкому за традиційною класифікацією – від 11 до 17 років [36].

Дослідники зазначають, що підлітковий вік – це період перебудови, конструювання емоційної сфери, яка зумовлена особливостями внутрішньої логіки психічного розвитку, пов'язаною з формування та побудовою системи мислення. Перебудова стосується майже всіх сторін розвитку та взаємодії підлітка з оточуючим соціумом, допомагає формуванню новоутворених переживань, реакцій. Зміни можуть бути як позитивному, так і негативному ключі. На трансформацію емоційної сфери особистості підліткового віку можуть впливати, психологічні, фізіологічні соціальні чинники [36].

Період підліткового вік є сенситивним в емоційному розвитку особистості. У цей період перебудування емоційної сфери, обумовлено психічними змінами розвитку та формуванням системи мислення [71].

Підлітковому віку характерна різка зміна настрою та переживань - амбівалентність почуттів, імпульсивність, збудливість. Ще важливо зазначити, що підлітковий вік супроводжуються станами емоційного дискомфорту – Л. І. Божович, Е. Д. Хомський [1].

Для емоційної сфери підлітків характерні:

1) емоційна збудливість, тому підлітки характеризуються запальним темпераментом, бурхливим проявом емоцій, пристрастей: швидко беруться за цікаве завдання, активно відстоюють свою думку, готові «вибухнути» через несправедливо по відношенню до себе [1];

2) стійкість емоційного переживання порівняно з молодшими школярами, зокрема, учні підліткового віку довго забувають образи;

3) підвищення готовності до очікування страху, що проявляється тривогою. Підвищена тривожність у підлітковому віці пов'язана з виникненням інтимно-особистісних стосунків з людиною, що викликає різноманітні емоції, особливо пов'язані зі страхом бути визнаним смішним[1];

4) конфліктні емоції: , підлітки часто захищають своїх друзів, навіть якщо розуміють вони поведуть себе не дуже добре; мають високорозвинену самооцінку, можуть плакати після образи, навіть коли розуміють, що плакати не варто;

5) поява тривоги не тільки з приводу оцінки підлітків оточуючими, а й з приводу самооцінки, яка з'являється в них внаслідок розвитку самосвідомості;

6) почуття приналежності до групи розвивається настільки, що вони відчують несхвалення однолітків гостріше, ніж несхвалення дорослих чи вчителів; часто боїться бути відкинутим групою [1];

7) вимагає великої дружби, основою якої є не сумісна гра, як між молодшими школярами, а спільні інтереси, моральні почуття; дружні стосунки між підлітками більш вибіркові і тривалі; Підлітки також змінюються під впливом дружби, але не завжди в позитивну сторону; широка групова дружба [1];

8) виявляє патріотичну громадянську свідомість [1].

Загальне наростання емоційної нестійкості в підлітковому віці продовжується диференціацією емоційних реакцій. Слід зазначити, що низький рівень емоційної реактивності може бути фактором психологічного несприйняття. Підлітковий вік також приходить із фізичним розвитком тіла,

що може вплинути на емоційну стабільність і загальне самопочуття. Процеси збудження посилюються і мають перевагу над процесами гальмування, що може призвести до підвищення збудливості. Психологічні фактори пов'язані з формуванням моральних категорій, самосвідомості та соціальної позиції. Тобто це втеча з дитинства, що супроводжується тривогою, сумнівами в собі та своїх силах, пошуком себе та відчуття власного «Я» у системі цінностей життя. [23].

*Основними факторами, визначаючими формування підліткової агресивності:* сім'я, однолітки, те середовище, в якій вони перебувають, засоби масової інформації. Проблема агресивної поведінки досліджувалась багатьма дослідниками З. Фройд, Б. М. Ткач А. Басс, Л. В. Чаговець, А. Бандура, С. Берковіц, К. Лоренц, О. Б. Бовть, С. В. Харченко [113].

К. Хорні виокремила дві головні потреби, які властиві кожній людині з дитинства: потреба в задоволенні та безпеці. Хорні, джерелом тривожності вбачала у відсутності почуття безпеки в міжособистісних відносинах, але вважала, що тривожність з'являється в ранніх відносинах з батьками, через недостатню увагу, любов і турботу, у дитини може виникати вороже ставлення до батьків. Неприємні відношення психіка дитини змушена витіснити, через залежності від батьків. Згодом під час дорослішання, пригнічені почуття обурення і ворожості поширюються також на відносини з іншими. К. Хорні назвала такий стан *базальною тривогою*, що виражається як інтенсивне відчуття відсутності безпеки. *Базальна тривога* описується К. Хорні почуттям «власної незахищеності, безпорадності слабкості, , меншовартості, в цьому зрадливому, злому, повному заздрості і лайки світі». [94].

Г Салліван розглядає досвід дитини як відображення суджень інших і ролей, прийнятих під соціальним тиском. Джерелом занепокоєння Г. Салліван також вважає оточення, а саме батьків, перших людей, з якими діти вступають у контакт. Як механізм емоційного зараження, емпатія викликає почуття тривоги, якщо батьки часто схвильовані. Емпатія, на думку Г. Салліван, може допомогти дітям сприйняти емоційні стани батьків, пов'язані із задоволенням,

безпекою, схваленням і осудом. Переживання, які посилюють конфлікт із собою, викликають тривогу [94].

Також, *важливим аспектом підліткового періоду є самооцінка*. Підлітки не завжди здатні адекватно оцінювати власні можливості, вони схильні до максималізму, що може привести до озлоблення, дратівливості, підозрливості, байдужості, апатії [17].

Підлітковий вік – це період розвитку самооцінки особистості. Самооцінка формується, змінюється і збагачується протягом життя людини, особливе значення вона має для розвитку особистості в підлітковому віці, коли людина досягає рівня інтелектуального розвитку, вперше бачить свій внутрішній світ, його масштабна особистість формує цілісний образ самого себе, суттєво спрямовуючи його погляд у майбутнє, що свідчить про його перехід у доросле життя [113].

Важливо відзначити, що самооцінка не є вродженою здатністю, вона поступово формується з дитинства. У молодшому шкільному віці на формування самооцінки впливають успішність у навчанні та стосунки вчителя та дитини. Самооцінка, як психологічний механізм саморегуляції поведінки дітей, потребує створення умов для формування у дітей задовільної самооцінки, як основи стійкої самооцінки в підлітковому віці [100].

У підлітковому віці дитина усвідомлює свою особистість, змінюється її ставлення до навколишнього світу та до себе, це робиться вмотивовано – в рамках потреб. С. Кузікова вважає, що конфлікти можуть виникати в гострій формі, визначаючи емоційні переживання, негативні зміни в поведінці підлітків та їх стосунках з оточуючими, у самосвідомості [100]. С. Кузікова стверджує, що в підлітковому віці люди починають цікавитися власним внутрішнім світом. Самостереження, саморефлексія, саморегуляція поведінки і вчинків стають однією з необхідних потреб особистості підлітка, але механізм самоусвідомлення часто є незавершеним, через що самооцінка Самооцінка підлітка має нестійкий, випадковий і суперечливий вигляд,

залежний від оцінки оточуючих. Підлітки схильні переоцінювати і недооцінювати себе [113].

С. Кузікової стверджувала, що у підлітковому віці відбувається інтерес до власного внутрішнього світу. Самоспостереження, саморефлексія саморегулювання поведінки і дій стає однією з необхідних потреб особистості підліткового віку, але механізми самопізнання звичайно ще недосконалі, саме через це самооцінка підлітків має нестійку вираженість, випадкові та суперечливі аспекти, залежить від оцінки оточуючих. Підлітки схильні переоцінювати та недооцінюють себе [113].

Старші підлітки ставляться до своїх вчинків вже більш свідомо. Вони схильні до самоаналізу, але не завжди справляються з цим. Механізмом розвитку самооцінки та самосвідомості є рефлексія. Самооцінювання у підлітковому віці набуває значення, ніж оцінки дорослих. За словами Т. Яновської, прагнення до самостійності та незалежності, пов'язано із самоповагою та самоставленням [100].

*Емоційна трансформація підліткового віку характеризується низкою суперечностей:* самовпевненість може змінюватися зневірою, бажання до спілкування із закритістю. Дані зміни та мінливість стосується майже всіх сторін розвитку та взаємодії підлітка з оточенням, сприяє утворенню нових реакцій та можливих переживань. Звичайно зміни можуть бути негативними, але є і вірогідність позитивних [23].

Ш. Бюлер вважав, що чергування двох фаз, які супроводжують емоційну трансформацію підлітків мають негативну та позитивну фазу. Негативна фаза говорить о підвищеної неспокої, чутливості, фізичним або душевним нездужанням, поступово змінюється на позитивну, у вигляді зміни уваги на види діяльності які до цього не пробував [36].

Д. Ельконін у своїх роботах говорить о об'єктивній та суб'єктивній дорослості особистості підліткового віку в емоційній трансформації [20].

*Об'єктивну дорослість він бачить як готовність підлітка до життя в суспільстві на рівноправних відносинах з дорослими, об'єктивна дорослість*

проявляється в прагненні до навчання й роботи. В цей час відбувається розвиток інтелектуальної сфери, з'являється самостійність, прагнення до самоосвіти [36].

Суб'єктивна дорослість – відчуття дорослості, яке можна охарактеризувати новим ставленням до себе, відчуття внутрішнього дорослого. Потреба в повазі, самостійності є головним показником суб'єктивної дорослості. Але треба зазначити, про емоційну нестабільність, як прояв частих змін настрою та афективних вчинках. Особистості підліткового віку вчать розрізняти межі емоційних станів, розпізнавати та ідентифікувати власні емоції [23].

Психолог-психотерапевт В. Станчишин у книжці «Для стосунків потрібно двоє» [90] описує підлітковий вік як «час божевілля». Супротив підлітків, які хочуть показати своє «Я» батькам, котрі переживають власну кризу середнього віку. Усім хто вступає на шлях підліткового віку стає непросто, початок статевого дозрівання, з'являється потреба до самоідентифікування, і цей шлях дуже важливий, через нього підліток відкриває світ власних можливостей, можна сказати він відкриває всесвіт для себе. Підліток потребує в підтримці батьків та відчутті любові та прийняття [90].

Інтроспективне мислення підлітка, дозволяє аналізувати власні думки, формувати бачення свого життя, розвивається соціальне пізнання, як здатність розуміти соціальні стосунки, які говорять про прийняття підлітком соціальної ролі. Дуже важливою є участь значущих дорослих у якісних перетвореннях підлітка у сфері його соціальних відносин і свідомості. [60].

Ігнорування власних негативних емоцій чи неправильної ідентифікації емоцій може привести до того, що підлітки можуть несвідомо ігнорувати їх, що призводить до накопичення та необхідності виразу таких в поведінці, як способу зняття напруги, наприклад агресивні дії проти іншої людини [36].

У нашому сьогоденні абсолютно «нормальні» підлітки мають вищі показники за шкалами «психотика», «шизофренія», ніж дорослі. Це говорить

про те, що емоційні реакції, які у дорослих можуть бути симптомами захворювання, у підлітків нормальні. У старших підлітків спостерігається високий рівень тривожності у всіх сферах спілкування, тривожність різко зростає під час спілкування з батьками та дорослими, від яких вони залежні, ці стреси не є патологічними, але підвищують ризик емоційного пошкодження та відхилення від тенденції, стандарти поведінки [60].

*Основними показниками емоційної трансформації особистості підліткового віку:* емоційна збудливість, що проявляється в неконтрольованому прояві почуттів, ефективності вчинків, чутливості реакцій на конфліктні ситуації; підвищена тривожність, відчуття страху виглядати смішним; суперечливість почуттів, чергування емоцій; переживання стосовно думки оточення, страх засудження та несхвалення; гойдалки в самооцінці [36].

На емоційний сферу підлітків впливають такі фактори, як: відносини з батьками, відносини з однолітками, психолого-педагогічні умови, соціальне оточення. При соціально сприятливих умовах емоційний стан з негативної фази переходить в позитивний. Достатня увага з боку батьків, дорослих, виховується в умовах розуміння і доброти, до 16 років він стає емоційно стійким [70].

### **1.3 Роль сім'ї та вплив сімейних стосунків на розвиток емоційної сфери підлітків.**

Сім'я відіграє визначальну роль у формуванні особистості, проте, на кожному віковому етапі її роль і значення змінюються і мають свої специфічні особливості [75].

За словами В. О. Сухомлинського: «Сім'я – це перше джерело, з якого бере початок велика річка почуттів і віри» [101].

О. М. Васильченко вважає, що сім'я відіграє важливу роль у вихованні підростаючого покоління, передаючи йому соціальний досвід, який накопичили їхні попередники. Сім'я є одним із основних способів існування людини. Через сімейну діяльність здійснюється зв'язок природи і суспільства,

забезпечується перехід від біологічного до соціального стану особистості. Саме в сім'ї та в оточуючих людей людина стає особистістю [14].

У підлітковому віці відносини з батьками переходять новий етап – якісний. Будуючи дитячо – батьківські відносини, підліток в першу чергу, *усвідомлює свою ідентичність та формує мотиваційну сферу в родинному колі. У підлітковому віці виокремлюються такі потреби: автономія, повага, самовизначення, підтримка та приєднання до сімейного «ми»* [87].

Важливу роль у психоемоційному розвитку підлітків відіграє сім'я, особливо стиль виховання в сім'ї та поведінка батьків, які визначаються ціннісними орієнтаціями, не завжди корисними установками чи екологічними особливостями, особистісним ставленням до підлітків та особливостями взаємодії з ним [2].

Несприятливий тип матиме серйозні, наслідки для фізичного та розумового розвитку дитини, формування самооцінки та особистості загалом. Особливості сприйняття дитиною своїх батьків і тип поведінки батьків по відношенню до підлітків визначають засвоєння дитиною елементарних правил і норм у своїй поведінці, формування її позиції у відносинах зі світом, людьми і собою, розвиток захисних механізмів вирішувати складні проблеми, ситуації в житті, особливо стресові [6].

Сучасні батьки повинні вміти рефлексувати на індивідуальні та вікові особливості своїх дітей, бути готовими до свідомого пошуку ефективної форми виховання. Чим більше батьки намагаються створити для підлітків можливості вибирати, розуміти і відчувати, чого вони хочуть і на що вони здатні (підтримуючи автономію дитини), і чим більше вони чітко формулюють свої запити, чітко виконують обіцянки, беруть до уваги бажання дитини, запити якомога чіткіше потреб і думок (структуровані відносини), тим комфортнішим є їхній психофізіологічний стан, що забезпечує повноцінний психічний розвиток і соціальну адаптацію підлітків [121].

Відповідно до поглядів авторів на зарубіжні класичні напрями в психології та психотерапії, А. Адлер, Г. С. Салліван, В. Сатир, Е. Фромма, К. Хорні, Е. Еріксона, К. Юнга та ін., основним фактором, що впливає на розвиток особистості, є особливості стосунків дитинства з батьками [2].

А. Адлер вважав виховання дитини однією з головних причин формування у дітей неврозів негативно-травматичного характеру. Під неврозом вчені розуміють різновид розладу сімейного життя і поведінки батьків по відношенню до дітей. З одного боку – вседозволеність і безконтрольність, з іншого боку – неприйняття, відсутність підтримки, що зумовлено формуванням нереалістичних і спотворених уявлень про своє «Я», почуття власної неповноцінності [121].

К. Юнг також доводить роль сім'ї у формуванні особистості дитини. За словами ученого, на розвиток неврологічної патології у дітей сильно впливає психічний стан, проблеми та спосіб життя батьків, а також методи виховання. Юнг підкреслював, що нервово-психічні розлади у дітей шкільного віку зумовлені головним чином порушеннями психічної сфери батьків. У результаті майже завжди безпосередньо чи опосередковано провокують невроз у своїх дітей батьки [128].

Критерії батьківських стосунків як прийняття та не прийняття, наприклад: батьки приймають дитину такою як вона є, люблять безумовно, підтримують її. У випадку не прийняття: батьки відчують роздратування, гнів до дитини, зневажають її [5].

Позитивні та підтримуючі стосунки в сім'ї сприяють розвитку позитивних емоцій у підлітків. Коли підліток отримує від батьків любов, підтримку, прийняття, він відчуває безпечно, це допомагає йому розвивати позитивні емоції. [87].

Дослідження показують, що батьки, які проявляють емоційну підтримку та відчуття присутності, сприяють розвитку позитивних емоцій у підлітків [87].

Відносини батьків і підлітків часто супроводжуються конфліктами, негативним ставленням один до одного і проявами неповаги. Зазвичай це пов'язано з прагненням до незалежності, яке дорослі не сприймають і не підтримують. Психологія дитини-підлітка заснована на тому, що він хоче, щоб батьки враховували його думки і бажання. Підлітки складно переживають недовіри, байдужості, насмішок, зауважень, особливо присутності друзів [87].

Сім'я - один з найважливіших інститутів виховання, який має величезне значення для кожної людини. Сучасні сім'ї стикаються з труднощами, зумовленими кризовими явищами, які мають негативний вплив, знижують ефективність виховної функції сім'ї, призводять до переважання негативних емоційних станів у підлітків. Це актуалізує проблему сімейного виховання підлітків у сучасних умовах, спонукає до пошуку різних підходів до вирішення цієї проблеми, щоб забезпечити орієнтацію батьків на дитину як людину, створюючи можливості для гармонійного розвитку дитини, в тому числі і в емоційній сфері [90].

Проаналізувавши літературу і наукові дослідження різних авторів, таких як Г. Мертон, Д. Олсон, С. Розум, К. Роджерс, Б. Скіннер, А. Адлер можна зробити висновки, що з найпоширеніших стилів виховання батьків і дітей є *ліберальними, демократичними та авторитарними*. Кожен тип виховання має свої особливості, які відбиваються на психоемоційному стані дитини [80].

О. В. Петрунько виокремлює основні показники, які визначають стиль виховання [77].

Ставлення до дитини – емоційне прийняття, довіра до дитини чи, навпаки, неприйняття, недовіра до дитини (скоріше це мається на увазі тиск на дитину, нехтування її інтересами, обмеження її свободи);

Позиція по відношенню до дітей – контроль чи слухняність, конформна співпраця (йти на компроміс, враховувати інтереси дитини, поступово розширювати межі самостійності, відповідальності дитини) [77].

Найбільш типові стилі виховання: авторитарний – поєднання домінуючої позиції та емоційного неприйняття; гіперуважний – поєднує

домінуючу позицію з емоційним прийняттям; ліберальний, відсторонений – поєднує позицію співпраці з емоційним відкиданням; демократичний – поєднання кооперативної позиції з емоційним прийняттям. Кожен із цих стилів виховання характеризується своїми відповідними типовими помилками [77].

Авторитарний стиль виховання виникає, коли батьки пред'являють до своїх дітей надмірні вимоги, обмежують їх суворими правилами порядку та дисципліни, вимагають чіткого дотримання, уточнити ці вимоги та дотримуватися правил. Інакше кажучи, батьки повинні підкорити своїх дітей власним силам і волі. Вони приймають рішення щодо дитини, ігноруючи вікові переваги, бажання та потреби, тим самим позбавляючи дитину позитивних емоцій.

Авторитарні батьки впевнені, що так можна виробити сильний характер, уміння долати труднощі, вміння доводити розпочату справу до кінця тощо. Перфекціоністський тиск авторитарних батьків полягає в тому, що вони вірять, що їхні діти мають бути «найкращими в усьому» і досягати успіху за будь-яку ціну, мотивуються схваленням, позитивними почуттями та емоціями. Якщо їх не підтримувати, це згодом може стати самоціллю всередині дитини. Це небажанно позначається не тільки на духовно-ціннісній сфері дитини, а й на емоційній. Діти ростуть нечутливими до почуттів інших, нездатними до співчуття та емоційно відстороненими. Дитина може боятися невдач і поразки, внаслідок чого втрачати інтерес до занять і уникати їх, щоб не бути осміяним. Загалом це призведе до пасивності та безініціативності дитини в майбутньому [106].

Помилковими проявами батьків з авторитарним стилем виховання є такі форми захисної поведінки, як: підкорятися тим, хто має владу та авторитет; відсутність поваги; вираження скептицизму; недоречний негатив; спалахи неспровокованої жорстокості та агресії тощо. Якщо авторитарним батькам вдається навчити своїх дітей виконавчій дисципліні, це часто відбувається за рахунок інших важливих якостей, особливо ініціативи та лідерства [77].

Гіперопікувальний стиль виховання, батьки емоційно прив'язані до своїх дітей і роблять усе можливе, щоб вони були прив'язані до них. Прояви активності та ініціативи дитини не схвалюються, бажаючи повністю розкрити свій потенціал, дорослі обмежують волю і самостійність дітей, тим самим перешкоджаючи їх розвитку. Якщо дитину постійно захищати, контролювати, випереджати її бажання та вчинки, вона виросте безпорадною, пасивною, бездіяльною. Парадокс надмірно заангажованого стилю виховання полягає в тому, що така емоційна близькість з дитиною може стати тягарем як для дитини, так і для дорослого, навіть становлення психологічної залежності [77].

Ліберальний стиль виховання вважається відстороненим, відчуженим, байдужим, хаотичним. Батьківський лібералізм у виховному процесі часто прикриває такі явища: неадекватне сприйняття дітей; відстороненість, недостатня увага до дітей; відсутність контролю з боку батьків; байдужий до дитячої праці, досягнень і щастя; відсутність позитивних батьківських емоцій. У цьому випадку навіть позитивні сторони ліберального стилю освіти, такі як демократія, втрачають свою цінність і з'являються у спотворених формах, таких як: поблажливість; відсутність контролю; відстань; створювати ситуації в яких дитина змушена приймати «дорослі» рішення, неприродні для її віку тощо [106].

Демократичний стиль навчання, який поєднує в собі емоційне прийняття та принципи співпраці, є найефективнішим стилем, оскільки він сприяє розвитку дітей та соціальній інтеграції. Це «ідеальний» тип стосунків, що реалізується на основі взаєморозуміння, співпереживання та співпраці. Демократичні батьки емоційно приймають своїх дітей, довіряють їм, заохочують дітей до самостійності відповідно до віку, поступово розширюють свободу та відповідальність дітей. Реакція може підмінити реальні позиції та дії батьків. Такі помилки характерні для батьків які залежать від оцінки соціального оточення; з низьким рівнем відображення здібностей своїх батьків. Як правило, батьки, які покладаються на екологічну оцінку, коли

проголошують демократичні принципи, практикуватимуть один із вищезгаданих стилів виховання [77].

Вплив сім'ї на підлітків включає важливі аспекти особистості: емоцій, пізнання, поведінки, триває майже безперервно від народження і протягом усього життя, навіть коли дитина знаходиться поза сім'єю. Характер створюваних відносин і ступінь їх впливу на підлітків залежать від багатьох факторів [75]. Психологічної атмосфери сім'ї, включаючи емоційні аспекти, рольові і комунікативні відносини, а також психосоціальних якостей батьків. Стиль виховання також впливає на розвиток підлітків, матеріальні та соціальні обставини сім'ї, рівень освіти сім'ї та батьків. Необхідно враховувати власну діяльність підлітків. Він сам бачить свою сім'ю і себе в ній, визначає свою поведінку і ставлення до сім'ї і до себе. Дія несприятливих факторів і часто нелюдських умов життя протягом тривалого часу викликає негативні психічні та фізичні зміни в організмі дитини, що призводить до тяжких наслідків [75].

Виховання здійснюється в багатьох різних стилях, що виражається у взаєминах підлітків з батьками. Вибудовуючи стосунки з підлітками, перш за все, слід враховувати вікові особливості. Підлітки вступають у конфлікти з людьми, які не згодні з їхніми поглядами, крім того, вони не завжди вміють враховувати інтереси інших, встановлювати міцні емоційні зв'язки і не готові до відповідальності. Керівництво з боку батьків, навпаки, можуть сприйняти, як прояв байдужості та емоційного неприйняття. Нездатність сім'ї регулювати поведінку підлітка, може призвести до вступу його в асоціальні групи, оскільки психологічні механізми, необхідні для самостійної, відповідальної поведінки в суспільстві, у нього не сформувалися [77].

Позиції батьків досить суперечливі, з одного боку виражають безумовну любов і глибокі стосунки з дітьми, з іншого – об'єктивне ставлення, спрямоване на формування цінних якостей і відповідної поведінки. [75].

М. М. Заброцький каже: «Компетентні та досвідчені батьки знають, що конфлікт легше передбачити та запобігти, ніж подолати його наслідки, тому вони будують інтерактивні стосунки зі своїми підлітковими роками» [87].

Вчений підкреслює, що такі батьки з турботою і розумінням ставляться до внутрішнього світу дитини, переживань, захоплень, проблем, поєднуючи високі потреби з особистою повагою. Ось що робить дорослих такими важливими і необхідними для підлітка. Учений підкреслює, що ці батьки з турботою і розумінням, переживанням, захопленням, проблемою, поєднують високу вимогливість з повагою до особистості, ставляться до внутрішнього світу дитини. Саме це робить дорослих такими важливими і необхідними для підлітків [87].

Р. Байярд виділяє наступні фактори, що впливають на сім'ю та особистість дитини, і умовно поділяє їх на три групи:

- 1) рівень інтелектуального розвитку сімейного оточення, що значно впливає на швидкість розвитку інтелекту дитини та її перспективи;
- 2) емоційний вплив на особистість дитини виступає джерелом і водночас сферою прояву емоцій, почуттів і відчуттів;
- 3) духовний вплив батьків на дітей – сім'я дозволяє дітям відкрити особистий емоційний простір; співпереживання, участь, допомога, підтримка, любов, відданість тощо [29].

До демократичного, авторитарного та ліберального виховних стилів С. Томашевська додає стилі байдужості, співчуття, доброзичливості, прощення, змагання, застереження, контролю, хаосу та гармонії [104].

Індиферентний стиль – це байдужий спосіб виховання, коли батьки свідомо не беруть участь у навчанні своїх дітей. Байдужі батьки не налагоджують систему контролю, не надають моральної чи практичної підтримки своїм дітям, такі батьки часто звинувачують дітей у їхніх проблемах, виявляють зневагу, ігнорують їхні потреби запит моєї дитини [104].

Співчутливий стиль відноситься до батьків, які є прикладом моральності та працьовитості для своїх дітей, вони спокійні, обережні, іноді використовують каральну систему. Батьки намагаються заохотити дітей до спільної праці, намагаючись захистити їх від фізичних перевантажень і

психологічних потрясінь. Співчутливий стиль допомагає виховувати чутливих, урівноважених, самокритичних і працьовитих дітей, які поважають і шанують своїх батьків [104].

Розважальний стиль навчання – це добрі стосунки між батьками та дітьми, тепла та здорова атмосфера в родині. Батьки не бояться спілкуватися з дітьми, відповідати на запитання, розвивати допитливість та моральне виховання. Діти мають свободу дій, але контроль нікуди не веде, дії контролюються і встановлюються обмеження на ввічливість. У сім'ї підтримується атмосфера довіри і поваги, батьки серйозно і відповідально ставляться до своїх дітей і їх рішень, діти не бояться думки батьків і їх допомоги у вирішенні сімейних проблем [85].

Дозвільний стиль - дитина не має контролю. Батьки не хочуть виховувати своїх дітей, або не знають як, можливо, вони не хочуть знати і їм так зручно, що вони вказують свою лінію, щоб показати свою інтегрованість у суспільство. Наслідки – байдужість, жадібність, хитрість [104].

Змагальний стиль виховання, діти - це приз. Батьки вчать своїх дітей змагатися та самостверджуватися, заохочують їх похвалою та грошовими винагородами. Дітям намагаються нав'язати високу моральність, змушуючи їх займатися фізичною, творчою та інтелектуальною діяльністю, щоб виявити свої таланти в пошуках оригінальності. Невеликі невдачі можуть негативно позначитися на вихованих таким чином дітей. Невеликі невдачі або затримки можуть призвести до депресії та апатії або психологічних проявів. Діти виростають самовпевненими, егоїстичними, мають надмірне ставлення до людей [104].

Гіперопіка – батьки знають краще за своїх дітей. Діти ростуть нерівномірно, батьки завжди поруч, вирішують усі проблеми, піклуються про них і виявляють любов. Комплексний догляд, розваги для дітей, задоволення примх, створення затишку та затишку. Діти, виховані в далекоглядній атмосфері, часто примхливі, нервові та пасивні, безвідповідальні та безініціативні, в певних ситуаціях шукають вигоди та зради. Для них

характерне перебільшення власної значимості, неврахування потреб інших, байдужість до сім'ї та суспільства [104].

Стиль контролю є досить суворим стилем виховання. Для цього стилю характерні холодні відносини, обмеження особистого простору і свободи дитини. Застереження батьків - вирішувати всі проблеми, пов'язані з життям дитини, але справа не в тому, щоб задовольнити капризи дитини, а в тому, щоб задовольнити капризи дитини. У таких сім'ях діти мають низьку самооцінку, бояться батьків, їх критики, підвищується тривожність. Ці діти стають хорошими друзями (вони надають підтримку та допомогу, якої дитина не має). Іноді діти можуть стати нетерплячими, злими, бездіяльними та агресивними.

*Хаотичний стиль* передбачає відсутність конкретних вимог до дитини, батьки не можуть або важко визначають свою позицію. Наслідками такого виховання є емоційний дискомфорт, зростаюча тривожність дитини, потреба в стабільності та порядку. Ці діти стають невпевненими в собі, дезорієнтованими, важко адаптуються до нових умов або людей, можуть проявляти агресію.

*Гармонійний стиль виховання* містить усі найкращі риси інших стилів. Батьки приділяють повну увагу своїм дітям, дають їм моральне і духовне виховання, підтримують, заохочують і допомагають, пропагують цінність фізичної праці. Тепла та дружня атмосфера, взаємодопомога, взаємоповага та помірна любов між батьками та дітьми. Батьки мають чіткі виховні позиції та цілі, своєю поведінкою та діями є усвідомленими та є прикладом для дітей. Тоді у дітей розвиваються розсудливість, уважність, чесність, мудрість і вміння цінувати. І коли виникають проблеми, діти з гармонійним стилем виховання легко справляються зі стресом, вони можуть реагувати болісно, довго розмірковувати про несправедливість, але водночас стійкі до стресу та мотивовані [104].

Е. Шефер розглядав *прийняття, опіку та контроль* як основні параметри виховання дітей. Психологічні досліджування дітей та підлітків показували, що фактори, які впливали на становлення дитячої психіки,

суперечливі: в одному випадку вони сприяють, в іншому - перешкоджають оптимальному розвитку особистості. Так, взаємовідносини в сім'ї, відносини до дитини з боку батьків можуть сформувати ефективну потребо-мотиваційну систему дитини, позитивний погляд на світ та самого себе. Тіж самі фактори, але з іншим психологічним змістом, можуть привести до негативного розвитку потреб та мотивів, низькому рівню самоповаги, недовіри до оточуючих, до низького потенціалу самореалізації. Е. Шефер досліджує особливості сприйняття та розуміння підлітками виховного напрямку їх батьків, розширити уявлення самосвідомості яка формується, специфікою міжособистісного спілкування батьків. Даний аналіз дозволяє краще зрозуміти причини порушення сімейних відносин та стиль сімейних стосунків.

Дослідження Е. Шефера базувалися на положенні про те, що виховний вплив батьків, так, як його описують діти, можна охарактеризувати за допомогою трьох факторних змінних:

- прийняття - емоційне відкидання;
- психологічний контроль - психологічна автономія;
- прихований контроль - відкритий контроль.

Позитивне ставлення до дитини незалежно від вихідних очікувань батьків. Емоційне відкидання розглядається як негативне ставлення до дитини, відсутність любові і поваги до нього, а часом і просто ворожість. Поняття психологічного контролю позначає як певний тиск і навмисне керівництво дітьми, так і ступінь послідовності у здійсненні виховних принципів.

У 1983 р З. Матейчик і П. Ржичани запропонували модифікований варіант. Методика була апробована на підлітках 13-18 років, вона виявилася вельми корисною для відображення факторів сімейного виховання, прихованих як від лікарів і психологів (педагогів), так і від самих батьків.

Враховуючи соціокультурні відмінності, чеські психологи переробили методику. Важливим виявилось насамперед скорочення кількості шкал, оскільки факторний аналіз на чеській вибірці виділив три значущих факторів:

позитивного інтересу (POZ) – ворожості (HOS);  
директивності (DIR) – автономії (AUT);  
непослідовність (NED).

Оцінка матері сином.

Шкала позитивного інтересу. Психологічне прийняття матері хлопчики-підлітки бачать насамперед у відносно критичному підході до них. Підлітки часто відчують необхідність у допомозі та підтримці матері, в більшості випадків приймають її думку, схильні погоджуватися з нею. Такі форми поведінки, як владність, підозрілість, тенденція до лідерства, заперечуються. У той же час сини не чекають від матері надмірного конформізму, аж до тенденції йти на поводу. Проте просто компетентне поведінку, дружній спосіб спілкування і нормальні емоційні контакти виявляються недостатніми для того, щоб підліток міг стверджувати, що мати відчуває по відношенню до нього позитивний інтерес. Вони прагнуть до сверхопеки сильного, дорослого і самотійної людини.

Шкала директивності. Директивність матері по відношенню до сина підлітки бачать у нав'язуванні їм почуття провини по відношенню до неї, в її деклараціях і постійне нагадування про те, що мати жертвує всім заради сина, повністю бере на себе відповідальність за все, що зробив, робить і робитиме дитина. Матір'ю як би затверджується споконвічна залежність її статусу й оцінки навколишніх від відповідності сина «еталону» дитини, виключаючи при цьому можливість інших варіантів самовираження. Таким чином, мати прагне будь-яким способом виключити неправильну поведінку сина, «щоб не вдарити в бруд обличчям». Прості ж форми прояву чуйності, симпатії, що викликають позитивні емоційні відносини, негативно корелюють з директивною формою взаємодії матері і підлітка.

Шкала ворожості. Ворожість матері у відносинах з сином – підлітком характеризується її агресивністю і надмірною строгістю в міжособистісних відносинах. Орієнтування матері виключно на себе, її самолюбство, зайве самоствердження, як правило, виключають прийняття дитини. Він

сприймається насамперед як суперник. Так, емоційна холодність до підлітка маскується і часто видається за стриманість, скромність, слідування етикету і навіть підпорядкованість йому. У той же час може спостерігатися яскраво виражена підозрілість, схильність до надмірної критики на адресу сина, метою якої є прагнення принизити його в очах оточуючих. Поряд з цим постійно (головним чином на вербальному рівні) демонструється позитивна активність, відповідальність за долю сина.

Шкала автономності. Автономність матері у відносинах з сином розуміється їм як диктат, повне захоплення владою, навіть деяка маніакальність в цьому відношенні, не визнає ніяких варіацій. Мати не сприймає дитину як особистість, зі своїми почуттями, думками, уявленнями і спонуканнями, вона являє собою сліпу силу влади і амбіцій, якої всі, незважаючи ні на що, зобов'язані підкорятися. При цьому адаптивна форма авторитету матері, заснована на довірі і повазі, а також прийнятні форми жорсткості і різкості (коли вони враховують ситуацію), виявляються не характерними для автономності матерів у відносинах з синами-підлітками. Крім того, на думку синів, ні емоційна прив'язаність, ні дружній стиль спілкування не можуть бути пов'язані з відгородженості, незалученість матері в справи сина.

Шкала непослідовності. Непослідовність проведеної матір'ю лінії виховання оцінюється підлітками як якесь чергування (залежно від ступеня інформативною значимості) таких психологічних тенденцій, як панування сили і амбіцій і покірність (в адаптивних формах), делікатність і сверхальтруїзм і недовірлива підозрілість. Причому всі вони мають тенденцію до екстремальних форм прояви (амплітуда коливань максимальна).

Оцінка батька сином.

Шкала позитивного інтересу.

Позитивний інтерес у відносинах з сином розглядається як відсутність грубої сили, прагнення до нероздільної влади в спілкуванні з ним. Підлітки говорять про позитивному інтересі у випадках, коли батьки прагнуть досягти

їх розташування та шанування батьківського авторитету, не вдаючись до декларацій догм. Психологічне прийняття сина батьком засновано насамперед на довірі. При подібних відносинах характерно знаходити істину в суперечці, прислухаючись до різних аргументів і віддаючи перевагу логіці здорового глузду. Тут повністю заперечується якогось роду конформізм.

Шкала директивності. Директивність у відносинах з сином батько виявляє у формі тенденції до лідерства, шляхом завоювання авторитету, заснованого на фактичних досягненнях і домінантному стилі спілкування. Його влада над сином виражається головним чином в управлінні і своєчасної корекції поведінки дитини, виключаючи амбітну деспотичність. При цьому батько дуже чітко дає зрозуміти дитині, що заради його благополуччя жертвує деякою наявною у нього частинкою влади, що це не просто заступництво, а прагнення вирішувати все мирно, незважаючи на ступінь роздратування.

Шкала ворожості. Жорстокі батьки завжди погоджуються із загальноприйнятою думкою, занадто дотримуються конвенцій, прагнуть задовольнити вимоги інших бути хорошим батьком і підтримувати позитивні стосунки. Виховуючи, вони намагаються вимуштрувати свого сина у відповідності з прийнятим в даному суспільстві і в даній культурі уявленням про те, яким повинен бути підліток. Батьки прагнуть дати синам ширшу освіту, розвивати різні здібності, що часто призводить до непосильної навантаженні на юнацький організм. Поряд з цим проявляється повна залежність від думки оточуючих, боязнь і безпорадність, неможливість протистояти їм. У той же час по відношенню до сина батько суворий і педантичний. Підліток постійно знаходиться в стані тривожного очікування низької оцінки його діяльності та покарання батьківським відкиданням. Тут же звучить постійне невдоволення, скептичне ставлення до досягнень сина, що неминуче знижує мотивацію його діяльності.

Шкала автономності. Автономність батька у відносинах з сином проявляється у формальному відношенні до виховання, зайвої неупередженості в процесі спілкування. Взаємодія ґрунтується на позиціях

сили і деспотичності. Батько «помічає» сина тільки у випадках, коли той щонебудь накоїв, причому навіть на розбір того, що сталося, як правило, не вистачає часу. Батько дуже зайнятий собою, щоб вникати в життя і проблеми сина. Про них він дізнається тільки з його прохань допомогти або порадитися в тому чи іншому питанні. Батька не цікавлять захоплення сина, коло його знайомств, навчання в школі, він тільки робить вигляд, що це його турбує. Часто його просто дратує, коли син звертається до нього, оскільки він вважає, що син сам повинен все знати.

Шкала непослідовності. Непослідовність застосовуваних батьком виховних заходів сини – підлітки бачать у непередбачуваності, неможливості передбачити, як їх батько відреагує на ту чи іншу ситуацію.

При порівнянні оцінки матерів і батьків хлопчиками-підлітками виявляються такі характерні відмінності:

1. При психологічному прийнятті сина у батьків в порівнянні з матерями домінує відсутність тенденції до лідерства, оскільки вони прагнуть досягти розташування і шанування їх авторитету, не вдаючись до сили, на відміну від матерів, які у виняткових випадках дозволяють собі авторитаризм в міжособистісних відносинах заради блага дитини. У той же час у матерів в якості позитивного інтересу хлопчики відзначають критичний підхід до них і сверхопіку, тоді як у батька більш виражена незалежність і твердість позицій.

2. За шкалою директивності у матерів, в порівнянні з батьками, на перший план виступає тенденція до заступництва, оскільки матері більш схильні впливати на дітей індуктивною технікою. Також матері готові піти на компроміс заради досягнення своєї мети, тоді як батьки воліють авторитет сили.

3. Ворожість матерів проявляється в результаті боротьби за свою незалежність. Аналогічна характеристика в отців - скоріше тенденція до конформності по відношенню до оточуючих.

4. Автономність матерів і батьків заснована на деспотичній «сліпій» владі, яка не терпітиме потурання, однак у матерів помічений акцент на відсутність вимог, заборон щодо підлітків, а у батьків на відгородженість.

5. Непослідовність у проведенні лінії виховання в обох батьків однаково оцінюється підлітками як тенденція до екстремально – суперечливим формами прояву з максимальною амплітудою вираження. Причому у матерів протилежністю силі та недовірі є поступливість і гіперпротекція, а у батьків довірливість і конформізм.

#### Оцінка матері дочкою

Шкала позитивного інтересу. Позитивне ставлення до дочки з боку матері, засноване на психологічному прийнятті, описується підлітками – дівчатками як відношення до маленької дитини, яка постійно вимагає увагу, турботу, допомогу, яка сама по собі мало що може.

Шкала директивності. Описуючи директивність своїх матерів, дівчатка-підлітки відзначають жорсткий контроль з їхнього боку, тенденцію до легкого застосуванню своєї влади, заснованої на амбіціях, що не вітаючи при цьому висловлення власної думки дочки. Такі матері більше покладаються на суворість покарання, вперто вважаючи, що вони завжди праві, а діти ще дуже малі, щоб судити про це.

Шкала ворожості. Ворожість матерів їх дочками – підлітками описується як підозріле ставлення до сімейному середовищі і дистанція стосовно її членам (зокрема, до дітей). Підозріла поведінка і відмова від соціальних норм приводять їх, як правило, до відгородженості.

Шкала автономності. Автономність матерів виключає будь-яку залежність від дитини, його стану, вимог. Заперечуються також які – небудь форми турботи і опіки по відношенню до дочок. Такі матері оцінюються підлітками як поблажливі, невимогливі. Вони практично не заохочують дітей, відносно рідко і мляво роблять зауваження, не звертають увагу на їх виховання.

Шкала непослідовності. Під непослідовністю виховної практики з боку матері дівчинки розуміють різку зміну стилю, прийомів, що представляють собою перехід від дуже суворого виховання до ліберального і, навпаки, перехід від психологічного прийняття дочки до її емоційному отверженню.

Оцінка батька дочкою.

Шкала позитивного інтересу. Дочки описують позитивний інтерес батька як батьківську впевненість у собі, впевненість у тому, що ні батьківська строгість, а увага до підлітка, теплота і відкритість відносин між батьком і донькою є проявом щирого інтересу. Психологічне прийняття доньки характеризується відсутністю різких перепадів від вседозволеності до суворих покарань, тобто домінують теплі дружні стосунки з чітким усвідомленням кордонів того, що можна і чого не можна. Батьківські заборони ж в даному випадку діють тільки на тлі батьківської любові.

Шкала директивності. Дівчатка – підлітки представляють директивність батька в якості образу «твердої» чоловічої руки, готової то стиснутися в кулак, то вказати доньці на її місце в суспільстві в цілому і в сім'ї зокрема. Директивний батько як би направляє зростаючу дівчину на шлях істинний, змушуючи її підкорятися нормам і правилам поведінки, прийнятим у суспільстві і певної культури, вкладаючи в її душу заповіді моралі.

Шкала ворожості. У даному випадку мова йде про такий несприятливий тип батьківського відношення до дочки, як поєднання надвимогливості, орієнтованої на еталон ідеального дитини і відповідної занадто жорсткої залежності, з одного боку, і емоційно-холодним з іншого. Все це веде до порушень взаємин між батьком і дочкою-підлітком, що, в свою чергу, обумовлює підвищений рівень напруженості, нервозності і нестабільності підлітка.

Шкала автономності. Дівчатка – підлітки описують автономність отців як претензію на лідерство, причому лідерство недосяжне, недоступне для взаємодії з ним. Він представляється людиною, відгородженим від проблем сім'ї як би невидимою стіною і існуючим паралельно з іншими членами сім'ї.

Йому абсолютно все одно, що відбувається навколо, його дії часто не узгоджуються з потребами та запитамі близьких, інтереси яких повністю ігноруються.

Шкала непослідовності. Тут батько представляється людиною абсолютно непередбачуваною. Із досить високим ступенем ймовірності в його поведінці можуть проявлятися абсолютно суперечливі один одному психологічні тенденції, причому амплітуда коливань буде максимальною.

Характерні відмінності в оцінках виховної практики матерів і батьків дівчатками – підлітками виглядають наступним чином.

1. При позитивному інтересі і психологічному прийнятті у матерів на перший план виступають довіра. У батьків же домінують впевненість у собі і відсутність жорсткості, авторитарності у відносинах з донькою, що виключає виховання допомогою силового тиску.

2. Директивність матерів заснована виключно на амбітних претензіях до влади і жорсткому контролю над поведінкою дочки, а директивність отців поряд з цим виражається ще й у залежності від думки оточуючих і самозакоханості.

3. При ворожості, емоційному відкиданні у матерів виявляються впертий конформізм і залежність від думки оточуючих, що виходить з претензій батька на провідні позиції. У батьків же при ворожій виховній практиці по відношенню до доньки – підлітка на перший план виступають жорстокість і самоствердження допомогою влади і сили.

4. Автономність з боку матерів відрізняється відсутністю добрих людських відносин і відгородженості від проблем і інтересів доньки. У батька автономність виражається в його беззастережне лідерство в родині і в недоступності спілкування з ним для доньки.

5. При непослідовності у виховній практиці в контексті суперечливості проявів характеристики батьків і матерів представляються однаковими. Різниця полягає лише в таких тенденціях, як самодостатне самоствердження з

ворожою непримиренністю у батьків і підпорядкованістю з недовірою – у матерів.

Таким чином, можна зробити висновок, що тип сімейного виховання робить істотний вплив на розвиток особистості дитини, на формування його емоційної сфери, характеру, поведінки і ставлення до навколишнього світу.

### **Висновки до 1 розділу.**

Теоретичний аналіз досліджень емоційної сфери особистості підліткового віку у науковій психологічній літературі дозволив зробити наступні висновки: підлітковий вік є найважливішим ступенем розвитку між дитинством та дорослістю, яка вважається основною у розвитку особистості.

Підлітковий вік – це особливий період становлення і дозрівання зрілої особистості. Цей період супроводжується величезним гормональним сплеском, який позначається на психіці підлітка і його емоційній сфері. Підлітки починають переживати як негативні, так і позитивні емоції, які складно пояснити і контролювати.

У підлітковому віці часто можуть виникати такі емоційні проблеми, як депресія, тривога, страх, спалахи гніву та агресії.

Синонімами до цього вікового періоду вчені називають: «перехідний», «переломний», «важкий», «критичний». У момент переходу від одного періоду життя до іншого відбуваються дуже важливі та складні процеси. Емоційна сфера підлітків найбільш чутлива і відрізняється низкою особливостей, легкою запальністю, збудливістю. Емоції змінюються в одну мить, а почуття починають проявлятися більш бурхливо і пристрасно, їх можна легко захопити новими цікавими справами, але якщо вони відчують найменшу несправедливість в їх бік або у бік своїх друзів, то готові «вибухнути» і цьому є логічне пояснення - підвищена емоційна збудливість, яка обумовлюється не тільки психічними, а й фізіологічними змінами. Якщо порівнювати підлітковий вік і попередній йому молодший шкільний, то тут має місце велика стійкість емоційних переживань, а також основою дружби тепер є спільність інтересів і моральних почуттів, а не гра.

Вікові особливості підліткового періоду сприяють формуванню внутрішньоособистісного та міжособистісного емоційного інтелекту в рамках основних видів діяльності та соціальних обставин під час розвитку підлітків, тому проблема гармонійної єдності між емоціями та когнітивними процесами є актуальною в цьому віці.

В результаті перебудови організму та самосвідомості за всіма напрямками розвитку відбувається становлення якісно нових утворень:

- ✓ почуття дорослості та нові способи соціальної взаємодії, потяг до спілкування з однолітками;
- ✓ формування моральних цінностей та життєвих перспектив;
- ✓ усвідомлення себе, своїх можливостей, здібностей, інтересів;
- ✓ формуються особистісні сенси життя (загальні погляди життя, на відносини між людьми, на своє майбутнє);
- ✓ свідоме регулювання вчинків, вміння зважати на почуття та інтереси інших та здатність ідентифікувати себе з ними.

Сім'я є важливим інститутом у формуванні особистості людини. Зараз у нашій країні відбувається багато змін у соціальному плані, змінюються цінності та пріоритети, тому виховання змінюється. Можна спостерігати деформацію у розвитку такого інституту, як сім'я, і на неї впливає все, що відбувається в країні. Зараз більшість дослідників шукають вирішення цієї проблеми, оскільки вона впливає на підростаюче покоління. Сімейне коло є провідником для дитини, яка допомагає отримати перші знання, досвід спілкування з людьми, бачити життя та навколишні проблеми. Це допомагає вивчати себе, з'являється думка про себе, про своє значення всередині сім'ї, а далі - у суспільстві, сприяє усвідомленню особистої цінності. Формування особистості починається у дитинстві, існують внутрішні та зовнішні фактори, що впливають на розвиток. Темперамент є внутрішнім фактором, а довкілля, соціальне становище, дане виховання є зовнішніми факторами.

Наступним важливим ступенем розвитку людини є соціалізація. Розвиток людини відбувається поетапно. Приклад батьків та виховання

людини впливають сприйняття світу. Для кожної дитини дуже важливі взаємини між батьками. Безпосереднє відношення сім'ї до дитини, навколишній світ та інші аспекти є опорними точками розвитку тих чи інших якостей.

З усього вищесказаного, ми можемо дійти висновку, що виховання – це цілеспрямований процес на розвиток людини. Тому в перші роки життя кожна людина переймає більшість якостей та рис характеру від тих людей, які його оточують. Надалі особистість людини може змінюватися незначно скоригована, але саме в ранні роки закладається «фундамент».

Перехід від дитинства в підлітковий вік, даний період у житті кожної людини є критичним і визначає, формує його подальший світогляд, ставлення до навколишнього світу і самого себе. В онтогенезі психіка у дитини нестабільна, саме тому він вбирає все, що отримує із соціального середовища. Підлітковий вік можна охарактеризувати як етап, коли людина починає долучатися до культури, етап, який починає формувати особистість, закладати певні цінності, принципи, які надалі зумовлюватимуть його поведінку та вчинки.

Важливу роль розвитку особистості підлітка грає сімейна свідомість, до неї входять побутові елементи, життєві погляди, традиції сім'ї. Все залежить від вчинків та поведінки членів сім'ї, насамперед це з особистісними відносинами. Сім'я зможе впоратися з протиріччями (побутовими проблемами та звичками) спільними зусиллями, тільки якщо поведінка кожного члена відповідає їх прийнятим моральним настановам. Якщо виникають конфліктні ситуації, що впливають на взаємини всередині сім'ї і торкаються всієї емоційної сфери, то причинами цього є вчинки одного з членів сім'ї, які суперечать ідеалам та принципам іншого.

Таким чином, можна зробити висновки про те, що тип сімейного виховання істотно впливає на розвиток особистості дитини, на формування у неї особливостей емоційної сфери, характеру, поведінки та відношення до навколишнього світу. Порушення у виховному процесі сприяють

несприятливому становленню особистості, виникненню проблем у відносинах з однолітками та соціуму в цілому.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ПІДЛІТКІВ ІЗ СІМЕЙ З РІЗНИМ ТИПОМ СТОСУНКІВ

#### **2.1 Організація та методика дослідження особливостей розвитку емоційної сфери підлітків із сімей з різним типом стосунків.**

Після з'ясування та обґрунтування теоретичних аспектів психологічних особливостей розвитку емоційної сфери підлітків із сімей з різним типом стосунків, на другому етапі нами було проведено емпіричне дослідження по вивченню даної проблематики.

Метою цієї частини магістерської роботи є виявлення психологічних особливостей розвитку емоційної сфери підлітків із сімей з різним типом стосунків.

На основі цього було виділено наступні завдання:

1. здійснити вибір методик та організувати дослідження по вивченню психологічних особливостей розвитку емоційної сфери підлітків із сімей з різним типом стосунків;
2. проведення емпіричного дослідження по вивченню даної проблематики;
3. розробка рекомендації та пропозиції щодо вирішення проблемних питань, що стосуються особливостей розвитку емоційної сфери підлітків із сімей з різним типом стосунків.

Для досягнення поставленої мети, вирішення окреслених завдань були використані теоретичні (аналіз, синтез, дослідження психологічної літератури) та емпіричні методи (експеримент, бесіда, опитування, обробки отриманих даних тощо).

Дослідження проходило три етапи:

на першому етапі нами було сформовано вибірку досліджень, підібрано методи та методики для вирішення поставлених цілей та проведення діагностичного опитування;

на другому констатувальному етапі нами було проведено дослідження, спрямоване на діагностику емоційної сфери підлітків; виявлення впливу сімейних стосунків на розвиток емоційної сфери підлітків, аналіз отриманих даних;

на третьому експериментальному етапі нами було розроблено і реалізовано програму розвитку емоційної сфери підлітків та проведено консультаційна бесіда з батьками, проведено аналіз отриманих даних.

Експериментальною базою дослідження виступила Спеціалізована школа з поглибленим вивченням англійської мови Шевченківського району м. Києва.

Вибірка: емпіричне дослідження було проведено на базі спеціалізованої школи з поглибленим вивченням англійської мови Шевченківського району міста Києва. В дослідженні брало участь 65 учнів (7-а, 7-б, 7-в класи) – діти 13-14 років. 21 дівчина, 44 хлопчика (в 4 сім'ях помер батько, 15 неповні сім'ї, 10 батько на фронті).

Критерієм включення респондентів (учнів) був факт присутності на уроці під час опитування та заповнення анкети. Всі респонденти брали участь у представлених їм видах дослідження. Отримані під час дослідження відбилися у таблицях та діаграмах.

У даній роботі використовувалися наступні методики дослідження:

Для реалізації вказаних вище завдань було визначені психодіагностичні методики:

1. «Поведінка батьків і ставлення до них підлітків ADOR». Анкета ADOR вивчає ставлення, поведінку та методи виховання батьків, які бачать діти в підлітковому віці [57].

2. «Шкала самооцінки Розенберга» визначає рівень самоповаги підлітка через запитання про поточні почуття [120];

3. Опитувальник «Шкала тривожності Джозефа Тейлора» [42] .
4. Методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенком [57].

Даний підбір діагностичних методик дозволить об'єктивно подивитися на досліджувану проблему, виявити підлітків, що мають труднощі у розвитку емоційної сфери.

Розглянемо більш детально методики які були обрані для проведення емпіричного дослідження:

5. *Методика ADOR «Поведінка батьків і ставлення підлітків до них»* Е. Шефер 1965р. Ця методика про те, що освітній вплив батьків, описаний дітьми, можна описати за допомогою трьох факторних змінних [57]:

- ✓ приймати - відкидати почуття;
- ✓ психологічний контроль - психологічна автономія, негласний контроль - контроль.

Водночас прийняття тут передбачає цілком позитивне ставлення до дитини, незалежно від початкових очікувань батьків [57].

Емоційним відкиданням вважається негативне ставлення до дитини, відсутність любові та поваги до дитини, а іноді просто ворожість. Поняття психологічного контролю означає як певний тиск і цілеспрямоване керівництво дитиною, так і певну послідовність у реалізації виховних принципів. У місті Братислава, Словаччина, цю методику випробували на підлітках від 13 до 18 років. Цей прийом виявився корисним для відображення елементів сімейного виховання, які були приховані як від лікарів і психологів (педагогів), так і від самих батьків [57].

Перед початком експерименту підлітків ознайомлювали із завданнями, пов'язаними з метою та завданнями дослідження. Підлітку пропонується на основі власного досвіду судити про те, яка із запропонованих установок найбільш характерна для його батьків. Для цього необхідно уважно прочитати кожне речення, не пропускаючи жодного. Якщо підліток вважає, що це твердження повністю відповідає виховним принципам батьків (матері), обведіть цифру «2», якщо підліток вважає це твердження певною мірою

слухним, то обведіть цифру «1», якщо на думку підлітка, твердження не стосується батька (чи матері), тому обведіть цифру «0». Потім для кожного параметра обчислюється арифметична сума необроблених балів [57]:

POZ – позитивний, DIR – директивність, NOS – ворожість, AUT – автономія, а NED – невідповідність.

Нормовані дані коливаються від 1 до 5, нормою вважається медіанне значення, тобто 3.

Якщо параметр вийшов 1 – 2 бали, то можна сказати, що він виражений слабо, якщо 4 – 5, то вимірюване якість виражено досить чітко. Потім на спеціальному бланку будуються оціночні профілі ставлення до батьків[57].

Інтерпретація шкал. Оцінка матері сином[57].

*Шкала позитивного інтересу.* Хлопчики підлітки сприймають психологічне прийняття своїх матерів відносно критично. Підлітки часто відчують, що потребують допомоги та підтримки матері; У більшості випадків вони приймають її думки і схильні погоджуватися з нею. Подібні форми поведінки, такі як домінування, недовіра, лідерські тенденції, заперечуються, і в той же час хлопчики не чекають від матері надмірної слухняності, а прагнуть «слідувати». Проте одних лише грамотної поведінки, доброзичливого спілкування, нормального емоційного контакту недостатньо, щоб підліток міг сказати, що мама ставиться до нього позитивно. Їх приваблюють сильні, зрілі та незалежні люди [57].

*Шкала директивність.* Підлітки бачать настанови матері щодо сина, які викликають у них почуття провини, постійні слова та нагадування матері про те, що «мама жертвує всім заради сина», бере відповідальність за все, що дитина зробила, робить і буде робити. Матір ніби запевнює, що її статус і оцінка оточуючих принципово залежать від відповідності сина «дитячим стандартам», а можливість мати варіанти іншого самовираження виключається. Тому мати всіма способами намагається усунути погану поведінку сина. Прості форми чутливості та емпатії, які викликають позитивні

емоційні стосунки, негативно корелюють із директивними формами взаємодії між матір'ю та дитиною [57].

*Шкала ворожості.* Ворожість матері у стосунках із сином-підлітком характеризується надмірною агресивністю та жорсткістю в міжособистісних стосунках. Самозаглибленість матері, надмірна самооцінка і напористість часто виключають прийняття дитини. Емоційна холодність до підлітка маскується і часто маскується під стриманість, скромність, повагою до «ввічливості» і навіть покорою йому. При цьому може спостерігатися виражена підозрілість, схильність до надмірної критичності щодо сина та оточуючих з метою принизити дитину в очах інших [57].

*Шкала автономності.* Автономія матері по відношенню до сина розуміється ними як повна узурпація влади, навіть певна владоманія, недопущення змін. При цьому мати не сприймає дитину як людину, зі своїми почуттями, думками, бажаннями і прагненнями, вона є силою влади і «сліпого» честолюбства, яка, що б не сталося, кожен зобов'язаний виконувати. У той же час адаптивна форма материнства, заснована на довірі та повазі, а також прийнятні (з урахуванням обставин) форми жорсткості, не властиві автономії матерів по відношенню до своїх синів-підлітків. Крім того, за словами синів, ані емоційна прив'язаність, ані дружній стиль спілкування не можуть бути пов'язані з ізоляцією матері від сина [57].

*Шкала непослідовності.* Розрив у рівні освіти матері оцінюється підлітками як форма варіації (залежно від рівня інформаційної значущості) таких психологічних тенденцій, як домінування влади, честолюбство, скупість (у скоригованій формі), тактовність і альтруїзм. Крім того, вони також мають тенденцію проявлятися в екстремальних формах (амплітуда коливань максимальна) [57].

*Оцінка матері донькою.* Шкала позитивного інтересу. Позитивне ставлення матері до доньки, засноване на психологічному прийнятті, характеризується дівчатами-підлітками як ставлення до маленької дитини, яка постійно потребує уваги та турботи, допомоги та багато чого не може зробити

сама. Ці матері, з одного боку, приймають своїх дочок, які просять про допомогу, коли виникають розбіжності чи ускладнення, а з іншого боку обмежують автономію своїх дочок [57].

*Шкала директивності.* Характеризуючи прямолінійність матерів, підлітки відзначають суворий контроль з їх боку, схильність легко використовувати свою владу на основі честолюбства та вперте ставлення дівчат до висловлення своєї думки. Ці матері більше покладаються на суворість покарання, вперто вважаючи, що вони «завжди праві, а дитина занадто мала, щоб щось судити».

*Шкала ворожості.* Вороже ставлення матері до доньки-підлітка описувалося як недовіра до сімейного оточення та віддаленість від рідних (особливо дітей). Сумнівна поведінка та неприйняття соціальних норм часто ізолюють їх і вивищують над іншими.

*Шкала автономності.* Автономія матері виключає будь-яку залежність від дитини, її обставин, її вимог. Також було відмовлено в піклуванні та опіки над дітьми жіночої статі. Підлітки сприймали цих матерів як поблажливих і невимогливих. Насправді вони відлякують дітей від відносно рідкісних і байдужих коментарів; не звертаючи уваги на навчання.

*Шкала непослідовності.* Непослідовність виховних процесів з боку матері дівчинки розуміється як швидка зміна стилю та поведінки, що призводить до переходу від дуже суворого до вільного виховання і, навпаки, зміна психологічного стану доньки, від емоційного прийняття до емоційного відторгнення [57].

Опитувальник дивитися у додатку А.

*«Шкала самооцінки Розенберга»* визначає рівень самоповаги підлітка через запитання про поточні почуття. Шкала самооцінки Розенберга – це психологічний опитувальник, створений Розенбергом у 1965 році, широко використовуваний для визначення рівня самооцінки [120].

Шкала самооцінки – це чотирибальна шкала для кожного запитання, починаючи від «повністю згоден» до «зовсім не згоден». П'ять із десяти питань

містять негативні формулювання, а решта п'ять – позитивні. Ця шкала визначає рівень самооцінки через питання про поточні емоції респондента. Початкова вибірка, з якої було створено тест, складалася з 5024 старшокласників із 10 випадково вибраних шкіл штату Нью-Йорк. Шкала Розенберга вважається надійним і точним чисельним методом оцінки самооцінки [120].

Шкала RSES була перекладена та прийнята багатьма мовами світу, включаючи перську, французьку, китайську, італійську, португальську, іспанську та українську. Ця шкала використовувалася в міжнародних дослідженнях у 53 країнах [120].

Опитувальник дивитися у додатку Б.

1. *Методика визначення рівня тривожності «Шкала тривожності Джозефа Тейлора».* Опитувальник Тейлора, який вивчає рівень особистісної та ситуативної тривожності, опублікований у 1953 році, використовується для діагностики ознак тривожності. Методика включає ситуації трьох типів: пов'язані з діяльністю, соціальними взаємодіями, а також ситуації для вимірювання особливостей прояву тривоги. У підлітковому віці тривожність пов'язана з незадоволеними потребами та очікуваннями у всіх сферах діяльності, особливо в особистісній і професійній автономії та в міжособистісному спілкуванні [57].

Цей метод складається з 70 питань, на які респондент повинен відповісти «так» або «ні». Існує дві варіації методу: перша 10-бальна версія «шкали брехні», що дає в сумі 70 балів. Тест триває від 30 до 45 хвилин. Оцінку результатів дослідження за опитувальником Тейлора проводили шляхом підрахунку кількості відповідей абітурієнтів із зазначенням особистісних симптомів тривожності. Рівень тривожності визначали за сумою трьох показників. Загальний бал: Від 40 до 50 балів вважаються ознакою дуже високої тривожності; Від 25 до 40 балів свідчать про високий рівень тривожності; 15-25 балів. приблизно загальна середня (з тенденцією до зростання); Від 5 до 15 балів відповідають помірному рівню тривожності (має

тенденцію до низького рівня), а від 0 до 5 балів відповідають низькому рівню тривоги. Отримані в ході дослідження результати можуть бути використані для психотерапевтичної роботи, спрямованої на вдосконалення навчальної та професійної діяльності, а також міжособистісного спілкування [57].

Дивитися додаток Д.

2. *Методика «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка* визначає, як підлітки оцінюють свої психічні стани, такі як: тривога, фрустрація, агресивність, ригідність. Представлені стани є важливими факторами у визначенні загальної здатності людини справлятися. Автором методу є Айзенко (Eysenck) Ганс Юрген - британський психолог, один з лідерів біологічного напрямку в психології, автор факторної теорії особистості. Тест може використовуватися як самостійний клініко-психологічний метод, так і в складі послідовних процедур у поєднанні з іншими методами подібного значення.

Цей метод включає 40 речень, що описують різні психічні стани. Якщо цей стан часто характерний для учня, ставте 2 бали, якщо такий стан зустрічається рідко, ставте 1 бал, якщо не збігається зовсім – 0 балів.

Анкета складається з 4 блоків, кожен блок відповідає певним станам: тривога, фрустрація, агресивність, ригідність (див. додаток Б). Судження відбираються за результатами оцінки надійності та валідності. Ця техніка відноситься до різновиду «олівець і папір» і дозволяє використовувати як індивідуально, так і групово. Для оцінки результатів необхідно підрахувати загальний бал кожної з чотирьох груп питань. Термін заповнення форми не встановлений. Результати обробляються шляхом підрахунку [57].

Дивитися додаток В.

## **2.2 Кількісний та якісний аналіз результатів дослідження.**

Ознайомимося з результатами емпіричного дослідження, розглянувши показники за кожною методикою.

Для визначення впливу стилю сімейних стосунків на особливості розвитку емоційної сфери підлітка нами була обрана *методика ADOR*

«Поведінка батьків і ставлення підлітків до них» Е. Шефер. В дослідженні брало участь 65 учнів (7-а, 7-б, 7-в класи) – діти 13 – 14 років. 21 дівчина, 44 хлопчика. В 4 сім'ях помер батько, 15 неповні сім'ї, 10 батько на фронті, саме тому бланки опитувальника заповнювалися учнями тільки на визначення відносин з матір'ю.

Таблиця 2.1

## Рівень показників за типом сімейних стосунків

POZ		DIR		HOS		AUT		NED	
Кіл-сть учнів	%	Кіл-сть учнів	%	Кіл-сть учнів	%	Кіл-сть учнів	%	Кіл-сть учнів	%
9	13,85	21	32,31	7	10,77	15	23,07	13	20,0

Таблиця 2.2

## Середні показники за типом сімейних стосунків

POZ		DIR		HOS		AUT		NED	
Кіл-сть учнів	Серед .ариф.	Кіл-сть учнів	Серед .ариф.	Кіл-сть учнів	Серед .ариф.	Кіл-сть учнів	Серед .ариф.	Кіл-сть учнів	Серед .ариф.
9	0,13	21	0,32	7	0,10	15	0,23	13	0,20

Аналіз результатів, отриманих за допомогою методу ADOR (див.табл. 2.1) показав, що 9 (13,8 %) учнів підліткового віку мають позитивні (POZ) відношення з матір'ю, вони проводять разом час, завжди можуть звернутися за допомогою, поставити будь – яке питанням, відчувають прийняття та розуміння.

Директивний стиль виховання (DIR) відчуває 21 (37 %) учень підліткового віку, директивність по відношенню до підлітка з боку матері, прагнення до лідерства, шляхом отримання авторитетної позиції, заснованої на фактичних досягненнях та домінуючим типом спілкування. Спрямування на прояв своєї влади над дитиною – підлітком.

Вороже (HOS) ставлення у спілкуванні 7 (10,77 %) учнів, жорсткість у стосунках з підлітком, схильність до різкого ставлення, прояви невдоволення, скептичне ставлення до його досягнень, підвищення вимогливості до підлітка,

бажання виховати його відповідно до загальноприйнятих поглядів на те, яким має бути ідеальний підліток (дитина). Підліток може перебувати в стані постійної тривоги, очікуючи низької оцінки своєї діяльності та покарання через відмову матері.

Автономне (AUT), відсторонене ставлення матері 15 (23,07 %) учнів, формальне відношення до виховання підлітка. Незацікавленість до інтересів дитини, його знайомств, навчанню, труднощам та переживанням. Можна сказати, мати помічає підлітка тоді, коли він щось накоїв, чи сам звернувся за допомогою.

13 (20 %) учнів підліткового віку визначили непослідовність дій матері (NED) в спілкуванні та відношенні. Непередбачувана реакція матері на підлітка, суворі покарання за дрібні провini і маленьку суперечку про щось важливе, реакції завжди непередбачувані.

Відсоткові показники за методикою ADOR «Поведінка батьків і ставлення підлітків до них» схематично зображені на рис. 2.1. наочно показують наявність високих показників директивного стилю материнського виховання (DIR) та автономного відстороненого ставлення матері (AUT), що може негативно впливати на особливості розвитку підлітка, його емоційну сферу в цілому.

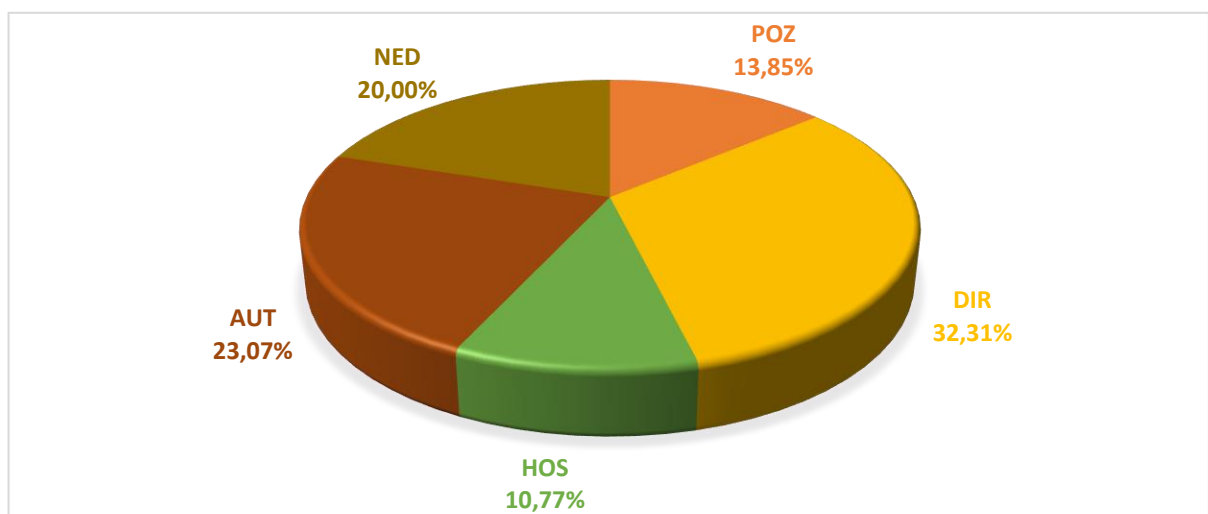


Рис.2.1 Відсоткові показники за методикою ADOR «Поведінка батьків і ставлення підлітків до них».

Наступним етапом нашої роботи буде дослідження самооцінки підлітків, для розуміння того, яким чином впливають відносини підлітків з матір'ю на розвиток та самоповагу.

2. *Шкала самооцінки Розенберга.* Розглянемо результати опитування за шкалою самооцінки Розенберга, які наведені у табл. 2.3.

Таблиця 2.3

## Показники рівня самоповаги

Не вистачає самоповаги		Балансування між самоповагою та самознищенням		Самоповага переважає		Високий рівень Самоповаги	
Кіл-сть учнів	%	Кіл-сть учнів	%	Кіл-сть учнів	%	Кіл-сть учнів	%
20	30,77	22	33,85	12	18,46	11	16,92

Таблиця 2.4

## Середні показники рівня самоповаги

Не вистачає самоповаги		Балансування між самоповагою та самознищенням		Самоповага переважає		Високий рівень Самоповаги	
Кіл-сть учнів	Середнє ариф.	Кіл-сть учнів	Середня ариф.	Кіл-сть учнів	Середнє ариф.	Кіл-сть учнів	Середнє ариф.
20	0,30	22	0,33	12	0,18	11	0,16

Представлені дані свідчать про те, що не вистачає самоповаги у 20 (30,77 %) учнів підліткового віку. Балансування між самоповагою та самознищенням у 22 (33,85 %) учнів підліткового віку. Самоповага переважає у 12 (18,46 %) учнів підліткового віку. Високий рівень самоповаги у 11 (16,92 %) учнів підліткового віку.

За результатами опитування можна наочно побачити (таблиці 2.5), як тип сімейних відносин може впливати на самоповагу учня підліткового віку за методикою Розенберга.

## Показники рівня самоповаги за різним типом сімейних стосунків

Показники ADOR			Не вистачає самоповаги		Балансує між самоповагою та самознищенням		Самоповага переважає		Високий рівень самоповаги	
<b>POZ</b> позитивне	9	13,85%					2	3,08%	7	10,76%
<b>DIR</b> директивне	21	32,31%	11	16,92%	7	10,77%	1	1,54%	2	3,08%
<b>HOS</b> вороже	7	10,77%	2	3,08%	5	7,69%				
<b>AUT</b> відсторонене	15	23,07%	5	7,69%	6	9,24%	4	6,15		
<b>NED</b> непоследовне	13	20,00%	2	3,08%	4	6,15%	5	7,69%	2	3,085

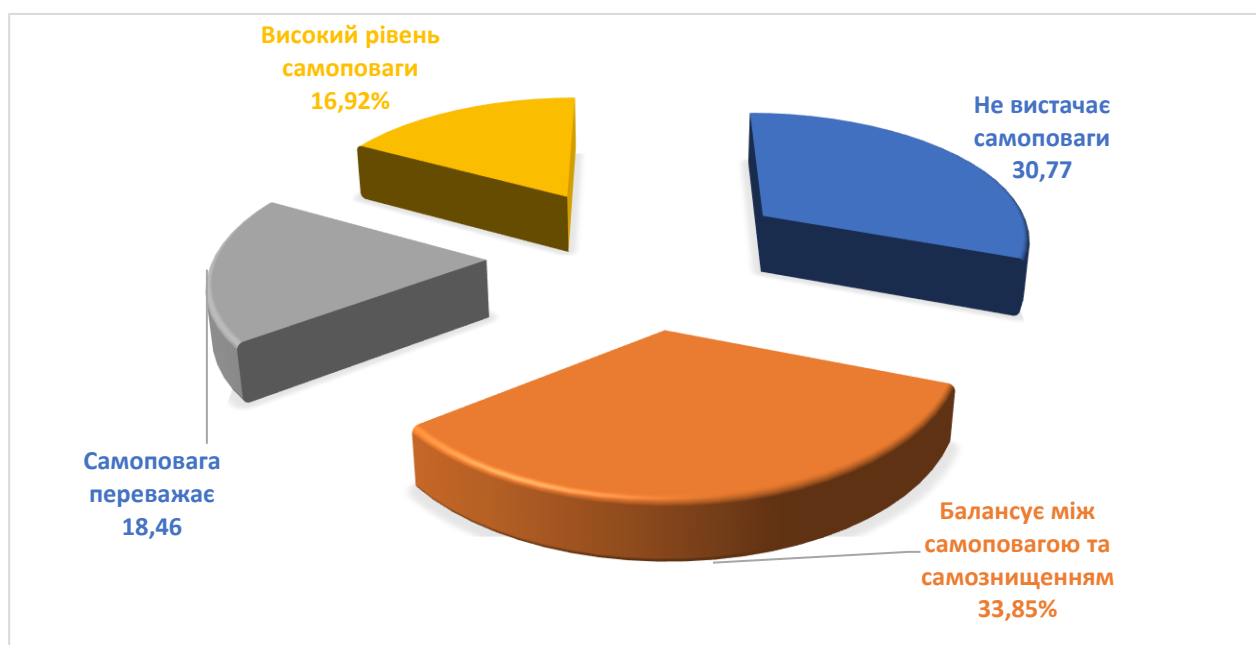


Рис. 2.2 Відсоткові показники за методикою самоповаги Розенберга

При позитивному ставленні POZ 13, 85% – самоповага переважає у 3,08% та високий рівень самоповаги 10,76 %.

При директивному ставленні DIR 32,31% – не вистачає самоповаги 16,92% ; балансує між самоповагою та самознищенням 10,77%; самоповага переважає 1,54%; високий рівень самоповаги 3,08%.

При ворожому ставленні HOS 10,77% – не вистачає самоповаги 3,08%; балансує між самоповагою та самознищенням 7,69%.

При автономному ставленні AUT 23,07% – не вистачає самоповаги 7,69%; балансує між самоповагою та самознищенням 9,24%; самоповага переважає 6,15%.

При непослідовному ставленні NED 20,00% – не вистачає самоповаги 3,08%; балансує між самоповагою та самознищенням 6,15%; самоповага переважає 7,69%; високий рівень самоповаги 3,08%.

З приведених вище даних бачимо високі показники з недостатнім рівнем самоповаги 16,92% в сім'ях з директивним ставленням DIR.

Результати даної методики показали, що досить велика кількість учнів підліткового віку, які брали участь у даному опитуванні мають низьку та нестабільну, навіть можна сказати руйнівну самооцінку. Що може напряду негативно впливати на розвиток емоційної сфери підлітка, його загальний стан. Самооцінка підлітка – це один із компонентів самосвідомості, на її формування впливає безліч факторів, одним з яких є стиль виховання у сім'ї. Від того, які взаємини, в даному випадку між матір'ю і підлітком, залежить, будовання відносин з іншими людьми і звісно відчуття себе.

Наступним етапом нашого дослідження виступає методика визначення тривожності у підлітків.

3. *Методика визначення рівня тривожності «Шкала тривожності Дж. Тейлора».* Дана методика включає ситуації трьох типів тривожності: масштабної, самосвідомої, міжособистісної.

Дані про розподіл ситуацій за конкретними шкалами типів тривожності у підлітків (табл 2.6).

Таблиця 2.6

## Показники рівня тривожності

№	Вид тривожності	Високий рівень тривожності		Середній рівень тривожності		Низький рівень тривожності	
		Кількість учнів	%	Кількість учнів	%	Кількість учнів	%
1.	Шкільна	9	13,86	11	16,92	3	4,62
2.	Самооцінна	10	15,37	5	7,69	9	13,84
3.	Міжособистісна	8	12,31	7	10,77	3	4,62

Таблиця 2.7

## Середні показники рівня тривожності

№	Вид тривожності	Високий рівень тривожності		Середній рівень тривожності		Низький рівень тривожності	
		Кількість учнів	Серед. ариф.	Кількість учнів	Серед. ариф.	Кількість учнів	Серед. ариф.
1.	Шкільна	9	0,13	11	0,16	3	0,04
2.	Самооцінна	10	0,15	5	0,07	9	0,13
3.	Міжособистісна	8	0,12	7	0,10	3	0,04

Розглянемо результати методики визначення рівня тривожності більш детально, розділивши показники на різні види. А саме за шкільною тривожністю, яка може бути викликана зависокими очікуваннями з боку матері, строгістю з боку вчителів, страхом помилитися – високий рівень складає 9 (13,86 %) учнів, середній рівень тривожності 11 (16,92 %) учнів, низький рівень тривожності 3 (4,62 %) учня. Тривожність самооцінна, яка може бути викликана з приводу зовнішнього вигляду по відношенню з однолітками та загальною самоповагою, має такі показники – високий рівень 10 (15,37 %) учнів, середній рівень 5 (7,69 %) учнів, низький рівень тривожності 9 (13,84 %) учнів. Міжособистісна тривожність, яка може буде викликана очікуванням негативної оцінки від оточуючих під час спілкування – високий рівень тривожності 8 (12,31 %) учнів, середній рівень тривожності 7 (10,77 %) учнів, низький рівень тривожності 3 (4,62 %) учня.

Констатувальний етап результатів за шкалами представлено на рис. 2.3.

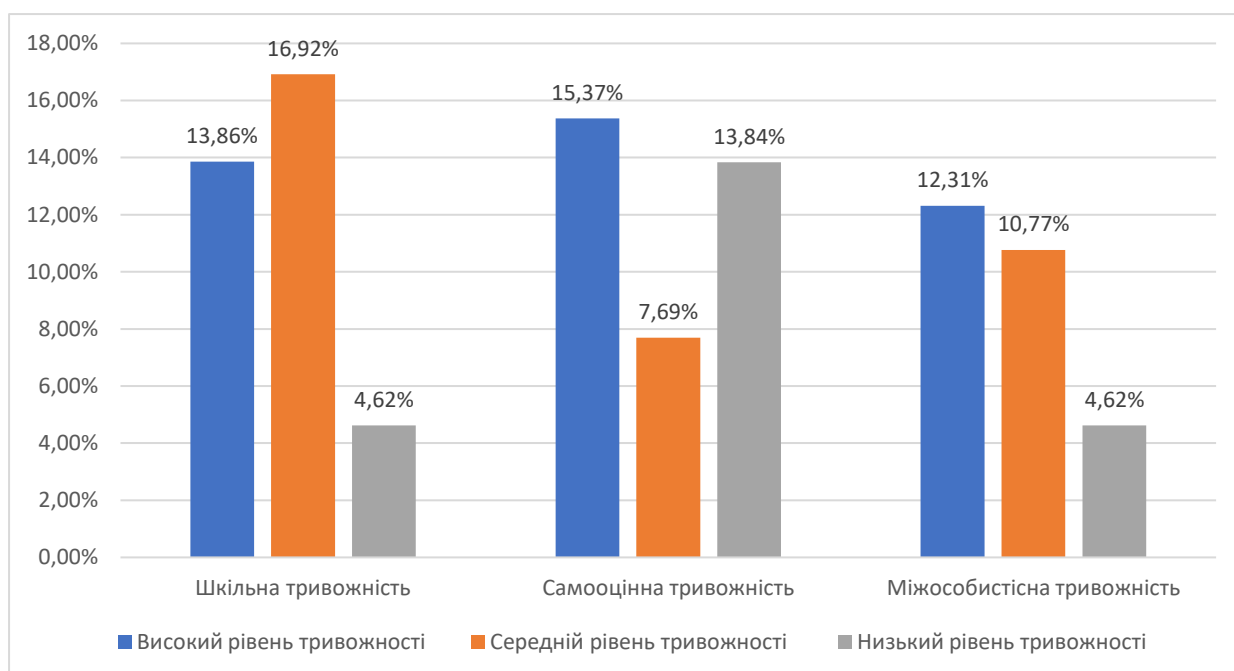


Рис. 2.3 Результати діагностики рівня тривоги за методикою Дж. Тейлора

Констатувальні результати групового опитування за методикою визначення рівня тривожності «Шкала тривожності Дж. Тейлора» представлені в таблиці 2.8

Дана методика показала, що високий рівень тривожності мають майже половина опитаних респондентів – 27 підлітків (41,54 %) про те 9 (13,86 %) осіб мають високу тривожність пов'язану зі школою, 10 (15,37 %) зі самоцінністю та 8 підлітків (12,31 %) міжособистісну.

Таблиця 2.8

#### Загальні показники рівня тривожності

№	Рівні	Кількість осіб	Значення %	Середнє арифметичне
1.	Високий	27	41,54	0,41
2.	Середній	23	35,38	0,35
3.	Низький	15	23,08	0,23

Середній рівень тривожності мають 23 підлітка (35,38 %), також 11 (16,92 %) осіб мають тривожність пов'язану зі школою, 5 (7,69 %) осіб мають тривожність пов'язану зі самоцінністю, 7 (10,77 %) міжособистісну.

Низький рівень тривожності мають 15 (23,08 %) підлітків, з них 3 (4,62 %) осіб мають тривожність пов'язану зі школою, 9 (13,84 %) мають тривожність пов'язану зі самоцінністю, 3 (4,62 %) міжособистісну.

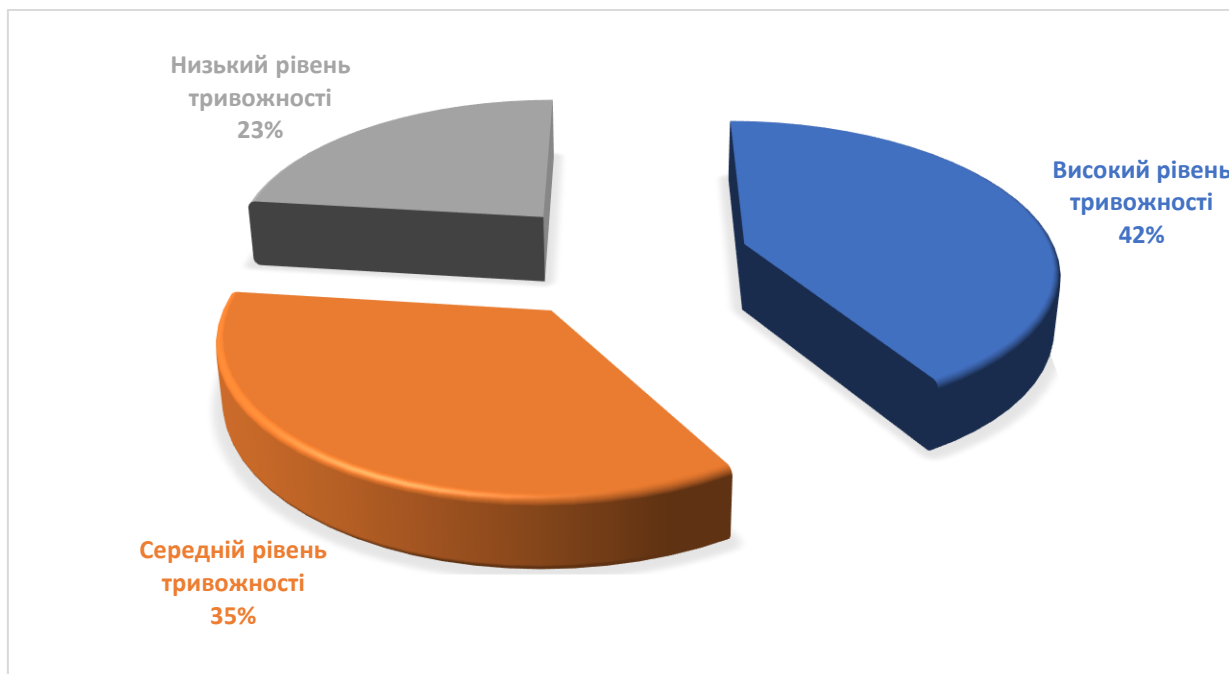


Рис. 2.4 Загальні показники рівня тривожності за методикою Дж. Тейлора

З загального, схематично представленого результату (рис. 2.4) можна побачити, що майже половина респондентів має високий рівень тривожності, що може свідчити про емоційну нестабільність, внутрішню напругу, складнощі у спілкуванні, не розуміння власних емоцій.

За результатами опитування можна наочно побачити (таблиці 2.9), як тип сімейних відносин може впливати на тривожність учня підліткового віку за методикою Дж. Тейлора.

Таблиця 2.9

## Показники рівня тривожності за типом сімейних стосунків

Показники ADOR			Високий рівень тривожності		Середній рівень тривожності		Низький рівень тривожності	
<b>POZ</b> позитивне	<b>9</b>	<b>13,85%</b>	1	1,54%	2	3,08%	6	9,23%
<b>DIR</b> директивне	<b>21</b>	<b>32,31%</b>	6	9,23%	6	9,23%	9	13,85%
<b>HOS</b> вороже	<b>7</b>	<b>10,77%</b>	3	4,62%	4	6,15%		
<b>AUT</b> відсторонене	<b>15</b>	<b>23,07%</b>	12	18,46%	3	4,62%		
<b>NED</b> непослідовне	<b>13</b>	<b>20,00%</b>	5	7,69%	8	12,30%		

При позитивному ставленні POZ 13, 85% – високий рівень тривожності 1,54%; середній рівень тривожності 3,08%; низький рівень тривожності 9,23%.

При директивному ставленні DIR 32,31% – високий рівень тривожності 9,23% ; середній рівень тривожності 9,23%; низький рівень тривожності 13,85%.

При ворожому ставленні HOS 10,77% – високий рівень тривожності 4,62%; середній рівень тривожності 6,15%.

При автономному ставленні AUT 23,07% – високий рівень тривожності 18,46%; середній рівень тривожності 4,62%.

При непослідовному ставленні NED 20,00% – високий рівень тривожності 7,69%; середній рівень тривожності 12,30 %.

З приведених вище даних бачимо високий рівень тривоги 18,46% в сім'ях з автономним ставленням AUT.

4. *«Самооцінка психічних станів Г. Айзенка»*. Оскільки опитувальник ділиться на групи питань які виокремлюють та характеризують рівні показників, такі як тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність, розглянемо кожний окремо, для більш детального розуміння психічного стану підлітка.

По – перше розглянемо результати діагностичного опитування учнів підліткового віку на визначення показників рівня тривожності (табл. 2.10)

Таблиця 2.10

## Показники рівня тривожності

№	Рівні тривожності	Кількість учнів	Значення %	Середнє арифметичне
1	Високий	22	33,85	0,33
2	Середній	30	46,15	0,46
3	Низький	13	20,00	0,20

Отриманий результат показав, що високий рівень тривожності мають 22 (33,85 %) учня, яким характерні невпевненість у собі, надмірне переживання з різних причин, також мають страхи щодо самопроявлення.

Середній рівень тривожності мають 30 (46,15 %) учнів підліткового віку. Такі підклітки також мають схильність у бік невпевності, заниженої самооцінки, чутливі до невдач, але намагаються робити певні кроки до поставленої мети.

Низький рівень тривожності мають 13 (20,00 %) учнів. Це говорить про їх впевненість, спроможність рухатися вперед, незважаючи уваги на маленькі невдачі.

За результатами опитування можна наочно побачити (таблиці 2.11), як тип сімейних відносин може впливати на тривожність учня підліткового віку за методикою «Самооцінка психічних станів Г. Айзенка»

Таблиця 2.11

## Показники рівня тривожності за типом сімейних стосунків

Показники ADOR			Високий рівень тривожності		Середній рівень тривожності		Низький рівень тривожності	
<b>POZ</b> позитивне	9	13,85%	3	4,62%	4	6,15%	2	3,08%
<b>DIR</b> директивне	21	32,31%	5	7,69%	5	7,69%	11	16,92%
<b>HOS</b> вороже	7	10,77%	4	6,15%	3	4,62%		
<b>AUT</b> відсторонене	15	23,07%	7	10,77%	8	12,31%		
<b>NED</b> непослідовне	13	20,00%	3	4,62%	10	15,38%		

При позитивному ставленні POZ 13,85% – високий рівень тривожності 4,62%; середній рівень тривожності 6,15%; низький рівень тривожності 3,08%.

При директивному ставленні DIR 32,31% – високий рівень тривожності 7,69% ; середній рівень тривожності 7,69%; низький рівень тривожності 16,92%.

При ворожому ставленні HOS 10,77% – високий рівень тривожності 6,15%; середній рівень тривожності 4,62%.

При автономному ставленні AUT 23,07% – високий рівень тривожності 10,77%; середній рівень тривожності 12,31%.

При непослідовному ставленні NED 20,00% – високий рівень тривожності 4,62%; середній рівень тривожності 15,38%.

З приведених вище даних бачимо високий рівень тривожності 10,77% в сім'ях з відстороненим ставленням AUT.

Таким чином, можна зробити певні висновки, за високі показники мають середні та високі показники рівня тривожності підлітків, що може свідчити про деякі складнощі у сприйнятті і відчутті себе, розумінні власних емоцій, загального емоційного стану, труднощів у спілкуванні в колі сім'ї.

Наступний крок нашого дослідження – розглядання показників рівня агресії у підлітків (табл. 2.12).

Таблиця 2.12

## Показники рівня агресії

№	Рівні агресії	Кількість учнів	Значення %	Середнє арифметичне
1	Високий	25	38,46	0,38
2	Середній	27	41,54	0,41
3	Низький	13	20,00	0,20

Результат представлених показників говорить про те, що високий рівень агресії мають 25 (38,46%) підлітків які схильні до застосування сили стосовно інших людей, складно сприймають критику та зауваження.

За результатами опитування можна наочно побачити (таблиці 2.13), як тип сімейних відносин може впливати на агресію учня підліткового віку за методикою «Самооцінка психічних станів Г. Айзенка»

Таблиця 2.13

## Показники рівня агресії за різним типом сімейних стосунків

Показники ADOR			Високий рівень агресії		Середній рівень агресії		Низький рівень агресії	
<b>POZ</b> позитивне	9	13,85%			3	4,62%	6	9,23%
<b>DIR</b> директивне	21	32,31%	12	18,46%	7	10,77%	2	3,08%
<b>HOS</b> вороже	7	10,77%	5	7,69%	2	3,08%		
<b>AUT</b> відсторонене	15	23,07%	5	7,69	10	15,38%		
<b>NED</b> непослідовне	13	20,00%	3	4,62%	5	7,69%	5	7,69%

При позитивному ставленні POZ 13,85% – середній рівень тривожності 4,62%; низький рівень тривожності 9,23%.

При директивному ставленні DIR 32,31% – високий рівень тривожності 18,46% ; середній рівень тривожності 10,77%; низький рівень тривожності 3,08%.

При ворожому ставленні HOS 10,77% – високий рівень тривожності 7,69%; середній рівень тривожності 3,08%.

При автономному ставленні AUT 23,07% – високий рівень тривожності 7,69%; середній рівень тривожності 15,38%.

При непослідовному ставленні NED 20,00% – високий рівень тривожності 4,62%; середній рівень тривожності 7,69%, низький рівень тривожності 7,69%.

З приведених вище даних бачимо високий рівень агресії 18,46% в сім'ях з директивним ставленням DIR, середній 15,38% з відстороненим AUT.

Наступний показник – фрустрація, стан який сприймається особистістю, в нашому дослідженні підлітком, сприйняття перешкоди чи загрози отримання задоволення будь якої потреби. Результат отриманих даних представлений у таблиці 2.11.

Таблиця 2.14

## Показники рівня фрустрації

№	Рівні фрустрації	Кількість учнів	Значення %	Середнє арифметичне
1	Високий	24	36,92	0,36
2	Середній	26	40,00	0,40
3	Низький	15	23,08	0,23

Згідно представлених даних (табл.2.7), високий рівень фрустрації мають 24 (36,92%) учня підліткового віку, середній рівень фрустрації 26 (40%) учнів та низький рівень мають 15 (23,08%) учнів підліткового віку.

За результатами опитування можна наочно побачити (таблиці 2.12), як тип сімейних відносин може впливати на фрустрацію учня підліткового віку за методикою «Самооцінка психічних станів Г. Айзенка».

Таблиця 2.15

## Показники рівня фрустрації за різним типом сімейних стосунків

Показники ADOR			Високий рівень фрустрації		Середній рівень фрустрації		Низький рівень фрустрації	
<b>POZ</b> позитивне	9	13,85%	2	3,08%	2	3,08%	5	7,69%
<b>DIR</b> директивне	21	32,31%	5	7,69%	11	16,91%	5	7,69%
<b>HOS</b> вороже	7	10,77%	5	7,69%	2	3,08%		
<b>AUT</b> відсторонене	15	23,07%	10	15,38%	3	4,62%	2	3,08%
<b>NED</b> непоследовне	13	20,00%	2	3,08%	8	12,31%	3	4,62%

З приведених вище даних бачимо високий рівень фрустрації 15,38% в сім'ях з відстороненим ставленням AUT, середній рівень фрустрації 16,91% з директивним DIR .

Таким чином можна зробити висновки, що велика кількості учнів, з високим та середнім рівнем фрустрації мають певну вразливість до переживання невдач, через занижену самооцінку, самосприйняття, директивні та відстороненні відносинами в сім'ї.

Далі розглянемо результати показників рівня ригідності (табл.2.13)

Таблиця 2.16

## Показники рівня ригідності

№	Рівні ригідності	Кількість учнів	Значення %	Середнє арифметичне
1	Високий	15	23,08	0,23
2	Середній	19	29,23	0,29
3	Низький	31	47,69	0,47

За показниками ригідності високий рівень мають 15 (23,8%) учнів, це може говорити про певні складнощі в адаптуванні до змін. Середній рівень ригідності 19 (29,23%) учнів, може говорити про нестабільну емоційну атмосферу у сім'ї, застрягані в емоційних переживаннях. Середній рівень ригідності має 31 учень (47,69 %) учнів, про здатність підлітка адаптуватися в різних життєвих умовах, переживаннях.

За результатами опитування можна наочно побачити (таблиці 2.14), як тип сімейних відносин може впливати на ригідність учня підліткового віку за методикою «Самооцінка психічних станів Г. Айзенка»

Таблиця 2.17

## Показники рівня ригідності за різним типом сімейних стосунків

Показники ADOR			Високий рівень ригідність		Середній рівень ригідність		Низький рівень ригідність	
<b>POZ</b> позитивне	9	13,85%			2	3,08%	7	10,77%
<b>DIR</b> директивне	21	32,31%	10	15,39%	6	9,23%	5	7,69%
<b>HOS</b> вороже	7	10,77%	7	7,69	2	3,08%		
<b>AUT</b> відсторонене	15	23,07%			5	7,69%	10	15,38%
<b>NED</b> непослідовне	13	20,00%			4	6,15%	9	13,85%

З приведених вище даних бачимо високий рівень ригідності 15,39% в сім'ях з директивним DIR ставленням.

Підсумки результатів опитування учнів підліткового віку за методикою Айзенка представлені на рис. 2.5.

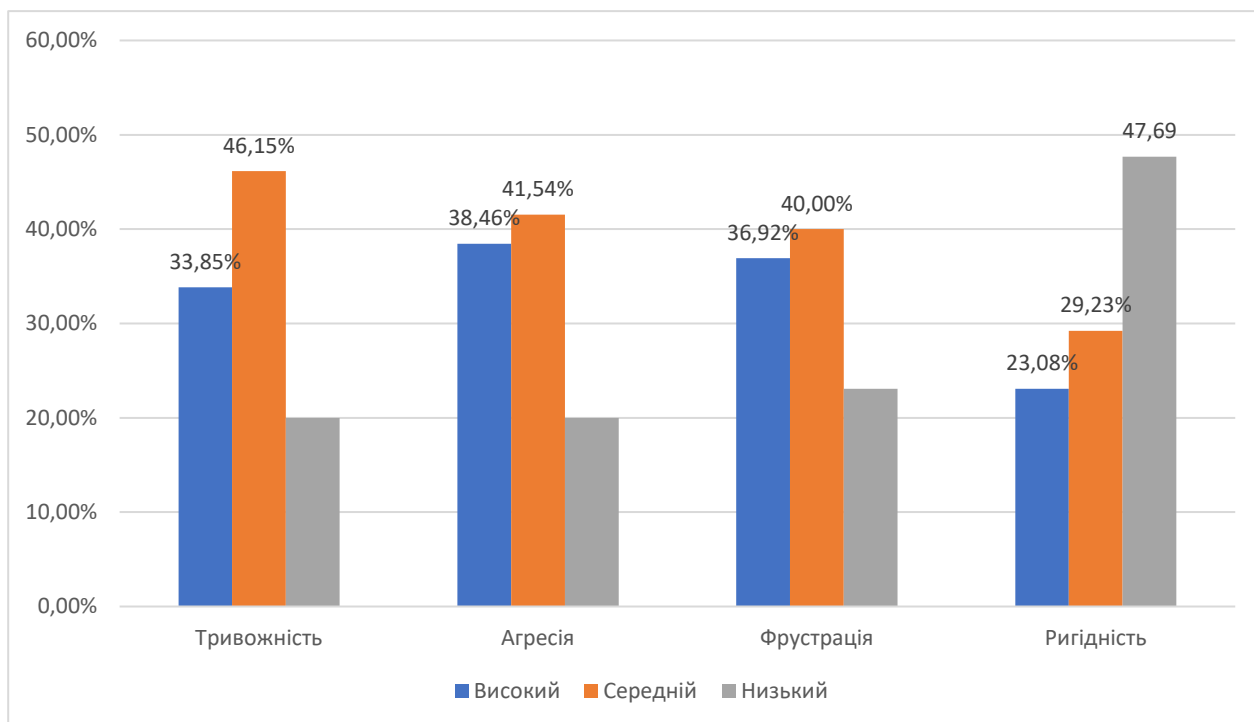


Рис.2.5 Результати опитування підлітків за методикою Айзенко

### Коефіцієнт кореляції ставлення батьків (матері) до підлітка та самостварення підлітка до себе

Таблиця 2.18

	Ставлення батьків (матері) до підлітка ADOR
Самостварення	-0,020253973

### Коефіцієнт кореляції ставлення батьків (матері) до підлітка та тривожності підлітка

Таблиця 2.19

	Ставлення батьків (матері) до підлітка ADOR
Тривожність	0,049592786

**Коефіцієнт кореляції ставлення батьків (матері) до підлітка та агресії підлітка**

Таблиця 2.20

	Ставлення батьків (матері) до підлітка ADOR
Агресія	-0,060429272

**Коефіцієнт кореляції ставлення батьків (матері) до підлітка та фрустрації підлітка**

Таблиця 2.21

	Ставлення батьків (матері) до підлітка ADOR
Фрустрація	0,161994087

**Висновки до 2 розділу.**

Тип сімейного виховання має істотний вплив на розвиток особистості, формуючи властивості в області емоцій, особистості, поведінки і ставлення до навколишнього світу. На основі проведеного емпіричного дослідження можна зробити наступні висновки:

1. Тип сімейного виховання має значний вплив на розвиток особистості дитини, формування поведінкових особливостей емоційної сфери, самооцінки, поведінки та ставлення до навколишнього світу. Тому для дослідження даної проблеми ми обрали наступні методи, результати та аналіз яких дозволили зробити певні висновки, які могли б підтвердити висунуту гіпотезу.

*Аналіз результатів, отриманих за допомогою методу ADOR «Поведінка батьків і ставлення підлітків до них» показав, що 9 (13,8 %) учнів підліткового віку мають позитивні (POZ) відношення з матір'ю, вони проводять час разом, завжди можуть задати будь-які запитання, почуваються прийнятими та зрозумілими.*

Директивний стиль виховання (DIR) відчуває 21 (37 %) учень підліткового віку, директивність у відносинах з дитиною – підлітком з боку матері, прагнення лідерства, завоювання авторитету, заснованого на фактичних досягненнях та домінуючим стилем спілкування. Демонстрація прояву своєї влади над дитиною – підлітком.

Вороже (HOS) ставлення у спілкуванні 7 (10,77 %) учнів, жорсткість у стосунках з підлітком, схильність до різкості по відношенню до нього, прояви невдоволення, скептичне ставлення до його досягнень, підвищення вимог, очікувань, прагнення виховати його відповідно до загальноприйнятих уявлень про те, яким є ідеальний підліток (дитина) повинен бути. Підліток може перебувати в стані постійної тривоги, очікуючи низької оцінки своєї діяльності та покарання через відмову матері.

Автономне (AUT), відсторонене ставлення матері 15 (23,07 %) учнів, формальний зв'язок з вихованням дитини. Відсутність інтересу до дитини, оточуючих її людей, її шкільних справ, її труднощів і переживань. Як правило, мама звертає увагу на підлітка лише тоді, коли він щось зробив або сам попросив допомоги.

13 (20 %) учнів підліткового віку визначили непослідовність дій матері (NED) в спілкуванні та відношенні. Непередбачувана реакція матері на підлітка, суворі покарання за дрібні провini і маленьку суперечку про щось важливе, реакції завжди непередбачувані.

Можна зробити певні висновки, що відсоткові показники за методикою ADOR «Поведінка батьків і ставлення підлітків до них» показують наявність високих показників директивного стилю материнського виховання (DIR) та автономного відстороненого ставлення матері (AUT), що може негативно впливати на особливості розвитку підлітка, його емоційну сферу в цілому.

Результати опитування за методикою Розенберга, яка визначає рівень самоповаги підлітка показали, що не вистачає самоповаги у підлітків з директивним ставленням матері складає 16,92% опитаних учнів підліткового віку.

Результати опитування за методикою визначення рівня тривожності Дж. Тейлора показали, що високий рівень тривожності мають підлітки до яких мати ставиться відсторонено, кількість учнів складає 18,46%.

Результати опитування базуються на методиці «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, яка говорить про оцінку таких психічних станів підлітків, як: тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність.

Тривожність – результати опитування показують високий рівень тривожності 10,77% учнів підліткового віку з відстороненим АУТ ставленням матері. Доречно буде зазначити, що високі показники тривожності за методикою Дж. Тейлора і за методикою Айзенка показали результати учнів з АУТ відстороненим ставленням матері.

Фрустрація – високий рівень 15,38% учнів підліткового віку з відстороненим ставленням.

Агресія – високий рівень 18,46% учнів підліткового віку з відстороненим ставленням матері АУТ.

Ригідність – високий рівень ригідності 15,39% учнів з DIR директивним ставленням матері.

Таким чином, можна зробити висновок, що DIR директивне ставленням матері та АУТ відсторонене ставлення матері сприяють негативному розвитку підлітка, . Тривожність, у вигляді постійної напруги, незадоволеність собою, агресивність, впертість, не здатність прилаштовуватися до змін, може бути, як наслідок неприйняття матір'ю, високий контроль, прискіпливість. Наголошено на необхідності проведення зустрічей з матерями діти яких в зоні ризику, проведення заходів спрямованих на просвітництво. Створення психокорекційної програми.

## РОЗДІЛ 3

### ПРОГРАММА РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ

#### **3.1 Корекційно – розвивальна програма для підлітків та їх матерів.**

Підлітковий вік важливий та складний життєвий етап як для самої дитини так і для батьків. Буремні емоційні стани, зміна фізичного тіла, непорозуміння, все це супроводжує на шляху дорослішання і саме обізнаність, психологічна зрілість батьків може згладжувати хвилі напруги та допомогти дитині. Нажаль, не завжди батькам вистачає ресурсів, знань чи досвіду. Причиною складних відносин батьків з дитиною підліткового віку може бути також не екологічні відносини батьків з власними батьками, тобто дідусями та бабусями дитини, все це, досвід чи травматичні події, накладаються на свідомість дорослої людини та створює напругу та обмежуючі переконання. Не завжди батьки і діти вміють чути один одного у спілкуванні, знаходячись у власних баченнях світу, можливо через нестачу часу чи різні інтереси. В наш час під час війни, відносини дітей, батьків і соціуму в цілому притерпають складнощів. Розлучення, переїзди, військова служба, смерть все це робить свій окремий слід у відносинах, спілкуванні між батьками та дітьми.

Особливості розвитку емоційної сфери підлітків з різним типом сімейних стосунків включає дуже багато факторів побудови та впливу, як результат наслідків. Програма розвитку емоційної сфери підлітків спрямована на поетапну роботу з підлітками та інформативно- практичну з батьками, в нашому випадку це мати.

*Мета програми:* нормалізація емоційного розвитку учнів підліткового віку, формування позитивного самоствавлення, обізнаність батьків (матері).

Заняття з учнями підлітками: 1 раз на тиждень, 45 хвилин.

Заняття з батька підлітків: 1 раз на тиждень 2 години.

*Очікуванні результати для підлітків:*

1. Поліпшення психоемоційного стану учнів підліткового віку.

2. Знайомство з емоціями, емоційними станами, практичним досвідом самодопомоги.

3. Підвищення рівня впевненості в собі, самоприйняття.

4. Формування прагнення до самопізнання та саморозвитку.

*Очікуванні результати для матері:*

1. Обізнаність матері в дитячій психології, вікових кризах, підлітковому віці.

2. Знайомство з емоціями, емоційними станами, практичним досвідом самодопомоги.

3. Розвиток свідомого материнства, усвідомлення власних почуттів.

Програма розрахована на підлітків 13 – 14 років, які мають труднощі:

- ✓ тривожність;
- ✓ агресія;
- ✓ комунікативні навички;
- ✓ низька самооцінка;
- ✓ страх невдачі;
- ✓ неприйняття себе: в широкому сенсі: свого тіла, своєї особистості.

*Методи:* арт-терапія, казкотерапія, бесіда, групові ігри, вправи.

*Інвентар:* кольорові олівці, фломастери, журнали для колажів, карточки з зображенням різних емоцій, картки з ситуативними завданнями.

Заняття для підлітків.

Заняття 1 . «Знайомство зі світом емоцій».

*Мета:* зняття психоемоційної напруги, розуміння власних емоційних станів.

*Завдання:*

1. познайомитися з емоціями, зняти напругу;
2. навчитися розпізнавати свій емоційний стан;

*Інвентар:* картки з зображенням емоцій.

*Інструкція:* вправа починається з обговорення: для чого нам потрібні емоції, які існують емоції, чому важливо розуміти свій емоційний стан.

*Обговорення:* вміння розуміти власні емоції є кроком до пізнання себе та своїх потреб. Для розуміння власних емоцій, необхідно задати собі питання: «Що я зараз відчуваю?». Це питання дає можливість усвідомити та спрямувати питання на свій емоційний стан, розвивати та управляти його.

Беремо по черзі, одну картку з емоціями і відповідаємо на питання. Яка емоція зображена? Коли доводилося відчувати цю емоцію, при яких обставинах? Як ви справляєтесь з такою емоцією? Як би ви порадили іншій людині впоратися з цією емоцією? Як ви себе поведете коли відчуваєте цю емоцію?

*Вправа 1. «Що в твоєму серці?»*

Інвентар: папір А4, олівці.

Інструкція: намалювати на аркуші паперу серце, розмалювати його відповідно до тих емоцій, які підліток зазвичай відчуває в продовж дня. Показати який простір займає цей колір у серці.

*Питання для обговорення.* Яка емоція вам більш за все подобається? Які емоції ви відчуваєте, коли з ранку йдете до школи? Коли ви радієте?

*Вправа 2. Візуалізація «Місце моїх ресурсів».*

*Інструкції.* Сядьте зручно, закрийте очі. Зробіть три глибокі вдихи та видихи. Уявіть, що зараз ви повинні перенестися до місця ваших сил.

Можливо, це реальне місце, а може, це уявне, фантастичне, віртуальне місце. Де це? Це природне джерело, чи ні? Роздивіться більш уважно своє джерело сили. Отримайте силу від цього джерела. Відчуйте, як сила наповнює ваше тіло. Подякуйте джерелу. Коли вам буде необхідно сила и енергія, ви завжди зможете відвідати це місце та наповнитися силою. А зараз пригадайте щось приємне, веселе з вашого реального життя, з вашого дитинства. Можливо, це якась ситуація, яка дала вам можливість відчути свої сильні сторони, можливо це людина поруч з якою вам добре. В час коли вам не вистачає власних ресурсів, сил ви можете думками повертатися та наповнюватися приємними емоціями. А зараз повертаємось думками. Зробіть глибокий вдих та видих і відкривайте очі

*Питання для обговорення.* До якого місця сили ви потрапили? Що для вас є джерелом сили? Як ви себе почуваете?

### Заняття 2. «Мій страх» .

*Мета:* виявлення страхів, робота з внутрішньою напругою.

*Завдання:*

1. визначити власні страхи та пропрацювати їх;
2. створити образ позитивного майбутнього.

*Вправа 1. «Про що мій страх?»*

*Інвентар:* ручка, бумага.

*Інструкція:* напишіть у стовпчик список усіх своїх страхів. Навпроти кожного страху проставте оціночний бал від 1 до 10. Де 10 – дуже великий рівень страху. Можливо прописаний страх пов'язаний з конкретною подією, якщо вам вдалося пригадати пропишіть цю подію зафіксуйте на папері.

*Вправа 2 «Мій страх»*

*Інвентар:* папір А4, олівці.

*Інструкція.* Оберіть найбільший свій страх із списку страхів. Намалюйте свій страх, як ви його можете уявити.

*Обговорення.* Який він? Якого кольору, розміру? Де він розташований, окремо від вас чи десь в вашому тілі? Чи є від нього користь? Чи заважає вам цей страх? Чи хочеться щось зробити з ним. Чи змінилося ваше ставлення до цього страху зараз?

*Вправа 3 «лист страху».*

*Інструкція:* Напишіть страху листа своєю робочою рукою, потім іншою рукою напишіть відповідь.

### Заняття 3. Тривожність

*Мета:* зниження тривожності, можливість екологічно справлятися з тривогою.

*Завдання:*

1. навчитися визначати відчуття тривоги на перших етапах;
2. спостерігати, які саме ситуації та реакції підіймають рівень тривоги;

3. Розвиток навичок позитивного мислення.

4. Визначення власних конструктивних способів врівноваження стану.

*Обговорення:* що таке тривожність? Як виглядає тривожна людина? Які ситуації можуть викликати у людини тривогу?

*Дихальні вправи.* Коли людина тривожиться вона починає дихати поверхнево і легеням не вистачає кисню, для заспокоєння та врівноваження дихального ритму, необхідно знайти безпечне та зручне місце, сфокусувати свою увагу на процесі вдиха та видиха. Робити вправу до повного заспокоєння.

#### Заняття 4. Агресія

*Мета:* реагування на агресію в конструктивній формі і зняття психоемоційної напруги, усвідомлення виникнення даного емоційного стану.

*Завдання:*

1. усвідомлення причини прояву агресії;
2. знизити рівень напруження;

*Обговорення:* що може вас роздратувати? З яких ознак ви розумієте, що починаєте злитися? В якій частині тіла ви відчуваєте, що починаєте злитися? Що ви робите, коли роздратовані? Що ви робите чи можете зробити, щоб уникнути неприємностей під час роздратування?

#### *Вправі «Відпускаю агресію»*

*Інструкція:* сядьте зручно, ноги поставте рівно на підлогу, прикрийте очі, зробіть глибокий вдих та видих, 3 рази. Уявіть собі картину галерею, яка складається з картин – портретів людей на яких ви дуже гніваєтесь. Можливо ці люди вас колись образили, повели себе негідним чином. Подумки зупиніться біля однієї картини, подивіться на людину яка там зображена. Пригадайте ту конфліктну ситуацію, яка можливо відбувалася між вами. Поспостерігайте, як ви поводитися в тій ситуації, обставинах, тобто уявіть не тільки ту людину, а і себе. Ви можете сказати все, що вам хочеться, все що не дозволяли собі, можливо було страшно. Спостерігайте за вашим спілкуванням. Коли будете готові завершуйте вправу і повертайтеся, відкривайте очі.

Обговорення: що було складно робити, а що легко? Кого ви побачили на портретах? Перед зображенням кого зупинилися? Чи легко було говорити з цією людиною? Як відчуваєте себе зараз?

### Програма занять для батьків

Таблиця 3.1

№	Год.	Форми роботи	Мета	Вправи
1	2	Семинар тип сімейних стосунків	Знайомство. Психологічний лікбез	«Спільна мова» «Коло сім'ї» «Мої батьки»
2	2	Вебінар «Вікова психологія. Криза підліткового віку»	Ознайомлення батьків з віковими особливостями. Набуття теоретичних знань та практичних навичок для налагодження стосунків зі своїм підлітком	Релаксаційні вправи «Свідоме дихання» «Я відчуваю»
3	2	Семинар «Міст стосунків»	Знайомство з емоціями. Налагодження внутрішнього емоційного стану	«Свіча» «Мій найкращий день»
4	2	Вебінар «Батьківські обмежуючі переконання». Формування авторитету.	Вплив батьків на розвиток та самооцінку дитини. Екологічне спілкування в сімейному колі.	Домашнє завдання, спостереження власними діями та реакціями.
5	2	Семинар «Агресія, шляхи подолання»	Усвідомлення власних емоцій, причини появи агресивного стану.	Казкотерапія
6	2	Семинар «Ресурсний стан»	Знайти власний ресурс для мами.	Список улюблених справ. Казкотерапія
7	2	Семинар «Шляхи розуміння прийняття дитини»	Навчити приймати дитину безумовно, ознайомити з навичками підтримки	«Зустріч найкращого друга» «Магічний стілець»
8	2	Семинар «Як говорити не звинувачуючи»	Допомогти знайти вихід із складної ситуації висловлюючи «Я вираження»	Картки з ситуаціями

### Заключна зустріч нашої програми спільна робота мами та підлітка.

*Вправа « Малюнок з 'єднання»*

*Мета:* створення ситуації спільного дозвілля. Взаємодія, налагодження контакту.

*Інвентар:* ватман, фарби, пензлик.

*Інструкція:* Тема малюнка «Щастя» , поспілкуйтеся та оберіть, щоб ви хотіли намалювати разом на одному просторі, знайдіть для себе спільне щастя.

### **3.2 Результати впровадження психологічної програми з підлітками та матерями, тип сімейних стосунків яких має небажаний вплив на розвиток емоційної сфери підлітка.**

У третьому розділі «Програма розвитку емоційної сфери особистості» ми запропонували програму розвитку, налагодження відносин між батьками і їхніми підлітками.

Метою формування експеримента було покращення взаємодії підлітків і батьків. Робота проводилася поетапно, окремо з дітьми та окремо з батьками. Останнім заключним етапом була спільна робота мами та її дитини, рекомендації згідно подальшого вже самостійного закріплення позитивного процесу налагодження відносин які змінили напрям розвитку сімейних стосунків до принаймні екологічного для сприятливого розвитку емоційної сфери підлітка.

Робота з мамами проводилась в двох напрямках. Перший – це індивідуальна бесіда – знайомство, ознайомча інформативна зустріч, вебінари просвітницького, інформативного формату. Другий – це групові практичні роботи в групі. І остання зустріч – спільна сімейна робота, з подальшими рекомендаціями.

З підлітками які опинилися у групі ризику, на начальному етапі проводилася індивідуальні бесіди з подальшим приєднанням до групи учнів які потребували в психологічній роботі і впровадженні корекційних работ.

Задля розуміння ефективності проведених работ був проведений контрольний експеримент за включенням методики ADOR ставлення підлітків

до батьків, Розенберга рівень самоствалення та методикою рiвня тривожностi Дж. Тейлера, якi засвiдчив позитивну динамiку в емоцiйнiй сферi пiдлiткiв i також як наслiдок позитивна динамiка в учбовому процесi.

### Динамiка за методикою ADOR

Таблиця 3.2

#### До формування

POZ позитивне		DIR директивне		HOS вороже		AUT автономне		NED непослiдовне	
Кiл-сть учнiв	%	Кiл-сть учнiв	%	Кiл-сть учнiв	%	Кiл-сть учнiв	%	Кiл-сть учнiв	%
9	13,85	21	32,31	7	10,77	15	23,07	13	20,0

Таблиця 3.3

#### Пiсля формування

POZ позитивне		DIR директивне		HOS вороже		AUT автономне		NED непослiдовне	
Кiл-сть учнiв	%	Кiл-сть учнiв	%	Кiл-сть учнiв	%	Кiл-сть учнiв	%	Кiл-сть учнiв	%
20	30,77	16	24,62	5	7,69	7	10,77	17	26,15

Показники за шкалою позитивного POZ ставлення матерi 30,77 % (збiльшилися на 16,92 %), показники за шкалою директивного DIR ставлення 24,62 % (зменшилися на 7,69 %), показники за шкалою ворожого HOS ставлення 7,69 ( зменшилися на 3,08 %), показники за шкалою автономного AUT ставлення 10,77 % (зменшилися на 12,30 %), показники за шкалою непослiдовного ставлення 26,15 (збiльшилися на 6,15 %).

Таблиця 3.4

### Динамiка за методикою Розенберга.

#### До формування

Показники ADOR			Не вистачає самоповаги		Балансує мiж самоповагою та самознищенням		Самоповага переважає		Високий рiвень самоповаги	
<b>POZ</b> позитивне	9	13,85%					2	3,08%	7	10,76%
<b>DIR</b> директивне	21	32,31%	11	16,92%	7	10,77%	1	1,54%	2	3,08%
<b>HOS</b> вороже	7	10,77%	2	3,08%	5	7,69%				
<b>AUT</b> вiдсторонє не	15	23,07%	5	7,69%	6	9,24%	4	6,15		
<b>NED</b> непослiдов не	13	20,00%	2	3,08%	4	6,15%	5	7,69%	2	3,085

Таблиця 3.5

## Після формування

Показники ADOR			Не вистачає самоповаги		Балансує між самоповагою та самознищенням		Самоповага переважає		Високий рівень самоповаги	
POZ позитивне	20	30,77%					6	9,23%	14	21,54%
DIR директивне	16	24,62%	2	3,07%	2	3,07%	7	10,78%	5	7,70%
HOS вороже	5	7,69%			4	6,15%	1	1,54%		
AUT відсторонене	7	10,77%	1	1,54	2	3,07%	4	6,16%		
NED непослідовне	17	26,15%	1	1,54	4	6,15%	8	12,31%	4	6,15%

Динаміка за методикою Дж. Тейлора.

Таблиця 3.6

## До формування

Показники ADOR			Високий рівень тривожності		Середній рівень тривожності		Низький рівень тривожності	
POZ позитивне	9	13,85%	1	1,54%	2	3,08%	6	9,23%
DIR директивне	21	32,31%	6	9,23%	6	9,23%	9	13,85%
HOS вороже	7	10,77%	3	4,62%	4	6,15%		
AUT відсторонене	15	23,07%	12	18,46%	3	4,62%		
NED непослідовне	13	20,00%	5	7,69%	8	12,30%		

Таблиця 3.7

## Після формування

Показники ADOR			Високий рівень тривожності		Середній рівень тривожності		Низький рівень тривожності	
POZ позитивне	20	30,77%			4	6,15%	16	24,62%
DIR директивне	16	24,62%			2	3,08%	14	21,54%
HOS вороже	5	7,69%			2	3,08%	3	4,61%
AUT відсторонене	7	10,77%	2	3,08%	2	3,08%	3	4,61%
NED непослідовне	17	26,15%			10	15,38%	7	10,77

Таким чином порівняльний аналіз дозволяє зробити наступні висновки: позитивна динаміка показників підтверджує факт усвідомлювання та більшої обізнаності матерів завдяки проходженню інформаційно – корекційної програми, що сприяло покращенню як у сімейних відносинах, так і емоційному стані підлітків, про які говорять показники рівня тривожності та самоствавлення підлітків до себе.

Порівняльний аналіз за результатами контрольного експерименту в цілому підтвердив висунуту гіпотезу і дає можливість зробити висновки. Відслідковується позитивна динаміка рівня самоповаги учнів підліткового віку і відповідно до цього змінився рівень позитивного ставлення матері до дитини, також в позитивній динаміці відбулися зміни щодо рівня тривожності учня підліткового віку.

Спостереження і спілкування з матерями та педагогами, стосовно навчального процесу учнів підліткового віку і комунікації в цілому, також говорить о позитивній динаміці. Це тільки ще раз підтверджую, що сімейно коло, рівень і тип спілкування з батьками, в нашому випадку з матір'ю має важливий вплив на емоційний стан дитини, самоствавлення до себе. Усвідомлення батьків та обізнаність в віковій психології дало можливість змінити зайвий контроль та директивність, чи навпаки відстороненість змінити на спілкування та проведення спільного дозвілля, прийняття дитини, можливість краще розуміти свою дитину та навчитися не тільки слухати, але і чути.

### **Висновки до 3 розділу.**

У третьому розділі ми запропонували та обґрунтували програму для розвитку емоційної сфери особистості, конкретизували зміст програми. Ефективність програми була доведена при контрольному експерименті. В порівняльному експерименті відслідковується позитивна динаміка рівня самоповаги учнів підліткового віку і відповідно до цього змінився рівень позитивного, директивного, автономного ставлення матері до дитини, також

в позитивній динаміці відбулися зміни щодо рівня тривожності учня підліткового віку.

Можемо зробити висновки, щодо ефективності контрольного експерименту. Існують підстави стверджувати що розроблена програма по роботі з підлітками та їх матерями мала позитивну динаміку яка показана в порівняльному аналізі. Дослідництво показала, що завдяки запровадженій роботі відбулися усвідомлення з боку матерів, певні кроки до реалізації змін в стосунках зі своїми дітьми і через деякий час проявилось в покращенні емоційного стану, самоприйнятті дитини.

Спостереження і спілкування з матерями та педагогами, стосовно навчального процесу учнів підліткового віку і комунікації в цілому, також говорить о позитивній динаміці. Це тільки ще раз підтверджую, що сімейно коло, рівень і тип спілкування з батьками, в нашому випадку з матір'ю має важливий вплив на емоційний стан дитини, самоствавлення до себе. Усвідомлення батьків та обізнаність в віковій психології дало можливість змінити зайвий контроль та директивність, чи навпаки відстороненість змінити на спілкування та проведення спільного дозвілля, прийняття дитини, можливість краще розуміти свою дитину та навчитися не тільки слухати, але і чути. Звичайно зміни відбулися не в усіх родинах, ми розуміємо, що це вибір кожного.

## ВИСНОВКИ

1. Емоційна сфера – це складне та багатогранне поняття, яке підтверджено багатьма дослідженнями з різними результатами. Для кожної особистості емоційна сфера займає своє місце в структурі особистості. Формування емоційної сфери залежить від багатьох факторів таких як: темперамент, емоційна стійкість, збудливість. У психології емоції - це процеси і стани, які відображають значення чогось для людини у формі переживання. Емоції є ознаками важливості предмета чи явища для людини і виражаються у відповідь на подію.

Підлітковий вік – особливий період становлення та дорослішання особистості. Цей період супроводжується величезним гормональним сплеском, який позначається на психології та емоційній сфері. Підлітка починають переповнювати як негативні, так і позитивні емоції, які важко пояснити і контролювати. У підлітковому віці часто можуть виникати такі емоційні проблеми, як тривога, страх, спалахи гніву та агресія.

Учені називають синоніми цього віку: «перехідний», «переломний», «важкий», «важливий». У момент переходу від одного етапу життя до іншого відбуваються дуже важливі і складні процеси. Емоційна сфера підлітків найбільш чутлива і вирізняється низкою особливостей, легким і збудливим характером. Емоції миттєво змінюються, почуття починають виражатися більш інтенсивно та пристрасно, вони легко піддаються новим захоплюючим речам, але якщо вони відчують хоч найменшу несправедливість по відношенню до себе чи друзів, вони готові «вибухнути», і в цьому є логіка, пояснення - підвищена емоційна збудливість, яка визначається не тільки психічними змінами, а й фізіологічно. Якщо порівняти підлітковий вік з колишнім молодшим шкільним віком, то побачимо чудову стійкість емоційних переживань, а основу дружби тепер складають спільні інтереси і моральні почуття, а не ігри. Вікові особливості підліткового періоду сприяють формуванню внутрішньоособистісного та міжособистісного емоційного

інтелекту в рамках основних видів діяльності та соціальних обставин розвитку підлітка, тому проблема Гармонійна єдність між емоціями та когнітивними процесами є доречною в цьому віці. Завдяки перебудові тіла та свідомості в усіх аспектах розвитку, формуються якісно нові форми: почуття зрілості та нових способів соціальної взаємодії, потреби в спілкуванні з однолітками; формування моральних цінностей і життєвих перспектив; самосвідомість, здібності, таланти, інтереси. Формується особистісний сенс життя; свідоме регулювання вчинків, уміння враховувати почуття та інтереси інших людей і здатність співпереживати їм.

2. Тип сімейного виховання істотно впливає на розвиток особистості, формуючи особливості в області емоцій, характеру, поведінки і ставлення до навколишнього світу. Порушення у виховному процесі сприяють формуванню несприятливої поведінки особистості, створюють проблеми у стосунках з однолітками та суспільством в цілому. Будучи першою спільнотою, з якою зустрічається дитина, сім'я закладає фундамент для нормального фізичного, психічного та соціального розвитку. Сім'я є важливою інстанцією у формуванні особистості. Сьогодні наша країна переживає багато соціальних змін, змінюються цінності та пріоритети, відповідно змінюється і освіта. Ми можемо спостерігати перекося у розвитку такого інституту, як сім'я, і на неї впливає все, що відбувається в країні. Сімейне коло є дороговказом дитини, допомагає дитині отримати перші знання і досвід спілкування з людьми, погляду на життя і проблеми навколо. Це допомагає вивчати себе, розмірковувати про себе, про свою важливість у родині та за її межами в суспільстві, сприяючи усвідомленню особистих цінностей. Формування особистості починається з дитинства, внутрішні та зовнішні фактори впливають на розвиток. Темперамент є внутрішнім фактором, тоді як оточення, соціальний статус і рівень освіти є зовнішніми.

Важливу роль у становленні особистості підлітка відіграє сімейна свідомість, що включає побутові чинники, життєві погляди та сімейні традиції.

Все залежить від дій і поведінки членів сім'ї, в першу чергу особистих стосунків.

3. Проаналізувавши психологічний інструментарій для дослідження емоційної сфери підлітків із сімей з різним типом стосунків, нами було обрано наступні психодіагностичні методики:

- ✓ Методика Анкета ADOR (скорочено «підлітки про батьків») вивчає сприйняття дітьми батьківського ставлення, поведінки та методів виховання в підлітковому віці. Ця методика показує на те, що виховний вплив батьків, описаний дітьми, можна описати трьома факторними змінними: емоційне прийняття – відторгнення; Психологічний контроль - психологічна автономія, прихований контроль, відкритий контроль. При цьому прийняття тут передбачає цілком позитивне ставлення до дитини, незалежно від початкових очікувань батьків.

- ✓ «Шкала самооцінки Розенберга» визначає рівень самоповаги підлітка через запитання про почуття;

- ✓ Опитувальник «Шкала тривожності Джозефа Тейлора» перевіряє рівень особистісної та ситуативної тривожності;

- ✓ Методика «Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка допомагає оцінити такі емоційні стани: тривога, фрустрація, агресія, ригідність.

Даний підбір діагностичних методик дозволив об'єктивно подивитися на досліджувану проблему, виявити підлітків, що мають труднощі у розвитку емоційної сфери.

4. Емпірично дослідили особливості розвитку емоційної сфери підлітків із сімей з різним типом стосунків. Здійснили кількісний та якісний аналіз результатів дослідження:

Аналіз результатів, отриманих за допомогою методу ADOR показав, що 13,8 % учнів підліткового віку мають позитивні (POZ) відношення з мамою. Директивний стиль виховання (DIR) відчуває 37 % учень підліткового віку. Вороже (HOS) ставлення у спілкуванні 10,77 % учнів. Автономне (AUT),

відсторонене ставлення матері 23,07 % учнів. 20 % учнів підліткового віку визначили непослідовність дій матері (NED) в спілкуванні та відношенні.

Можна зробити певні висновки, що відсоткові показники за методикою ADOR «Поведінка батьків і ставлення підлітків до них» показують наявність високих показників директивного стилю материнського виховання (DIR) та автономного відстороненого ставлення матері (AUT), що може негативно впливати на особливості розвитку підлітка, його емоційну сферу в цілому.

Результати опитування за методикою Розенберга, яка визначає рівень самоповаги підлітка показали, що не вистачає самоповаги у підлітків з директивним ставленням матері складає 16,92% опитаних учнів підліткового віку.

Результати опитування за методикою визначення рівня тривожності Дж. Тейлора показали, що високий рівень тривожності мають підлітки до яких мати ставиться відсторонено (AUT), кількість учнів складає 18,46%.

Результати опитування за методикою «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, яка говорить об оцінюванні підлітка своїх психічних станів таких як: тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність.

Тривожність – результати опитування показують високий рівень тривожності 10,77% учнів підліткового віку з відстороненим (AUT) ставленням матері. Доречно буде зазначити, що високі показники тривожності за методикою Дж. Тейлора і за методикою Айзенка показали результати учнів з (AUT) відстороненим ставленням.

Фрустрація – високий рівень 15,38% учнів підліткового віку з відстороненим ставленням матері. Агресія – високий рівень 18,46% учнів підліткового віку з відстороненим ставленням матері (AUT). Ригідність – високий рівень ригідності 15,39% учнів з (DIR) директивним ставленням матері.

Таким чином, можна зробити висновок (DIR) директивне ставленням матері та (AUT) відсторонене ставлення матері сприяють негативному розвитку підлітка. Тривожність, у вигляді постійної напруги, незадоволеність

собою, агресивність, впертість, не здатність прилаштовуватися до змін, може бути, як наслідок неприйняття матір'ю, високий контроль, прискіпливість. Наголошено на необхідність проведення зустрічей з матерями діти яких в зоні ризику, проведення заходів спрямованих на просвітництво. Створення психокорекційної програми для підлітків.

5. Розробили програму розвитку емоційної сфери підлітків та провели консультаційну бесіду, вебінар з батьками. Ефективність програми була доведена при контрольному експерименті. В порівняльному експерименті відслідковується позитивна динаміка рівня самоповаги учнів підліткового віку і відповідно до цього змінився рівень позитивного, директивного, автономного ставлення матері до дитини, також в позитивній динаміці відбулися зміни щодо рівня тривожності учня підліткового віку.

Можемо зробити висновки, щодо ефективності контрольного експерименту. Існують підстави стверджувати що розроблена програма по роботі з підлітками та їх матерями мала позитивну динаміку яка показана в порівняльному аналізі. Дослідництво показала, що завдяки запровадженій роботі відбулися усвідомлення з боку матерів, певні кроки до реалізації змін в стосунках зі своїми дітьми і через деякий час проявилось в покращенні емоційного стану, самоприйнятті дитини.

Спостереження і спілкування з матерями та педагогами, стосовно навчального процесу учнів підліткового віку і комунікації в цілому, також говорить о позитивній динаміці. Це тільки ще раз підтверджую, що сімейно коло, рівень і тип спілкування з батьками, в нашому випадку з матір'ю має важливий вплив на емоційний стан дитини, самоствавлення до себе. Усвідомлення батьків та обізнаність в віковій психології дало можливість змінити зайвий контроль та директивність, чи навпаки відстороненість змінити на спілкування та проведення спільного дозвілля, прийняття дитини, можливість краще розуміти свою дитину та навчитися не тільки слухати, але і чути. Звичайно зміни відбулися не в усіх родин, ми розуміємо, що це вибір кожного.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдюкова Н.В. Психологічні особливості соціалізації сучасного підлітка: дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.05.Н.В.Абдюкова. К.:КДОУ, 2010р.
2. Анопрієнко О.В. Стиль батьківської поведінки як детермінанта хронічного стресу у підлітків. 2017. 254 с. С. 59-60.
3. Барановська М.В. Вплив дитячо-батьківських взаємин на формування агресивної поведінки підлітків, м.Переяслав, 2019р.
4. Бардиєвська В.В. Психологічні особливості емоційної сфери та їх вплив на роботу психічних процесів в підлітковому віці, Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, м.Одеса, 2017р.
5. Безпалько О.В. Соціальна педагогіка: схеми, таблиці, коментарі : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К. : Центр учбової літератури. 2009. 208 с.
6. Блинова О.Є., Бабатіна С.І., Дудка Т.М., Одінцова А.М. Соціокультурні та психологічні вектори становлення особистості: колективна монографія.- Херсон: Вид-во ФОП Вишемирський В. С., 2018р. 428с.
7. Барановська Я.Г. Психокорекція тривожності в підлітковому віці, кваліфікаційна робота, Херсонський державний університет, м. Херсон 2020р.
8. Бик Н.В. Загальна характеристика емоційної сфери особистості, м. Хмельницьк, medpsychology.pp.ua, 2018р.
9. Боднар Д. Психологічні чинники розвитку стресу у підлітків, Інститут управління психології та безпеки, м.Львів,2022р.
- 10.Бех І.Д. Емоційна сфера особистості як простір дії проявів психокорекції, доктор психологічних наук, професор, дійсний член (академік) НАПН України, 2021р.
- 11.Бобнєва В.А. Особливості емоційних станів підлітків, що захоплюються соціальними медіа, Міністерство освіти і науки України національний

авіаційний університет, Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій, Кафедра авіаційної психології, м.Київ 2021р.

- 12.Бутрин С. Чинники психологічного захисту комунікативної сфери особистості підлітка, Міністерство внутрішніх справ України Львівський державний університет внутрішніх справ, центр післядипломної освіти, заочного та дистанційного навчання Кафедра теоретичної психології, Кваліфікаційна робота, здобувача вищої освіти освітнього ступеня «магістр», м.Львів, 2022р.
- 13.Васильченко О.М. Діагностика та корекція репродуктивної поведінки особистості. Київ – Нікополь СПД Фельдман О.О., 2012. – 39с.
- 14.Васильченко О. М. Концепт сім'я в постнекласичній психології. Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського. Сер.: Психологічні науки. 2012. Вип. 9. Т. 2. С. 38-42.
- 15.Вавілова С.А. Структура перфекціонізму у дітей та підлітків, м.Київ, 2019р.
- 16.Васянович Г.П Основи психології: навчальний посібник/- К.: Педагогічна думка , 12-51.indd (iitta.gov.ua), 2012р.
- 17.Варій М. Й. Загальна психологія. Навчальний посібник / М.Й. Варій. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 968 с.
- 18.Вовченко О.А. Психологічний супровід сімейного виховання підлітків із порушеннями розумового розвитку в контексті формування емоційного інтелекту. докторант Інститут спеціальної педагогіки та психології імені Миколи Ярмаченка Національної академії педагогічних наук України, 2015р.
- 19.Виборнова Є., Кротенко В., Роль проєктивних методик у створенні арт-терапевтичного простору для підтримки психічного здоров'я дітей та підлітків, УДК 159.922.73:615.85, Збірник наукових статей міжнародної наукової інтернет-конференції, м.Переяслав ,2020р.
- 20.Вовченко О., Вплив емоційного інтелекту на процесі самоідентифікації підлітків з порушеннями розумового розвитку, кандидат психологічних

- наук, докторант Інституту спеціальної педагогіки та психології ім. М. Ярмаченка, Національна академія педагогічних наук України, <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2020-2-2>, м.Київ, 2020р.
- 21.Галузінська К.М. Психологічні особливості батьківського ставлення у виховання підлітків. Вінницький соціально - економічний інститут, Київ Університет «Україна» 2013р.
- 22.Гончар Л. Дослідження прояву емпатійних почуттів підлітків до батьків, доктор педагогічних наук, старший науковий співробітник, Інститут проблем виховання НАПН України, УДК, 37.018.1:173:165.742. ORCID: 0000-0002-9761-9031, м.Київ, 2019р.
- 23.Грек О.М., Казаріна В. Дослідження емоційної сфери підлітків в умовах рекреації, [http://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/journals/2011/NiO\\_11\\_201](http://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/journals/2011/NiO_11_201) УДК: 159.942, 2011р.
- 24.Гребінь Н.В. Особливості емоційної сфери матерів дітей з розладами спектру аутизму, Вищий навчальний заклад «Український католицький університет», магістерська робота, Львів, 2020р.
- 25.Дорошенко Н., Безрук Ю. Ключ в світ емоцій, Київ 2018р.
- 26.Данілюк М. Особливості становлення емоційної зрілості у підлітковому віці, кваліфікаційна робота здобувача вищої освіти освітнього ступеня «бакалавр», Міністерство внутрішніх справ України Львівський державний університет внутрішніх справ, м.Львів ,2022р.
- 27.Дарійчук О.П. Психокорекційні засоби профілактики тривожності у осіб юнацького віку, Національний авіаційний університет, Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій, Кафедра педагогіки та психології професійної освіти, м.Київ, 2020р.
- 28.Дрозд О.В. Міжособистісні конфлікти підлітків як соціально-педагогічна проблема Virtus: Науковий журнал / Editor-in-Chief М. А. Zhurba. Canada (Monreal), 2019. № 35. С.96 – 100.
- 29.Єрис П. Особливості стосунків між батьками та підлітками в сучасних умовах. Збірник наукових праць. Вип.V 2015р.

30. Ейдемиллер Е.Г. Психология та психотерапія родини, – СПб., 1999.
31. Єрис П. Особливості стосунків між батьками та підлітками в сучасних умовах, Збірник наукових праць. 2015. Вип. V.
32. Захаровою Є.І Опитувальник дитяче – батьківських емоційних взаємовідносин (ОДБЕВ) [ODBEV.pdf \(uanp.org.ua\)](http://ODBEV.pdf(uanp.org.ua)).
33. Злобіна О.Г. Соціометрія: дослідження міжособистісних відносин у групі./ Інститут соціологію НАНУ , м.Київ 2016р.- 7с.
34. Зливков В.Л. Вплив травми війни на моральний розвиток дітей та підлітків, Національна академія педагогічних наук України, інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, Лабораторія психології навчання імені І. О. Синиці, Збірник тез V Міжнародної науково-практичної конференції, м.Київ, 2022р.
35. Неделевич В. Психологічні особливості агресії у підлітків з різним статусним положенням, м.Херсон 2021р.
36. Немеш В. І. Емоційна трансформація підліткового віку, аспірант кафедри психології, Університету сучасних знань, ТОВ «Укрполіпак», Науковий вісник Ужгородського національного університету, 2021
37. Казачінер О.С. Бойчук Ю.Д., Методики комплексної оцінки розвитку підлітків, УДК 37.015.31-053.6 DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2022/47.19>, Випуск 47. 2022р
38. Коломієць Г.О. Дослідження міжособистісних відносин у групі. Бібліотека методичних матеріалів, 2019р. [URL:/https://vseosvita.ua/library/doslizenna-mizosobistisnih-vidnosin-u-grupi-200473.html](https://vseosvita.ua/library/doslizenna-mizosobistisnih-vidnosin-u-grupi-200473.html)
39. Кириленко Т.С. Психологія: емоційна сфера особистості. Либідь, 2007р.
40. Кулаковська Р.Р. Особливості формування адекватної самооцінки у підлітковому віці, Міністерство освіти і науки України, Чорноморський національний університет імені Петра Могили, Медичний інститут, Кафедра психології ЧНУ імені Петра Могили, кваліфікаційна робота, 2021р.

41. Колот С.О. Психологічні механізми і умови формування культури емоцій студентів вищих технічних закладів освіти: Автореф. Дис канд. Психол. Наук: 19.00.07 /Південноукраїнський держ. Педагогічний ун-т ім. К.Д.Ушинського, м.Одеса, 1999, 19с.
42. Кожушко А.Р. Шкала прояву тривожності Джозефа Тейлора, Бібліотека методичних матеріалів, 2020р URL: <https://vseosvita.ua/library/skala-proavu-trivoznosti-tejlor-371967.html>
43. Колодницька А. Чинники формування соціометричного статусу особистості в підлітковому віці, Житомирський державний університет імені Івана Франка, Соціально-психологічний факультет, Кафедра соціальної та практичної психології, Наукові праці викладачів та студентів, соціально-психологічного факультету, Випуск-12, м.Житомир 2020р.
44. Кошлань І.Г. Переживання самотності підлітками – представниками сімей з різними стилями виховання, УДК 152.26+153.34, 2010р.
45. Коць М.О., Ятчук Т. М. Специфіка діагностики особистісної сфери підлітків з особливими освітніми потребами., Випуск 12, Збірник наукових праць РДГУ, DOI: [https://doi.org/10.35619/prap\\_rv.vi12](https://doi.org/10.35619/prap_rv.vi12), 2019р.
46. Коверняга О.В. Розвиток емоційної сфери дітей-сиріт та дітей позбавлених батьківського піклування, Мукачівський державний університет, Гуманітарний факультет, Кафедра психології, Дипломна робота, м.Мукачево, 2019р.
47. Кожевнікова Д.Г. Емоційна прив'язаність підлітків як чинник їх самоствалення, 4 курсу факультету психології ВНУ імені Лесі Українки [evnuir.vnu.edu.ua](http://evnuir.vnu.edu.ua), 2022р.
48. Ковтун А., Кириченко Т., Волженцева И. Самотність у підлітковому віці як соціально - психологічна проблема. Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Педагогіка і психологія». Вип. 19, [ephsheir.uhsp.edu.ua](http://ephsheir.uhsp.edu.ua) , 2019р.

49. Корчакова Н.В. Психологічні механізми вікової генези просоціальності особистості, , № 12 (2019): Психологія: реальність і перспективи. Збірник наукових праць РДГУ, DOI: [https://doi.org/10.35619/prap\\_rv.vi12.58](https://doi.org/10.35619/prap_rv.vi12.58), 2019р.
50. Кіндзерська Т.В., Періг І.М., Вплив соціометричного статусу на розвиток особистості підлітка, УДК 159.9 Матеріали VIII Міжнародної науково-технічної конференції молодих учених та студентів. Актуальні задачі сучасних технологій – Тернопіль 2019р.
51. Кротенко В.І. Психологічні особливості емпатії підлітків: дис. Канд. Психол. Наук: 19.00.07/В.І. Кротенко.К.: Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, 2017р. 193с.
52. Кротенко В.М., Хомич О. Б. Особливості соціалізації та розвиток соціальних здатностей підлітків і старшокласників, УДК 159.9, Збірник матеріалів III Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю, Київ , 2018р.
53. Кучинова Н.М., Лисенко Д.О. Психологічні особливості емоційних станів підлітків, MODERN CHALLENGES TO SCIENCE AND PRACTICE 495 PSYCHOLOGICAL SCIENCES, Varna, Bulgaria (January 24 – 26), 2022р.
54. Кузікова С.Б. Теорія і практика вікової психокорекції : Навчальний посібник / С. Б. Кузікова. 2-ге видання, перероблене, доповнене. – Суми : Університетська книга, 2020р. – 304с.
55. Кушнір Ю.В. Психологія сімейного виховання: навчальний посібник / укл. Вінниця: ДонНУ імені Василя Стуса. 2021. 68 с.
56. Лапченко І.О. Особливості емоційного розвитку у підлітковому віці. Збірник наукових праць НПУ ім. М.П. Драгоманова І.О. Лапченко. 2005.
57. Лемак М.В., Петрище В.Ю. Психологу для роботи: діагностичні методики, Вид. 2-ге, виправл. – Ужгород. Видавництво О.Гаркуші, 2012р.
58. Ліпунова О.В. Емоції як базовий компонент у структурі адаптивної поведінки особистості: Дис. канд. Психол. Наук: 19.00.01. О.В. Ліпунова: КПУ, 2012р. 202с.

- 59.Литвиненко О.Г. Особливості емоційної сфери підлітків. Херсонський державний університет, стаття, тези, 2020р.
- 60.Литвиненко О.О. Взаємозв'язок когніцій та емоцій підлітків у контексті їх особистісного ставлення, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2152-7285>, UDC: 159.9:613, PSYCHOLOGICAL JOURNAL, 2020р.
- 61.Лобач О.О. Емоційний вектор життєвого простору підлітків, матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., м.Полтава, 2019р.
- 62.Макарчук Є.В., Психологічні особливості прояву агресії у підлітків з різним статусним положенням, кваліфікаційна робота, м.Херсон 2021р.
- 63.Марінушкіна О.Є., Кривоніс М.Л., Дроботій О.Л., Робочий журнал практичного психолога, Видавництво Ранок, м.Харків 2021р.
- 64.Магдисюк Л.І., Ягчук Т.М., Крат Л.О., Павлова Б.В., БульчикТ.І., Кунц І.С. Психологічна корекція особистісної сфери підлітків та молоді. Освіта та розвиток обдарованої особистості. м.Луцьк, 2019р.
- 65.Мунасіпова-Мотяш І.А Взаємозв'язок емоційного інтелекту та екологічної свідомості підлітків з різними типами сімейного виховання, Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г. Шевченка, психолого-педагогічний факультет, кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри екологічної психології та психічного здоров'я, м. Чернігів 2017р.
- 66.Мірик Ю.В. Дисгармонійні емоційні стани у підлітків, ВСП «Львівський навчально-науковий центр професійної освіти» Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького ВП НУБіП України «Бережанський агротехнічний інститут», збірник наукових праць, м.Львів, 2019р.
- 67.Мельничук І.Я. Особистісне зростання у процесі формування стресостійкості підлітків, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри практичної психології Центральноукраїнський державний педагогічний університет імені В. Винниченка м.Кропивницький, 2021р.

68. Михайлишин У.Б Теоретико- методологічні основи визначення емоційних станів у сучасній психології. DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-023-0-11>
69. Михальчук Н.І. Теоретичний аналіз проблеми взаємозв'язку тривожності та спілкування у підлітковому віці, Освіта і наука, 2ejournals.npu.edu.ua, 2021р.
70. Немеш В.І. Емоційна трансформація підліткового віку, Науковий вісник Ужгородського національного університету, 2021р.
71. Немеш В.І. Стан дослідження з проблеми вивчення емоційних трансформацій у підлітковому віці, DOI:<http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.5816978>.
72. Одінцева А.М., Коваленко А.О. Схильність до маніпулювання у підлітковому віці, м.Херсон, 2018. 296с.
73. Павлусик Т.І. Психологічні особливості становлення самооцінки у підлітковому віці, Міністерство освіти і науки України, Тернопільський національний економічний університет, Юридичний факультет, Кафедра психології та соціальної роботи, курсова робота, м.Тернопіль – 2017р
74. Потапчук Л.В. Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова, м.Київ 2001р.
75. Попова Ю.В. Вплив сімейного виховання на розвиток на розвиток у підлітків девіантної поведінки. Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, м. Мелітополь, 2017р.
76. Попова Д.В. Особливості мотиваційно-потребнісної сфери підлітків з неповних сімей, Міністерство освіти і науки України національний авіаційний університет, факультет лінгвістики та соціальних комунікацій кафедри авіаційної психології, дипломна робота ступеня «Бакалавр» м.Київ, 2021р.
77. Петрунько О.В. Батьки і діти: типові помилки виховання, 2014р.
78. Періг І.М., Дроздюк В.Д. Емоційна саморегуляція у підлітковому віці. Актуальні задачі сучасних технологій: матеріали VI Міжнародної

науково-технічної конференції молодих учених та студентів, Тернопіль, 2020р.

79. Прихоцька Ю. Дучимінська Т. Психологічні особливості впливу сирітства на розвиток емоційної сфери підлітка. Матеріали міжнародної науково-практичної конференції, м.Луцьк, 2020р.
80. П'янківська Л.В. Аналіз сучасних поглядів на емоційну сферу особистості, кнд. Психол. Наук, Національна медична академія післядипломної освіти ім. П.Л.Шупика, 2017р.
81. Пілецька Л., Стефаника О., Соціально- психологічний аспект впливу обіймів на емоційну сферу людини, Івано-Франківськ, 2019р.
82. Пустовалов І.В. Сприяння розвитку ціннісно-сислової сфери підлітків в контексті завдань нової української школи, Збірник матеріалів Всеукраїнської Інтернет-конференції, м.Київ , 2018р.
83. Райхель Д.М. Зв'язок схильності до девіантної поведінки з особливостями емоційно-вольової сфери підлітків, Національний авіаційний університет, Міністерство освіти і науки України національний авіаційний університет факультет лінгвістики та соціальних комунікацій кафедра авіаційної психології, кваліфікаційна робота (бакалавр) м.Київ 2022р.
84. Рекуляк В.В. Особливості поведінки у конфліктній ситуації підлітків з різним рівнем емоційного інтелекту: кваліфікаційна (магістерська) робота, Донецький національний університет імені Василя Стуса, м. Вінниця 2021р.
85. Сватенкова Т., Методи вивчення емоційного потенціалу підлітків, матеріали, кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та практичної психології, Міжнародної науково-практичної конференції, м.Івано-Франківськ, 2021 р.
86. Сова М.О. Психологія сім'ї: Навчальний посібник, Київ 2014р.
87. Сулімова А.В. Психологічні особливості впливу сім'ї на почуттєво-емоційну сферу підлітка, Вінницький інститут Університету «Україна» Наука і навчальний процес, 2016 р.

88. Сингаївська І. В., Лукаш Ю. С. Психологічна допомога при вирішенні подружніх конфліктів. Вчені записки Університету "КРОК". 2021. № 1 (61). С. 251–257.
89. Соціально-психологічні особливості соціалізації представників різних вікових категорій, URL: <https://studies.in.ua/lekcii-sociologija/4450-socalno-psihologchn-osoblivost-socalzacyi-predstavnikv-rznih-vkovih-kategory.html>
90. Станчишин В. Для стосунків потрібно двоє., Київ. ТОВ «Віхола». 2021
91. 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.
92. Ставицький О., Ставицька О., Мягка О., Рівень сформованості структури елементів емоційного інтелекту в підлітковому віці, Збірник наукових праць РДГУ, Випуск 17, 2021р.
93. Сингаївська І.В. Проблеми стосунків у сімейній парі в умовах війни. Захист психічного здоров'я учасників освітнього процесу в умовах війни та повоєнного часу: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції, присвяченої 105 річниці від дня народження Василя Сухомлинського. Кропивницький : Комунальний заклад «Кіровоградський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського», 2023. С. 68–73.
94. Стрілецька І.І. Тривожність як індивідуальна властивість особистості, Херсонського державного університету, УДК 159.922.7, Херсон 2015р.
95. Сергеева Н.В. Діагностика міжособистісних відносин дітей та підлітків, кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник, Інституту проблем виховання НАПНУ, м. Київ, Україна Статтю присвячено розкриттю поняття «міжособистісні відносини», м.Київ 2019р.
96. Сергеева І.В., Рожанська Г.В. Взаємозв'язок особливостей розвитку емоційної зрілості з успішністю учбової діяльності підлітків, Міністерство освіти і науки України слов'янський державний педагогічний університет, Науково-методичний збірник, Випуск XXXVII, Слов'янськ, 2007р.

97. Скобелева О.В. Схильність до маніпулятивної поведінки в підлітковому віці, Херсонський державний університет, Соціально-психологічний факультет, Кафедра загальної та соціальної психології, науковий журнал випуск 1(16), м.Херсон, 2019р. с.254
98. Сироежко О.В., Музично-естетичне виховання підлітків як науково-педагогічна проблема, <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2019.65-1.1> м.Миколаїв, 2019р
99. Селюкова Т.В. Емоційні стани осіб в ситуаціях невизначеності, Кафедра психології діяльності в особливих умовах, Український журнал «Чоловіче здоров'я, гендерна та психоматична медицина» №1(06) 2018р.
100. Сингаївська І. В., Хохліна І. В. Психологічні особливості самооцінки дітей підліткового віку. «КРОК» Конференції, Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти 2020 р.
101. Сухомлинський В.А. «Серце віддаю дітям», «Народження громадянина», «Листи до сина», 1985. – 557с.
102. Талько А.З. Чинники психологічного благополуччя у підлітковому віці, Житомирський державний університет імені Івана Франка, м.Житомир 2019р.
103. Тарнавська А. Особливості рефлексії тригерів гніву в підлітковому віці. Психологічні дослідження: наукові праці викладачів та студентів соціально-психологічного факультету. Випуск 15. Житомир, 2022р.
104. Томашевська С.О. Стилі сімейного виховання. Rusnauka. 2013. URL: [http://www.rusnauka.com/10\\_DN\\_2013/Pedagogica/3\\_133061.doc.htm](http://www.rusnauka.com/10_DN_2013/Pedagogica/3_133061.doc.htm)
105. Терещенко А. Емоційний розвиток та вікові кризи підліткового віку», Актуальні питання права та соціально-економічних відносин: збірник статей, vmirol.kr.ua, 2021р.
106. Тимченко Н.М. Дискусія як метод психокорекції самооцінки в ранньому юнацькому віці, Національно авіаційний університет, м.Київ 2021р с.18.

107. Хоменко Є.Г. Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць, Кам'янець- Подільського національного університету імені Івана Огієнна, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України Випуск 14/УДК 37.064.3–053.6:159.9.072.43, 2011р.
108. Фірманюк О.П. Гендерні особливості агресивності підлітків як прояву їхніх внутрішньо особистісних конфліктів, Київ, 2020р.
109. Федько С.М. Ознаки і причини інтернет-залежності у підлітків, Психологічна допомога: від кризи до ресурсу. Матеріали III Всеукраїнського науково- практичного форуму, м.Суми 2019р.
110. Фролова О.В, Кашкарьова Л.Р. Особливості розвитку емоційного інтелекту в підлітковому віці, Всеукраїнська науково-практична інтернет конференція з міжнародною участю, м. Бердянськ, 2019р.
111. Чайкіна Н.О. Стили емоційних реагувань підлітків позбавлених батьківського спілкування, університету імені В.Г. Короленка, м.Полтава, 2018р.
112. Чебикін О.Я., Павлова І.Г. Становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці./ «Наука і освіта», № 5-6, 2005.
113. Чередник М.М. Психологічні особливості агресивності підлітків з різним типом сімейного виховання, Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка, 2022р.
114. Хмельовська В.В. Психологічні особливості емоційно-вольової регуляції підлітків в освітньому середовищі, кваліфікаційна робота, Хмельницький національний університет , м. Хмельницький 2021р.
115. Хіщенко В.Л. Проблема емоційної врівноваженості підлітків, Криворізький державний педагогічний університет стаття DOI:10.31812/psychology.v9i0.3733, 2019р.
116. Харенко С.Г. Психологічні захисти та їх вплив на виникнення емоційних дисфункцій підлітків, м. Черкаси, 2019р.

117. Шпак М.М. Особливості розвитку емоційного інтелекту в підлітковому віці. Науковий вісник Херсонського державного університету. УДК 159.922.73: 159.942. 2016р.
118. Щербан Т., Брецько І., Особливості що зумовлюють емоційне вигорання підлітків у процесі спілкування з дорослими, УДК: 159.923.2 DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2018-1-18>, м.Мукачєво, 2018р.
119. Юдко А.В. Розвиток емоційного інтелекту як засіб корекції суб'єктивного відчуття самотності у підлітків, кваліфікаційна робота, Національно авіаційний університет, м. Київ 2020р.
120. Rosenberg, M. Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press., 1965. [https://fetzer.org/sites/default/files/images/stories/pdf/selfmeasures/Self\\_Measures\\_for\\_Self-Esteem\\_ROSENBERG\\_SELF-ESTEEM.pdf](https://fetzer.org/sites/default/files/images/stories/pdf/selfmeasures/Self_Measures_for_Self-Esteem_ROSENBERG_SELF-ESTEEM.pdf)
121. Adler A. Practice and Theory of Individual Psychology, 2011
122. Nakazawa D.J. Childhood Disrupted: How Your Biography Becomes Your Biology, and How You Can Heal, Hardcover First published July 7, 2015.
123. Berne, E., Games people play. New York: Grove Press, 1964. Other editions include: Harmondsworth: Penguin, 1968.
124. Goleman D. Emotional intelligence. Why it Can Matter More Than IQ. 1995
125. Mayer John. D., Salovey P. what is emotional intelligence? Emotional development and emotional intelligence: educational implications, ed. by p. Salovey, D. Slater. New York: Perseus Books, 1997. PP. 3-31
126. Izard Carroll E. The Psychology of Emotions. Emotions, Personality, and Psychotherapy, 1991.
127. Sara Carolyn\_Fisher The Psychological and Educational Work of Granville Stanley Hall, The American Journal of Psychology, Vol. 36, No. 1 (Jan., 1925), pp. 1-52 (52 pages), <https://doi.org/10.2307/1413504>
128. Jung C. G. Collected Works of C.G. Jung, Collected Works of C.G. Jung, Volume 8: Structure & Dynamics of the Psyche, 1969, <https://www.jstor.org/stable/j.ctt5hhr1w>.

Перелік джерел:

Всього джерел- 128;

Джерела за останні 5 років – 87 (2; 3; 4; 6; 7; 8; 9; 10; 11; 12; 13; 14; 15; 19; 20; 22; 24; 26; 27; 28; 34; 35; 36; 37; 38; 40; 41; 42; 43; 45; 46; 47; 48; 49; 50; 51; 52; 53; 54; 55; 59; 60; 62; 64; 65; 66; 69; 72; 73; 75; 76; 78; 79; 80; 81; 82; 83; 84; 85; 88; 90; 92; 93; 95; 97; 98; 99; 100, 102, 103, 105, 106, 108, 109, 110, 111, 113, 114, 115, 116, 118, 119)

Джерела українських авторів: 120 (1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10; 11; 12; 13; 14; 15; 16; 17; 18; 19; 20; 21; 22; 23; 24; 25; 26; 27; 28; 29; 30; 31; 32; 33; 34; 35; 36; 37; 39; 38; 40; 41; 42; 43; 44; 45; 46; 47; 48; 49; 50; 51; 52; 53; 54; 55; 56; 57; 58; 59; 60; 61; 62; 63; 64; 65; 66; 67; 68; 69; 70; 71; 72; 73; 74; 75; 76; 77; 78; 79; 80; 81; 82; 83; 84; 85; 86; 87; 88; 89; 90; 91; 92; 93; 94; 95; 96; 97; 98; 99; 100, 101; 102; 103; 104; 105; 106; 107; 108; 109; 110; 111; 113; 114; 115; 116; 117; 118; 119).

Джерела зарубіжних авторів: 8 (120; 121; 123; 124; 125; 126; 127; 128)

## ДОДАТКИ

## Додаток А

## ADOR опитувальник для підлітків

№	Моя мати	Так	Частково	Ні
1	Дуже часто посміхається мені	2	1	0
2	Категорично вимагає, щоб я засвоїв, що я можу робити, що немає	2	1	0
3	Володіє недостатньою терплячістю щодо мене	2	1	0
4	Коли я йду, сам вирішує, коли я повинен повернутися	2	1	0
5	Завжди швидко забуває те, що сам говорить або наказує	2	1	0
6	Коли в мене поганий настрій, радить мені заспокоїтися або розвеселитись	2	1	0
7	Вважає, що у мене повинно існувати багато правил, які я зобов'язаний виконувати	2	1	0
8	Постійно скаржиться комусь на мене	2	1	0
9	Надає мені стільки свободи, скільки мені треба	2	1	0
10	За одне і те ж один раз карає, а інший - прощає	2	1	0
11	Дуже любить робити що-небудь разом	2	1	0
12	Якщо призначає якусь роботу, то вважає, що я повинен робити тільки її, поки не закінчу	2	1	0
13	Починає сердитися і обурюватися з приводу будь-якої дрібниці, який я зробив	2	1	0
14	Не вимагає, щоб я запитував у нього дозволу, щоб йти туди, куди захочу	2	1	0
15	Відмовляється від багатьох своїх справ залежно від мого настрою	2	1	0
16	Намагається розвеселити і надихнути мене, коли мені сумно	2	1	0

17	Завжди наполягає на тому, що за всі мої проступки я повинен бути покараний	2	1	0
18	Мало цікавиться тим, що мене хвилює і чого я хочу	2	1	0
19	Допускає, щоб я міг би йти куди хочу щовечора	2	1	0
20	Має певні правила, але іноді дотримується їх, іноді ні	2	1	0
21	Завжди з розумінням вислуховує мої погляди і думки	2	1	0
22	Стежить за тим, щоб я завжди робив те, що мені сказано	2	1	0
23	Іноді викликає у мене відчуття, що я йому противний	2	1	0
24	Практично дозволяє мені робити все, що мені подобається	2	1	0
25	Мій батько (моя мати) змінює свої рішення так, як йому (їй) зручно	2	1	0
26	Часто хвалить мене за що-небудь	2	1	0
27	Завжди точно хоче знати, що я роблю і де перебуваю	2	1	0
28	Хотів би, щоб я став іншим, змінився	2	1	0
29	Дозволяє мені самому вибирати собі справу до душі	2	1	0
30	Іноді дуже легко мене прощає, а іноді - ні	2	1	0
31	Намагається відкрито показати, що любить мене	2	1	0
32	Завжди стежить за тим, що я роблю на вулиці або в школі	2	1	0
33	Якщо я зроблю що-небудь не так, постійно і всюди говорить про це	2	1	0
34	Надає мені багато свободи. Рідко говорить «повинен» або «не можна»	2	1	0
35	Непередбачений у своїх вчинках, якщо я зроблю що-небудь погане або хороше	2	1	0
36	Вважає, що я повинен мати власну думку з кожного питання	2	1	0

37	Завжди ретельно стежить за тим, яких друзів я маю	2	1	0
38	Чи не буде зі мною говорити, поки я сам не почну, якщо до цього я його чимось зачеплю або ображу	2	1	0
39	Завжди легко мене прощає	2	1	0
40	Хвалить і карає дуже непослідовно: іноді занадто багато, а іноді занадто мало	2	1	0
41	Завжди знаходить час для мене, коли це мені необхідно	2	1	0
42	Постійно вказує мені, як себе вести	2	1	0
43	Цілком можливо, що, по суті, мене ненавидить	2	1	0
44	Проведення канікул я планую за власним бажанням	2	1	0
45	Іноді може образити, а іноді буває добрим і вдячним	2	1	0
46	Завжди відверто відповість на будь-яке питання, про що б я не запитав	2	1	0
47	Часто перевіряє, чи всі я прибрав, як він велів	2	1	0
48	Нехтує мною, як мені здається	2	1	0
49	Не втручається в те, прибираю я чи ні мою кімнату (або куточок) - це моя фортеця	2	1	0
50	Дуже неконкретен у своїх бажаннях і вказівках	2	1	0

### **Обробка отриманих результатів.**

Після того, як підліток заповнив бланк на матір, отримані дані зводяться на «оцінний аркуш». Потім, по кожному параметру підраховується арифметична сума сирих балів:

POZ — позитивний інтерес;

DIR — директивність,

HOS — ворожість, автономність;

NED — непослідовність.



### Шкала самооцінки Розенберга

**Інструкція:** нижче наведено список тверджень, пов'язаних з Вашим загальним відчуттям щодо себе. Якщо Ви повністю погоджуєтесь, обведіть «ПП». Якщо Ви погоджуєтесь з твердженням, обведіть «П». Якщо Ви не погоджуєтесь, обведіть «НП». Якщо Ви повністю не погоджуєтесь, обведіть «ПНП».

1	Загалом, я задоволений (-на) собою.	ПП	П	НП	ПНП
2*	Час від часу, я думаю, що я ні на що не здатний (-а).	ПП	П	НП	ПНП
3	Я відчуваю, що у мене є багато хороших якостей.	ПП	П	НП	ПНП
4	Я можу робити різні речі, як і більшість інших людей.	ПП	П	НП	ПНП
5*	Я відчуваю, що особливо не маю чим пишатися.	ПП	П	НП	ПНП
6*	Іноді я почуваюсь ні на що не здатним (-ою).	ПП	П	НП	ПНП
7	Я відчуваю, що я цінний (-а), принаймні, що я на рівних з іншими.	ПП	П	НП	ПНП
8*	Я хотів (-ла) би мати більше поваги до себе.	ПП	П	НП	ПНП
9*	Загалом, я схильний (-а) думати, що я невдаха.	ПП	П	НП	ПНП
10	Я позитивно ставлюсь до себе.	ПП	П	НП	ПНП

Підрахунок балів: ПП = 3 бали, П = 2 бали, НП = 1 бал, ПНП = 0 балів. Пункти з зірочкою оцінюються навпаки: ПП = 0 балів, П = 1 бал, НП = 2 бали, ПНП = 3 бали. Додайте бали, отримані по кожному з 10 пунктів. Чим вища сума балів, тим вищою є самооцінка.

## Додаток В

## Методика "Самооцінка психічних станів" за Г. Айзенком

Вік досліджуваного: з 12 років.

№ з/п	Психічні стани	Підходить	Не дуже підходить	Не підходить
		2	1	0
1	Не відчуваю у собі впевненості			
2	Часто червонію без причини			
3	Мій сон мене непокоїть			
4	Легко починаю нудьгувати			
5	Непокоюся через неприємності, які є тільки в уяві			
6	Мене лякають труднощі			
7	Люблю аналізувати свої недоліки			
8	Мене легко переконати			
9	Я підозріливий			
10	Важко переносити час очікування			
11	Нерідко мені здаються безвихідними ситуації, із яких можна знайти вихід			
12	Неприємності мене сильно засмучують, я падаю духом			
13	У неприємних ситуаціях я схильний без поважних причин звинувачувати себе			
14	Нещастя та невдачі нічому мене не вчать			
15	Я часто відмовляюся від боротьби, вважаю її даремною			
16	Я часто відчуваю себе беззахисним			
17	Іноді у мене буває стан відчаю			
18	Відчуваю розгубленість перед труднощами			
19	У важкі хвилини життя іноді поведжуся як дитина, хочу, щоб мене пожаліли			
20	Вважаю недоліки свого характеру не виправними			
21	Залишаю за собою право вирішального голосу			
22	Часто при розмові перебиваю співрозмовника			
23	Мене легко розсердити			
24	Люблю робити зауваження іншим			
25	Хочу бути авторитетом для оточуючих			
26	Не задовольняюсь малим, хочу більшого			
27	Коли розгніваюсь, погано себе стримую			
28	Більше люблю керувати, ніж підкорятися			
29	У мене різка, грубувата жестикуляція			
30	Я злопам'ятний			

31	Мені важко змінювати звички			
32	Нелегко переключати увагу			
33	З обережністю ставлюся до всього нового			
34	Мене важко переконати			
35	Нерідко у мене з голови не виходять думки, яких потрібно позбутися			
36	Нелегко зближуюся з людьми			
37	Мене розчаровує навіть незначні зміни плану			
38	Я проявляю впертість			
39	Неохоче йду на ризик			
40	Різко реагую на відхилення від прийнятого мною режиму			

### Методика оцінювання

Підраховується кількість балів за кожну з чотирьох груп питань:

**I** - 1-10-те питання - *тривожність*;

**II** - 11-20-те питання - *фрустрація* (психологічний стан зростаючого емоційно-вольового напруження, що виникає в конфліктній ситуації);

**З** - 21-30-те питання - *агресивність*;

**IV** - 31-40-ве питання - *ригідність* (тенденція до збереження своїх стереотипів, способів мислення, нездатність змінити власну точку зору).

### Інтерпретація результатів

#### *Тривожність:*

0-7 балів - низька тривожність;

8-14 балів - тривожність середня, допустимого рівня;

15-20 балів - висока тривожність.

#### *Фрустрація:*

0-7 балів - висока самооцінка, стійкість до невдач, ви не боїтеся труднощів;

8-14 балів - середній рівень самооцінки, має місце фрустрація;

15-20 балів - низька самооцінка.

***Агресивність:***

0-7 балів - ви спокійні, стримані;

8-14 балів - середній рівень агресії;

15-20 балів - ви агресивні, нестримані, маєте труднощі в стосунках з людьми.

***Ригідність:***

0-7 балів - ригідності нема;

8-14 балів - середній рівень;

15-20 балів - сильно виражена ригідність.

**Опитувальник «Шкала тривожності Джозефа Тейлора»**

**Інструкція:** «Прочитайте уважно кожне з 60-ти запропонованих тверджень, які вимагають однозначних відповідей («так» або «ні»). У реєстраційному банку, у клітинці, відповідній номеру твердження, поставите знак «+» (так), якщо згодні, або «-» (ні), якщо не згодні. Відповідайте швидко, довго не замислюйтесь».

**Текст опитувальника**

1. Я можу довго працювати не втомлюючись.
2. Я завжди виконую свої обіцянки, не зважаючи на те, зручно мені це чи ні.
3. Зазвичай руки й ноги в мене теплі.
4. У мене інколи болить голова.
5. Я впевнений у своїх силах.
6. Очікування мене нервує.
7. Часом мені здається, що я ні на що не здатний.
8. Зазвичай я відчуваю себе цілком щасливим.
9. Я не можу зосередитися на чомусь одному.
10. У дитинстві я завжди негайно й покірливо виконував все те, що мені доручали.
12. Раз на місяць або частіше в мене буває розлад шлунку.
13. Я часто ловлю себе на тому, що мене щось тривожить.
14. Я думаю, що я не більше нервовий, ніж більшість людей.
15. Я не надто сором'язливий.
16. Життя для мене майже завжди пов'язане з великим напруженням.
17. Іноді буває, що я говорю про речі, в яких не розбираюся.
18. Я червонію не частіше, ніж інші.
19. Я часто засмучуюсь через дрібниці.
20. Я інколи помічаю в себе серцебиття або задишку.
21. Не всі люди, яких я знаю, мені подобаються.
22. Я не можу заснути, якщо мене щось тривожить.

- 23.Зазвичай я спокійний і мене нелегко засмутити.
- 24.Мене часто мучать нічні кошмари.
- 25.Я схильний все сприймати надто серйозно.
- 26.Коли я нервую, в мене посилюється п'їтливiсть.
- 27.У мене неспокiйний i переривчастий сон.
- 28.В iграх я волю скорiше вигравати, нiж програвати.
- 29.Я бiльш чутливий, нiж бiльшiсть iнших людей.
- 30.Буває, що нескромнi жарти та гостроти викликають у мене смiх.
- 31.Я хотiв би бути так само задоволений своїм життям, як, мабуть, задоволенi iншi.
- 33.Мiй шлунок сильно турбує мене.
- 34.Я постiйно заклопотаний своїми матерiальними та службовими справами.
- 36.Я насторожено ставлюся до деяких людей, хоча знаю, що вони не можуть заподiяти менi шкоди.
- 38.Менi часом здається, що передi мною нагромадженi такi труднощi, яких менi не подолати.
- 40.Я легко нiяковiю.
- 41.Часом я стаю настiльки збудженим, що це заважає менi заснути.
- 42.Я вважаю за краще ухилятися вiд конфлiктiв i скрутних ситуацiй.
- 43.У мене бувають напади нудоти та блювоти.
- 44.Я нiколи не спiзнювався на побачення або роботу.
- 45.Часом я вiдчуваю, що вiд мене немає нiякої користi.
- 46.Инодi менi хочеться вилятися.
- 47.Майже завжди я вiдчуваю тривогу у зв'язку з чим-небудь або з ким-небудь.
- 49.Мене турбують можливи невдачi.
- 50.Я часто боюся, що ось-ось почервонiю.
- 51.Мене нерiдко охоплює вiдчай.
- 52.Я – людина нервова i легко збуджувана.
- 53.Я часто помічаю, що мої руки тремтять, коли я намагаюся що54.небудь зробити.

- 55.Я майже завжди відчуваю відчуття голоду.
- 56.Мені не вистачає впевненості в собі.
- 57.Я легко пітнію навіть у прохолодні дні.
- 58.Я часто мрію про такі речі, про які краще нікому не розповідати.
- 59.У мене дуже інколи болить живіт.
- 60.Я вважаю, що мені дуже важко зосередитися на який-небудь задачі або роботі.
- 62.У мене бувають періоди такого сильного занепокоєння, що я не можу довго всидіти на одному місці.
- 64.Я завжди відповідаю на листи відразу ж після прочитання.
- 65.Я легко засмучуюсь.
- 66.Практично я ніколи не червонію.
- 67.У мене набагато менше різних побоювань і страхів, ніж у моїх друзів і знайомих.
- 69.Буває, що я відкладаю на завтра те, що слід зробити сьогодні.
- 70.Зазвичай я працюю з великою напругою.

### **«Ключ»**

В 1 бал оцінюються відповіді «так» до висловлювань 6, 7, 9, 11, 12, 13,15, 18, 21, 23, 24, 25, 26, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 42, 44, 45, 47, 48, 49, 50, 53, 54, 56, 60 і відповіді «ні» до висловлювань 1, 3, 4, 5, 8, 14, 17, 19, 22, 39, 43, 52,57, 58.

Неправдивими вважаються відповіді «так» до висловлювань 2, 10, 55 і «ні» до висловлювань 16, 20, 27, 29, 41, 51, 59.

### **Інтерпретація результатів**

Сумарна оцінка:

40-50 балів розглядаються як показник дуже високого рівня тривоги;

25-39 балів свідчать про високий рівень тривоги;

16-24 бала – про середній рівень (з тенденцією до високого);

5-15 балів – про середній рівень (з тенденцією до низького);

0-4 бала – про низький рівень тривоги