

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра мовної та психолого-педагогічної підготовки

Допущено до захисту

Завідувач кафедри
Д. психол. н., доцент Ю. О. Асєєва

(підпис)

«____» _____ 2024 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня магістр

Зі спеціальності _____ 053 Психологія _____

(шифр та найменування спеціальності)

За освітньою програмою _____ «Практична психологія» _____

(назва освітньої програми)

На тему: **«ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ СТИЛІВ СІМЕЙНОГО
ВИХОВАННЯ НА ЕМОЦІЙНУ ЗРІЛІСТЬ»**

Виконавець:

студентки 2 курсу, групи бзф12
факультету ЦЗФН

_____ Пахмурна Вікторія Сергіївна
/підпис/

Науковий керівник:

Кандидат медичних наук,
ст. викладач кафедри МППП

_____ Возний Денис Віталійович
/підпис/

Одеса -2024

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ СТИЛІВ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ НА ЕМОЦІЙНУ ЗРІЛІСТЬ.....	6
1.1. Основні підходи до досліджень стилів сімейного виховання.....	6
1.2. Стиль сімейного виховання як компонент унікального середовища підлітка	11
1.3. Уявлення про емоційну зрілість, її структуру та функції.....	18
1.4. Психологічні моделі емоційної зрілості особистості	24
Висновки до першого розділу	42
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СТИЛІВ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ НА ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ	44
2.1. Характеристика вибірки і опис методів дослідження впливу стилів сімейного виховання на емоційну зрілість особистості підліткового віку	44
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження впливу стилів сімейного виховання на емоційну зрілість особистості підліткового віку	46
Висновки до другого розділу	65
ВИСНОВКИ	67
Список використаних джерел	71

ВСТУП

Актуальність дослідження обумовлена зростаючим інтересом до ролі сімейного виховання у становленні особистості та розвитку емоційної сфери. У сучасному суспільстві, де традиційні сімейні моделі зазнають змін, дедалі більше уваги приділяється вивченню впливу стилів виховання на емоційне розвиток дітей та підлітків. Емоційна зрілість є важливим фактором, який визначає здатність людини адаптуватися до соціальної середовища, встановлювати продуктивні відносини, керувати емоціями та подолати стресові ситуації.

У літературі є відомості про те, що емоційність як стійка властивість індивідуальності, як одна з психологічних складових темпераменту (Б. Теплов, В. Небиліцин, А. Ольшаннікова), виконує системообразующую функцію в структурі властивостей особистості та її індивідуальних якостей (О.Саннікова); емоції (В. Вілюнас, О. Леонтьєв, Г. Костюк, П. Симонов, О.Чебикін) та емоційність (А. Ольшаннікова, А. Палей, В. Пінчук, І. Пацевичюс, І. Переверзева, О. Саннікова) беруть участь у регуляції діяльності, є детермінантами успішності діяльності та спілкування (О. Саннікова). Разом з тим у ряді досліджень відзначається вразливість, перш за все, емоційної сфери особистості як дорослих, так і підлітків (Г. Болл, М. Буянов, М. Гараньян, О. Захаров, Г. Крейг, І. Колумба, С. Колот, С. Максименко, В. Моргун, Н. Ньюкомб, Ф. Райс, С. Ракітянська, А. Штопов, А. Холмогорова, Е. Ейдемільлер, В. Юстицький та інші).).

Особливий інтерес викликає дослідження зв'язку між сімейним вихованням і емоційною зрілістю, оскільки недостатня емоційна зрілість може призвести до труднощів у соціальній адаптації, розвитку емоційної нестабільності та низки психологічних проблем у дорослому віці. Важливість дослідження цієї теми полягає в можливості виявлення специфічних аспектів різних стилів виховання, які сприяють або, навпаки, заважають формуванню емоційної зрілості.

Незважаючи на те, що в психології існує безліч робіт, в яких розглядаються ті чи інші аспекти емоційної сфери підлітка (Л. Бершедова, Т. Гаврилова, А. Реан, А. Пріхожан, І. Дубровіна, І. Мелешенкова, О. Ідобаєва, Н. Курек, М. Пономарьова, А. Фрейд, В. Мухіна, А. Гессель, А. Лічко, К. Поліванова, І. Кон, К. Лебединська, М. Єрмолаєва та інші).), По суті, немає досліджень, в яких вивчалися б стійкі індивідуально-психологічні особливості емоційності, особливо в контексті стилів сімейного виховання.

Таким чином, це дослідження має на меті не лише збагачення наукових знань про процеси формування емоційної зрілості, але й практичне застосування результатів для поліпшення психоемоційного розвитку молоді.

Метою даного дослідження є теоретичне та емпіричне дослідження особливостей впливу стилів сімейного виховання на емоційну зрілість.

Для досягнення поставленої мети, нам необхідно вирішити такі **задачі**:

1. Проаналізувати та узагальнити наукові роботи з проблеми впливу стилів сімейного виховання на емоційну зрілість.
2. Теоретично виявити проблему емоційної зрілості та впливу стилів сімейного виховання на її формування.
3. Підібрати методики для дослідження емоційної зрілості та особливостей стилю сімейного виховання, які впливають на емоційну зрілість.
4. Емпірично дослідити вплив стилів сімейного виховання на формування емоційної зрілості особистості.

Об'єкт дослідження – емоційна зрілість особистості підлітків.

Предмет дослідження – особливості впливу стилів сімейного виховання.

Теоретико-методологічною основою роботи є: системний підхід до вивчення психологічних об'єктів (Л. Берталанфі, В. Ганзен, М. Каган, Б. Ломов, В. Нікандров, І. Пригожин, А. Раппопорт, А. І. Уемов та ін.); наукові положення теорії емоційності (Б. Теплов, В. Небіліцин, А. Ольшаннікова, І. Гризлова, І. Пацевичюс, І. Переверзева, А. Палей, В. Пінчук, А. Плоткін,

О.Саннікова, В. Семенов, Л. Смирнов та інші); безперервно-ієрархічний підхід у вивченні структури рис особистості, в тому числі емоційності (О. Саннікова); провідні вітчизняні та зарубіжні концепції формування особистості підлітка (Г. Болл, Л. Божович, Л. Виготський, Ф. Долто, І. Кон, С. Максименко, Х. Ремшмідт, Д. Фельдштейн, О. Чебикін, Д. Ельконін, Е. Еріксон та інші); система теоретичних уявлень про стиль сімейного виховання (Д. Баумрінд, Р. А. Белл, А. Варга, А. Рос і М. Сігельман, О. І. Захаров, А. Лічко, Е. Маккобі, Дж. Мартін, А. Співаковська, Е. С. Шефер, Е. Г. Ейдемільер та ін.); уявлення сучасних психологів про взаємодію особистісних рис членів однієї сім'ї, включаючи їх емоційні сфери, і в першу чергу, матері і дитини (Е. Берн, В. Бойко, Е. Буренкова, Е. Григоренко, Г. Крайг, Н. Курек, А. Лібін, М. Лісіна, Т. Марютіна, І. Равіч-Щербо, А. Реан, Е. Роміціна, Н. Самоукіна, Г. Філіппова, О. Шапатіна та інші).

Методи дослідження: теоретичні (аналіз та систематизація теоретичних підходів та емпіричних результатів, що містяться у наукових літературних джерелах); 2) емпіричні (тестування; якісний аналіз отриманих даних);

Психодіагностичний комплекс склали методики: опитувальник діагностики емоційної зрілості (М.Півень); методика визначення батьківського ставлення (Г. Варга, В.Столін); шкала родинного оточення R.Moos (адаптована С. Купріяновим); опитувальник «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ) (Е. Ейдемільер, В. Юстицкіс.).

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 78 найменувань. Загальний обсяг роботи складає 77 сторінки. Робота містить 5 рисунків та 1 таблицю.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ СТИЛІВ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ НА ЕМОЦІЙНУ ЗРІЛІСТЬ

1.1. Основні підходи до досліджень стилів сімейного виховання

Поняття «стиль сімейного виховання» в психологічній і психотерапевтичній літературі належить до широкого і багатозначного понятійного апарату дитячо-батьківських стосунків, що містить такі категорії, як батьківські установки і відповідні їм типи поведінки; батьківські позиції; типи батьківського ставлення; типи стосунків «мати-дитина»; типи позитивного та хибного батьківського авторитету; типи (стилі) виховання дітей; риси патогенних стилів виховання; параметри виховного процесу; сімейні ролі дитини; стилі батьківського функціонування; стилі батьківського спілкування; стилі батьківства. Крім того, в сучасній зарубіжній психології часто зустрічається поняття «стилі батьківського функціонування». Нерідко ці терміни використовують як синоніми, проте кожен із них має специфічні особливості. Серед наявних спроб розмежувати ці поняття найбільш вдалою нам видається спроба, зроблена О. Сіляєвою.

Поняття «батьківське ставлення» є найзагальнішим і вказує на взаємний зв'язок і взаємозалежність батьків і дитини. Батьківське ставлення містить у собі суб'єктивно-оцінне, свідомо-виборче уявлення про дитину, яке визначає особливості батьківського сприйняття, спосіб спілкування з дитиною, характер прийомів впливу на неї. Як правило, у структурі батьківського ставлення виокремлюють емоційний, когнітивний і поведінковий компоненти. Поняття «батьківська позиція» і «батьківська установка» використовуються як синоніми батьківського ставлення, але відрізняються ступенем усвідомленості. Батьківська позиція швидше пов'язується зі свідомо прийнятими, виробленими поглядами, намірами; установка - менш

однозначна. Описано різні варіанти батьківських позицій, батьківського (частіше материнського) ставлення.

Роль дитини стає помітною і в контексті взаємозалежних відносин [10].

Одним з найважливіших психолого-педагогічних підходів до визнання відносин між батьками і дітьми є виховання або виховання; Перш ніж ви вирішите піти прямо проти концепції «сімейне виховання», добре описати категорію «стиль письма», перш ніж діяти. У численних визначеннях стилю відбивається насамперед установка дослідників на розуміння проблеми індивідуальності, а також їхні погляди на характер взаємодії людини зі світом. Залежно від стилю індивід зазвичай бачить особистісні риси [7], що на відміну від офіційного визначення правопису як офіційної ознаки, розуміння того, що особистість або діяльність людини мають лише одну форму.

У психологічних умовах в ХХ столітті досліджувалися різні ранні форми дарування в трьох напрямках: особистісні якості, пізнавальні процеси; Норми поведінки та діяльності. [12].

У вітчизняній психології стиль розглядають у контексті вивчення індивідуально-психологічних відмінностей і теорії діяльності, його розуміють як зумовлену типологічними особливостями нервової системи стійку систему способів оптимального здійснення діяльності [12].

У цьому напрямку розрізняють методи сенсорної і рухової активності, методи емоційної поведінки, комунікації і лідерства, активності і самоконтролю. Одним з останніх завдань в різних психологіях і психологіях є вивчення індивідуальних рис особистості і прихід до ідеї. Розроблення концепції стилю як цілісної характеристики людини виражає співвідношення різних підструктур індивідуальності між собою і з параметрами конкретних ситуацій із погляду компенсаторності, оптимальності, адаптивності та результативності. Важливість введення людської форми: «Стиль людського стилю - це незгладиме вираження особистості, яке проявляється в певному типі відносин суб'єкта до фізичного і соціального середовища; стиль письма, з

іншого боку, відноситься до взаємодії між окремими нормами і між цими нормами і умовами. [17].

У такій ситуації стиль людини в цілому визначає весь процес поведінки і діяльності, акцентуючи увагу на одному і тому ж предметі і типі ситуації, одних і тих же шляхах і засобах для досягнення поставлених цілей і одного і того ж результату. Кожен рівень когнітивних функцій (сенсомоторна, психічна, емоційна та ін.) Встановлює жорсткі орфографічні ознаки, деякі з яких містять «основні стандарти цієї психології».

У цього напрямку вивчаються стилі аліментарної та моторної активності, стилі емоційної поведінки, спілкування та керівництва, стилі волевої активності та саморегуляції. Одним із пріоритетних завдань диференціальної психології та психофізіології останнього часу стало завдання пошуку єдиного концептуального початку при вивченні стильових характеристик індивідуальності. Розроблення концепції стилю як цілісної характеристики людини виражає співвідношення різних підструктур індивідуальності між собою і з параметрами конкретних ситуацій із погляду компенсаторності, оптимальності, адаптивності та результативності. Постановка цього завдання пояснює доцільність введення поняття стиль людини. «Стиль людини - це стійкий цілісний патерн індивідуальних проявів, що виражається в перевазі конкретної форми взаємодії суб'єкта з фізичним і соціальним середовищем. Структура стилю являє собою певний тип зв'язку між параметрами індивідуальності, з одного боку, і між цими параметрами та ситуативними змінними - з іншого» [17].

До сьогодні сформульовано кілька принципів стильової організації поведінки людини. Першим є принцип стильової єдності, що характеризує весь процес її поведінки та діяльності загалом. Він проявляється у виборі об'єктів і типів ситуацій, засобів і способів досягнення цілей, а також орієнтації на певний результат. Другий – принцип інваріантності, або стабільності стилю. Третій принцип – ієрархічність, згідно з яким на кожному рівні психічного функціонування (сенсомоторному, когнітивному,

емоційному тощо) формуються стійкі набори стильових характеристик, що включають базові параметри відповідної підструктури психіки. Четвертий принцип – кроситуативність – передбачає, що стильові прояви залишаються стійкими незалежно від ситуаційного контексту. [19].

У контексті цього моделі виховання розглядаються як жорстка поведінка, заснована на індивідуальних змінних (особистісні характеристики, очікування відносин, впливи) і відносинах «батьки і діти». Тим часом поведінка дітей пояснюється як фактор встановлення порядку, що впливає на рівень практично кожної особистості [10].

Вивчаючи відповідні публікації, ми виявили, що значна частина важливості «сімейного виховання» певною мірою відображає емоційне розуміння та поведінку батьків [5,7,9,17].

Наприклад, О. Вальдамірова розуміла, що виховання – це спосіб впливу на дітей і припускала, що їм потрібно контролювати свою поведінку і вибудовувати теплі емоційні відносини [7].

Сімейне виховання слід розглядати як найбільш визнаний спосіб, за допомогою якого відносини між батьками і дітьми характеризуються усним спілкуванням і близькістю [35].

Вавілова А.С. описує процедури виховання, широкий спектр психічних, емоційних та поведінкових компонентів, різні довгострокові відносини, розуміння дитини та характер поведінки дитини [7], і ми розглядаємо нашу роботу як хорошу ідею базувати нашу роботу на цьому визначенні «сімейного стилю виховання».

Необхідно зазначити, що батьківське ставлення досліджується в усіх класичних школах і напрямках - психоаналітичному (З.Фрейд, А.Фрейд, Е.Еріксон, Е.Фромм, Д.Боулбі, В.Шутц, А.Адлер, М. Дольто, Д.Віннікот, Е.Берн та ін.) і біхевіористському (Дж.Уотсон, Б. Скіннер та ін.). Ейнсворт, Ф.Дольто, Д.Віннікот, Е.Берн та ін.), біхевіористському (Дж.Вотсон, Б.Скіннер, А.Бандура та ін.), гуманістичному (К.Роджерс, Г.Оллпорт, А.Маслоу, Ш.Бюллер, В.Франкл, Р.Мей, Т.Гордон та ін.).

Не вдаючись у всі аспекти, слід розглянути такі ключові положення:

1) Ставлення батьків в будь-якій психологічній школі визначається різноманіттям слів і понять, що визначаються теоретичними поглядами, яких спочатку дотримувалися автори, в тому числі і в категорії «правопис, сімейне виховання».

2) Залежно від теоретичних підходів дослідників, проблема дитячо-батьківських стосунків може набувати різних акцентів. Іноді в центрі уваги стоїть особистість дитини, її внутрішні переживання, впливи, що формують характер. В інших випадках основна увага приділяється фігурі батьків, їхній провідній ролі у взаємодії та труднощам, які вони можуть відчувати. Так, у психоаналітичних і біхевіористських теоріях дитина розглядається як об'єкт впливу батьків, що підлягає соціалізації, дисципліні та адаптації до життя в суспільстві. Натомість гуманістичний підхід робить акцент на допомозі батьків у саморозвитку дитини, сприяє емоційній близькості, розумінню та чуйності у відносинах. Виховання тут виступає як процес взаємодії, спільної діяльності з удосконалення обставин життя та особистісного розвитку обох сторін. Із цих позицій шанобливий, довірливий і відповідальний стиль сімейного виховання сприяє оптимальному формуванню особистості дитини.

3) У більшості підходів можна виявити основну дихотомію, яка відображає подвійність або поляризацію батьківського ставлення. З одного боку, головною рисою є любов, що проявляється у довірі до дитини, радості та задоволенні від спілкування з нею, прагненні до її захисту, безумовному прийнятті та повноцінній увазі. З іншого боку, батьківське ставлення характеризується вимогливістю та контролем: батько вводить дитину у світ реальності, виступає носієм суспільних норм, оцінює її дії та застосовує санкції відповідно до батьківських установок. Попри різні терміни (задоволення й реальність, любов і контроль, безумовність і умовність), ця подвійність є спільною для більшості класичних західних теорій щодо батьківського ставлення.

1.2 Стиль сімейного виховання як компонент унікального середовища підлітка

Щоб краще зрозуміти взаємозв'язок між стилями сімейного виховання та якісними характеристиками емоційності підлітків, доцільно звернутися до системного підходу [31], концептуальною основою якого є загальна теорія систем.

Одне з основних визначень цієї системи, яке має безпосереднє відношення до нашого дослідження, можна представити таким чином: як соціальна система сім'я складається з взаємопов'язаних частин, на які впливає інша частина, і кожна частина вносить свій внесок у загальну структуру.

Сім'я є відкритою системою, що постійно перебуває в взаємодії з навколишнім середовищем. Крім того, сімейна система виступає як самоорганізована система, а це означає, що поведінка системи є вигідним і джерело змін в системі знаходиться саме в ньому.

Сім'я розглядається як система, що функціонує за певними правилами. З усього розмаїття можливих моделей поведінки члени сім'ї обирають лише деякі, досить стабільні, формуючи так звані "сімейні правила", які засвоюються також і дитиною. Ці сталі моделі поведінки складають послідовності взаємодії між членами родини, що включають не лише видимі дії, а й почуття, думки та емоції, які супроводжують їх. Усі ці правила пов'язані між собою, утворюючи цілісну систему сімейних стосунків [41]. Взаємини об'єднують цю систему, набуваючи топологічного (близькість, позиція) чи динамічного (вплив, залежність, взаємодія) характеру.

Сім'я складається з двох основних підгруп: зв'язку між підмножиною шлюбу і відносин взаємозалежності між ними.

Сімейне життя регулюється двома законами: законом гомеостазу і законом прогресу. Закон гомеостазу стверджує, що кожна система прагне до збереження стабільності і стабільності в будь-який час. Це означає, що порушення цього звання завжди болючі для всіх членів сім'ї. Для сім'ї це

означає прагнення зберігати status quo на кожному етапі свого існування. Будь-яке порушення цього стану викликає у членів родини дискомфорт, оскільки закон стабільності має значний вплив. Водночас діє і закон розвитку: кожна сімейна система прагне пройти повний життєвий цикл. Дослідники [46, 52, 55] стверджують, що в міру зростання сім'я проходить певні етапи, пов'язані з неминучою метою. Однією з таких речей є фізичний час; Тривалість життя сімей постійно змінюється, змінюються сімейні обставини. Як пояснює Ерік Еріксон, кожен вік у житті людини – це психологічне бажання, яке вона хоче реалізувати разом з цією людиною. Тому цікавить нас в психології рівень сімейного життя пов'язаний з статевим дозріванням, яке починається з народженням першої дитини. На цьому етапі головною потребою в підлітковому віці є формування своєї особистості, а на цьому етапі сім'я повинна взяти на себе найважливіше завдання: підготовку до розлучення і підготовку до виношування дитини.

У той же час в підлітковому віці він часто асоціюється з батьками середнього віку [57] - тобто, якщо дитина хоче вирватися з-під впливу сім'ї, його батьки повинні зберігати нормальну стабільність. Як бачите, діти і батьки на цьому етапі сімейного життя зовсім протилежні. Вона повинна відновити свої зовнішні і внутрішні кордони, укласти новий договір між усіма членами і навчитися пристосовуватися до нових законів.

Таким чином, сім'я в цілому і члени сім'ї як особистості розвиваються і діють за своїми законами, вони самостійні, суб'єкти і суб'єкти пов'язані між собою.

Посилаючись на Caruso D.R., можна стверджувати, що принцип системності розкривається через ідею “кругової причинності”, яка відображає взаємну детермінованість особистості та міжособистісних стосунків у сім'ї. Відповідно до цієї ідеї, стиль спілкування, характер взаємодії та тип виховання, з одного боку, і особистісні особливості членів родини - з іншого, утворюють замкнений гомеостатичний цикл, який постійно відтворюється [70].

Одним із ключових компонентів сімейної системи є стиль виховання. Як зазначають багато психологів (Belsky, J., Fish, M., Izabella, R.), стиль виховання, який обирають батьки, є результатом дії безлічі взаємозалежних чинників. Як зазначає Belsky, J., ці чинники можна знайти в трьох основних категоріях: 1) батьківський вплив (переконання, цілі, соціальні контакти та ефективні методи соціального збору); 2) особливості дитини (особистісні особливості та інтелект); 3) взаємини з батьками і дітьми, особливо в соціальних і професійних відносинах більш широкої соціальної ситуації.

Одне з нещодавніх досліджень [67] показало, що стиль сімейного виховання залежить як від темпераменту та вікових особливостей дитини, так і від індивідуально-типологічних рис батька. Крім того, стиль виховання пов'язаний з характеристиками сім'ї в контексті її функціонування, зокрема задоволеністю шлюбом і структурно-функціональними особливостями.

Також, у недавньому дослідженні стилі виховання в сім'ї визначалися індивідуальною поведінкою і психологічними особливостями батька як центральні для віку дитини і були унікальними в структурі сім'ї (подружній, архітектурній і соціальній).

Чимало досліджень як у вітчизняній, так і в зарубіжній психології присвячено кожному з цих чинників окремо. Наприклад, особливості особистості батьків як детермінанти того чи іншого стилю сімейного виховання розглядалися в роботах А. Адлера, С.В. Березіна, Д. Боулбі, А.Я. Варга, О.І. Захарова, Е. Шефера та інших. Вплив особистісних і клініко-психологічних особливостей дитини на формування батьківського ставлення вивчали В.І. Гарбузов, С. Кемпбелл, Коханська, Е. Маккобі, Дж. Н'юсон, А. Томас, С. Чесс, Н.Р. Schaeffer та інші. Соціокультурні та сімейні традиції оформлення стилю сімейного виховання досліджували М. Раттер, Н. Harlow та ін.

В останні роки сімейний бізнес, який зосереджується на колективному впливі поведінки батьків і дітей, набуває все більшої популярності в психології, яка стверджує, що розвиток дітей залежить від методів виховання,

але діти можуть певною мірою впливати на своїх батьків і певною мірою визначати методи сімейного виховання.

Таким чином, згідно з сучасним рівнем знань, психологічна співпраця між батьком і дитиною і особливо матір'ю є двостороннім процесом з самого початку, в якому всі активно залучені в психологічну співпрацю і соціальну взаємодію, причому обидва батьки мають рівний вплив на дитину і свою дитину. [30].

З усього цього можна зробити висновок, що, на думку сучасних психологів, особистість дитячо-батьківських відносин є одним з факторів, що визначають поведінку сім'ї і батьків.

Тим часом стиль розвитку дитини є частиною «соціального розвитку» (Л. Виготський). Відомо, що така унікальна (не особисто поділена) оточення, як зазначає Л. Виготський, є найважливішим фактором розвитку його особистості в підлітковому віці, про що свідчать численні дослідження психологів на батьківщині і за кордоном, і цей факт для нас дуже важливий. Цей факт має для нас особливе значення, оскільки надзвичайно поширеною є думка про «знецінення» батьків (термін Х.Ремшмідта) у підлітковому віці. Тому що ідея «знецінення» так поширена серед батьків у підлітковому віці. Однак, як слушно зауважує Ackerman N.W., таке уявлення є правильним лише в рамках загального напрямку вікового розвитку особистості [63]. Між тим, глобальний розвиток таких ідей – ідея заміни «батьків» однолітками – не перебільшується реальністю; Є дані про те, що більшість батьків-підлітків, особливо матерів, емоційно пов'язані, а деякі дослідження показують, що мати емоційно важлива для підліткового віку, підліткового віку, хлопчиків і дівчаток. [30,46].

Автори виявили, що зниження позитивного ставлення матері до матері пов'язане з негативним ставленням до особистості у всіх соціальних взаємодіях, припускаючи, що основна тенденція відображає абсолютно негативне ставлення (всі соціальні явища, явища, норми) у осіб, які ставляться до матері негативно. [30]

У контексті нашого дослідження поведінкова стратегія дитини, якій вона віддає перевагу в дорослій сім'ї, і погляд дитини на виховання дітей є доказами того, що освітні здібності сильніші у підлітків [56], чиї батьківські здібності пов'язані з соціальними проблемами.

Оскільки стиль сімейного виховання як складова частина сімейної системи є результатом взаємодії та взаємовпливу властивостей особистості батьків і дітей, зокрема їхніх емоційних сфер, і, своєю чергою, впливає на всіх членів родини та на всі процеси, що відбуваються в сім'ї, можна припустити, що стиль сімейного виховання визначається взаємодією та взаємовпливом якісних особливостей емоційності батьків і дитини (разом з іншими факторами). Водночас цей стиль має зворотний вплив на емоційність і особистісні якості обох сторін [57].

Так, наукові дослідження показали, що між дівчатами та їхніми матерями у віці від 15 до 17 років контроль негативного досвіду ґрунтується на емоціях, страху, провини, презирстві та емоційному спілкуванні з дочкою через сфери, в яких люди можуть виражати емоційні емоції, емоційне спілкування з дочкою-підлітком та емоційне вираження [68].

Інше дослідження показує, що депресія у підлітків тісно пов'язана з почуттями та особливостями підлітків. [52] Встановлено, що виникнення депресивних станів у підлітків у найбільшій мірі пов'язане з характером дитячо-батьківських стосунків, як вони сприймаються підлітком, а також з особистісними особливостями самих підлітків.

Дослідження показали, що між материнською емоційною орфографією і системою пам'яті існує важливий взаємозв'язок, що узгоджується зі східною антропологічною теорією емоційної пам'яті. Наприклад, матерів, яких не дуже люблять, часто переповнює страх. Що стосується хлопчиків, то чим ласкавіше хлопчики, тим спокійніше хлопчики, в той час як грубість матері робить їх емоційно нестійкими. Цей процес розглядався як природна еволюція для збереження генетичного озера, а також було показано, що емоційна близькість матері, як системна ознака психологічного, біодинамічного контролю, дає

матері можливість розробити і навчити особливій психологічній та біодинамічній програми. Також доведено, що емоційний стиль взаємодії матері, як системний психо- та біодинамічний регулятор розвитку особистості, відкриває можливості для цілеспрямованого психо- та біодинамічного програмування, а також індивідуалізованого підходу до виховання. [30]

У науковій літературі є важлива інформація про те, який вплив мають стилі виховання сім'ї на емоційний стан і особливості дівчаток. Ці якості виражаються в більшій чутливості до материнського керівництва; Ці характеристики виражаються через гнів, який є основною причиною емоційної реакції; Однак настанови батька мають глибокий вплив на нижчий тон голосу дівчаток, рівень тривожності та емоційний стан.

Інше дослідження [62] показує, що кожна невербальна тактика дорослої людини детально описує тривожність і розлад дитини: неприйняття дитини, відмова від підозрілого ставлення; надмірна критика, недбалість, незначна помилка, покарання; високий рівень захисту від відсутності у дитини варіантів дій. При цьому виділено три основні негативні тактики: відкидання - неприйняття дитини та демонстрація недоброзичливого ставлення; надвимогливе ставлення - надмірна критика, прискіпливість, покарання за найменшу провину; гіперопіка - надмірно турботливе ставлення, яке позбавляє дитину можливості діяти самостійно.

У деяких публікаціях вказується зв'язок між сімейним оточенням і сімейним оточенням. Ф. Райс говорить про позитивні і негативні впливи сім'ї, які впливають на почуття, що впливають на «гнів» в сім'ї. Позитивні впливи пов'язані з емоційною близькістю, любов'ю, прихильністю, гостинністю та членами сім'ї, які піклуються один про одного. Негативні впливи проявляються в емоційному смутку, ненависті і неприйнятті. Члени сім'ї начебто ненавидять один одного, але вони також ненавидять один одного. Інші члени сім'ї можуть відчувати, що вони незначні і що в таких сім'ях не вистачає любові, емоційної підтримки, співчуття та взаєморозуміння.

Найбільша сімейна психотерапія. З іншого боку, Н. Акерман вважає, що на емоційні відносини між двома членами сім'ї постійно впливають інші емоційні відносини в сім'ї, але він вважає, що різноманітність емоцій, що протікають в різних напрямках, визначає «сімейне оточення» дитини, яке наповнене всіма емоційними переживаннями, що розвивають особистість і соціальні зразки дитини. [63].

Отже, у запропонованій та реалістичній інформації зазначається:

По-перше, ключову роль у взаєминах між дітьми і батьками відіграє емоційний вплив «гіркоти», «детальний перелік сімейних правил і норм, які відіграють роль у формуванні поведінки дитини» [63];

По-друге, система сімейного виховання, в основі якої лежить теорія сімейних принципів, з одного боку, в сукупності з іншими факторами абсолютно по-різному впливає на згуртованість і взаємний вплив батьків і дитини, а з іншого - підтримує або приховує почуття кожного учасника.

Механізмами, що забезпечують взаємодію та взаємовплив емоційних сфер підлітків і їхніх батьків (передусім матерів), є добре вивчені в різних психологічних школах і напрямках механізми інтеріоризації, навчання, ідентифікації та відокремлення, рольової взаємодоповнюваності та психологічної протидії. У роботі цих механізмів завжди присутній емоційний компонент (емоційне зараження, опосередкування тощо), який регулює діяльність і надає їй особистісного сенсу.

1.3. Уявлення про емоційну зрілість, її структуру та функції

Останнім часом значно зріс інтерес до проблеми емоцій та почуттів як фундаментальної сфери психіки людини, що є основою її духовного, соціального, професійного життя, успішності життєдіяльності та інтимно-смыслового шару свідомості. [15, 33, 57, 75] Це пов'язано з великими змінами в житті нашого суспільства, які перетворилися на гуманістичні науки, що перетворили раніше закритий внутрішній світ, свідомість, духовність,

розповідь, потенціал особистості і так далі. Тим часом основна категорія, якою сьогодні активно займаються психологи і педагоги, ще не знайшла глибокого визначення в психології, і тільки недавно серйозними теоретичними дискусіями було встановлено, що велика частина психологічних проблем людини пов'язана з категорією «зрілість», яка може бути розглянута як така, що інтегрує в собі наступні психологічні поняття: «адаптивність», «психологічне благополуччя», «саногенний потенціал особистості», «гармонію особистості», «емоційну стійкість», «емоційну саморегуляцію» тощо.

Важливим фактором, який спонукає нас сьогодні ставитися до емоційних проблем з турботою і повагою, є той фактор, що викликає різні емоційні розлади в нашій поведінці, які проявляються різними симптомами і не конкретною медичною формою захворювання, а віддаленим характером.

1) Зростання числа розладів афективного спектру (депресія, тривожність, соматоформна, психоактивна поведінка), і згідно з сучасним мисленням, одним з основних факторів є витіснення і відсутність реакції.

2) Зростання кількості важких душевних станів, які все частіше зустрічаються в житті, не тільки клінічно депресивні і пригнічені, але і вимагають консультації.

3) Зростання емоційних вибухів і конфліктів, оскільки ігнорування емоцій та несвоєчасне та належне реагування призводить до накопичення та поведінки «гарячої печі без клапанів», що призводить до гніву та конфліктів.

4) Стану незадоволеності собою й своїм життям. Ігнорування емоцій, які уособлюють бажання, бажання і мотиви в розумі, призводить до неправильних рішень, які ґрунтуються не на власних схильностях і бажаннях, а на зовнішніх цінностях і вимогах.

5) Труднощів установлення теплих довірливих контактів і отримання соціальної підтримки. Теплі та довірчі стосунки та соціальна підтримка часто бувають самотніми, оскільки це відкриті почуття, спрямовані на побудову справжніх та справжніх стосунків та допомогу іншим.

Категорія «зрілість» служить основною основою для вираження особистісної та емоційної зрілості, але емоційна зрілість не може розглядатися поза зрілістю індивіда і включає в себе інші якості, які опосередковано пов'язані з емоційною зрілістю.

Теоретичне вивчення наукових джерел показує, що питання зрілості людини є складним і обговорюється як у теоретичній, так і в практичній сферах, тоді як значна частина зрілості є складною для розуміння та дослідження.

Зараз є чітке розуміння зрілості взагалі і особистісної та емоційної зрілості зокрема. Коли Spanier G.B [68] розглядає зрілість, він концентрується на таких напрямках: соціальна діяльність, соціальний інтерес, релігія (А. Адлер); любов, турботлива мудрість (Е. Еріксон); наповнювати власний ритм, бути особистістю, наповнювати життя високим змістом (А. Маслоу); уміння планувати майбутнє, самостійність, відповідальність (Ж. Піаже); автономність, незалежність, потребу в самоактуалізації (Д. Річмен).

У психологічній літературі для розуміння цієї категорії «зрілість» пропонуються такі методи.

1. Зрілість - це період вікового розвитку (розвинений в психології), а зрілість повинна залежати від віку і є результатом зростання. Однак слід пам'ятати, що вік ще чітко не визначений [27, 46, 48, 55]. Така розбіжність пояснюється тим, що кожна людина має особливості, які впливають на процес становлення зрілості та її складових.

2. Зрілість вважається ознакою зростання. На думку Штепа О.С. [61], зрілість визначається не біологічним віком людини, а її бажанням приймати рішення таким чином, щоб він був зрілою особистістю, а не на етапі свого розвитку.

3. Соціальна зрілість особистості є одним з найважливіших досягнень у сімейному, шкільному, соціальному, громадському та загальноосвітньому і навчальному процесі. Соціальною зрілістю вважають стабільний стан особистості, що характеризується пророчною невинністю і соціальним

настроєм всіх живих істот. Зріла особистість – це особистість, яка активно взаємодіє зі своїм оточенням, має стійку єдність особистісних рис та ціннісних орієнтацій і здатна адекватно сприймати як інших людей, так і себе. [46]

4. «Акмеологічна» зрілість, яка відноситься не до кожного характеру і функції, а до незнищеної форми і структури психології. Досягнувши перерахованого вище, психологічна зрілість не зупиняється на цьому етапі, а продовжує рости і досягати нової вершини. На цьому і ґрунтується. Критерій зрілості полягає в здатності передавати плоди свого розвитку іншій людині, тобто через навчання ставати зразком, еталоном, своєрідним ідеалом, гідним наслідування.

У психологічних працях представлений широкий спектр перспектив для розуміння природи, зрілості та якостей.

1. Зріла особистість як психологічно здорова особистість. Психічне здоров'я може виступати як потужна психічна якість, що сприяє розвитку гармонії всередині людини та між людиною та спільнотою, а уявлення про психоздорову людину може функціонувати та розвиватися протягом усього життя.

2. Зріла особистість як психологічно благополучна особистість розглядається через два основні підходи до проблеми психологічного благополуччя – гедоністичний і евдемоністичний. Гедоністичні теорії описують благополуччя через категорії задоволеності чи незадоволеності (М. Аргайл, Н. Бредбурн, Е. Дінер). Згідно з евдемоністичним підходом, благополуччя полягає в особистісному зростанні як головному й найважливішому аспекті благополуччя (А. Вотермен, К. Ріфф, Р. Райан, М. Селігман). Існують також концепції, що намагаються поєднати обидва підходи.

3. Зріла особистість як набір певних особистісних властивостей. В результаті досліджень на батьківщині і за кордоном було встановлено, що зрілі якості відображають зрілі якості: наявність сильного суб'єкта, наявність особистісних якостей; високий рівень медитації; вміння розрізняти реальні і

реальні цілі; і потреба в почутті відповідальності, що розвивається в стабільному і сталому напрямку; Здатність брати активну участь у житті, у громаді, а також у знаннях та потенціалі, вміння вибудовувати психологічну близькість з іншою людиною, здатність конструктивно вирішувати різні життєві проблеми тощо. Оскільки зрілі риси в текстах різняться, ми згадаємо більш складні риси з нашої точки зору.

Г. Олпорт перераховує шість аспектів зрілої людини з широкими рамками; Зріла людина здатна розвинути тепле і приємне соціальне ставлення; Зріла людина демонструє емоційне відкидання і прийняття себе; зріла особистість демонструє реалістичні погляди, переживання та мову; Зріла особистість проявляє здатність до пізнання себе і почуття гумору; Зріла людина має повноцінну життєву філософію. Eber H.W виражав такі симптоми емоційної зрілості: щастя - сенс життя: тривале задоволення; прийняття правди; самовизначення; сумніватися; отримання; сумніватися; жертву; самопожертва (страх за впевненість у собі); Виплати по соціальному забезпеченню; Толерантність; готовність до компромісу; готовність до компромісу; відчай / висока терпимість до відчаю; емоційна відповідальність [70].

4. Зріла особистість як цілісність, яку індивід здобуває в процесі становлення, що передбачає особистісну цілісність, інтеграцію життєвого досвіду.

5. Протиставлення зрілої особистості людині егоїстичній, незрілій, інфантильній, у якій під незрілістю розуміється фіксація на певних стадіях розвитку психіки та, як наслідок, відсутність здорового функціонування (З. Фрейд, Е. Еріксон, М. Малер та ін.).

6. Здатність зрілої особистості до почуття згоди, єднання зі світом та відповідальності є важливим аспектом її розвитку. Якщо людина вважає, що вона не має вибору і є жертвою обставин, вона знімає з себе відповідальність. Такий процес відомий як «утеча від свободи». Свобода в цьому контексті може бути визначена як усвідомлення людиною своєї здатності здійснювати вчинки,

розуміння необхідності вибору та відповідальності за цей вибір. Утечі від свободи протистоїть спонтанна активність, яка є вільною діяльністю особистості, що проявляється в емоційному, інтелектуальному та чуттєвому житті людини, а також у її волі.

7. Особистісна зрілість розглядається як ознака особистісного зростання, особистісного потенціалу та самовизначення [66].

8. Зрілість особистості - здатність контролювати, захищати і розвивати свою психологічну ситуацію - залежить від якості його успішного самоуправління [65].

9. Особиста зрілість як моральна зрілість людини визначається як прагнення до універсальної правової системи [48] для вирішення проблем, які моральна зрілість людини тягне за межі життя. [48]

Таким чином, можна сказати, що стандарти зрілості визначаються на основі теологічної основи їх досліджень, яка зосереджена на адаптації до суспільства (соціальне мислення) або вираженні особистісних якостей (особистісно орієнтоване), тоді як існують підходи, які спираються на соціальний світ для комунікації з найближчим оточенням і суспільством, адаптуючи таким чином соціальні та індивідуальні підходи.

1.4. Психологічні моделі емоційної зрілості особистості

Концепція "емоційної компетентності" стала важливою складовою психологічних досліджень завдяки роботам таких міжнародних вчених, як R. Buck, D. Goleman та інших. R. Buck описує емоційну компетентність як здатність взаємодіяти з особистісним світом почуттів і прагнень. Емоційна компетентність передбачає здатність індивіда ефективно координувати емоції та цілеспрямовану діяльність, акцентуючи увагу на важливості адекватної інтегральної оцінки взаємодії з навколишнім середовищем. З іншого боку, емоційну компетентність можна розглядати як афективно-когнітивне явище, визначаючи її як системну характеристику особистості, яка поєднує здатність

до адекватного рефлексування ситуацій, саморегуляції, підтримки оптимального рівня емпатії та виразності. Автори виділяють чотири основні складові емоційної компетентності: саногенну рефлексію, саморегуляцію, емпатію та експресивність. Емоційний інтелект (EQ) визначається як здатність особистості ідентифікувати, розуміти та керувати власними емоціями та емоціями інших, що сприяє інтелектуальному та емоційному розвитку. Основною моделлю EQ, на даний момент, вважається модель Дж.Майєр, в якій виділяють чотири складові:

1. Точність оцінки і вираження емоцій. Цей розділ дасть вам більш глибоке розуміння того, як ростуть емоції, як вони пов'язані між собою і як ми їх долаємо. Вона також включає здатність передбачати почуття щодо майбутнього та розуміти складні емоційні реакції, що дозволяє нам краще розуміти причини та наслідки емоційних станів.

2. Використання емоцій в розумовій діяльності. Йдеться про контроль емоцій під час стресу, здатність радіти, коли ви зневірені, і здатність допомагати іншим реагувати емоційно – це важливо для ефективного лідерства, міцних відносин і досконалості в усіх аспектах життя.

3. Розуміння емоцій. Емоції не є безпідставним або хаотичним явищем; Вони виникають з певних причин і підкоряються певній схемі. Ці навички включають здатність виявляти причини почуттів, розпізнавати взаємозв'язок між словами та емоційними ситуаціями, розпізнавати складні та суперечливі емоції, розпізнавати перехід емоції, а також прогнозувати розвиток та подальші етапи зростання.

4. Управління емоціями. Зрозуміло, що нам потрібно мислити раціонально, вирішувати проблеми, приймати рішення і приймати рішення щодо своєї поведінки. Він просить нас прийняти свої почуття і вибрати якості, які враховують ці почуття, залежно від того, наскільки ми приємні чи ні. Така навичка вимагає вміння використовувати інформацію в емоціях, відповідно до її корисності або в її навіюванні чи нещирості. Сюди входить здатність контролювати почуття і почуття інших людей.

Ідея емоційної зрілості прихильників цієї моделі говорить про те, що індивіди глибоко розуміють, як вони емоційно взаємодіють з навколишнім світом, де емоційна зрілість розглядається як здатність людини адекватно реагувати на різні життєві обставини, контролювати себе, передбачати наслідки своїх дій.

Особливо корисно підкреслити необхідність самоконтролю і гнучкості в емоційних реакціях, не тільки здатності контролювати емоції, але і здатності свідомо контролювати емоційну реакцію відповідно до волі індивіда. Ця гнучкість і самоконтроль є ключовими факторами для здорових відносин і пристосованості до зовнішнього середовища.

Емоційна зрілість включає здатність розпізнавати та розуміти свої почуття та виражати їх просвітницькими та відповідними способами, включаючи знання того, коли і як емоції можуть впливати на нашу поведінку, а також вибір найкращого способу спілкування з іншими та реагування на життєві виклики [4; 8; 12]

Тому емоційна зрілість є важливою частиною загальної психологічної зрілості, оскільки дозволяє успішно долати складні суспільні виклики та процес особистісного зростання.

Згідно з вивченням наукової літератури, процес поведінки, який призводить до зміни досконалості і вдосконалення; Зміна середнього віку говорить про те, що є розкол. Особиста зрілість не визначається хронологією часу; Особистісна зрілість є ядром рис, що поділяються на кардинальні, середні та вторинні риси особистості; Особливості розглядаються як загальні тенденції; Зрілість розглядається як загальна тенденція, як бажання діяти певним чином; Зрілість є еталоном особистісного зростання; а самовизначення - це стан і самовизначення особистості Здатність долати невпевненість у собі є ключовим показником зрілості та потенціалу особистості; Зрілість повинна ґрунтуватися виключно на собі; Винахідник потрапляє в дивну життєву кризу через старість; прагнення зрозуміти сенс конфліктів; бажання зрозуміти сенс

конфліктів і вміння радитися і довіряти собі при прийнятті рішення про те, як їх розглядати.

Вивчення особистісної зрілості за допомогою людської думки підкреслило важливість особистісного розвитку та внутрішньої гармонії, а людська психологія, яка ґрунтується на позитивному погляді на людину та її потенціал розвитку, підходить для особистісної зрілості.

Синергічність, як одна з ключових рис особистісної зрілості, відображає глибоке розуміння того, що особистість не існує ізольовано, а є частиною більшого цілого. Здатність бачити себе як частину сенсу, розуміти взаємопов'язаність протилежностей і прагнення до гармонії власних цінностей є проявами внутрішньої гармонії та цілісності. Це свідчить про здатність особистості до інтеграції різних аспектів її життя та внутрішнього світу, до пошуку балансу між внутрішніми і зовнішніми факторами, що сприяють розвитку та самореалізації.

Синергія демонструє розуміння того, що особистість є не самотньою, а частиною більшої зрілості. Вона відображає внутрішнє бажання бачити себе значущим, суперечити один одному, розуміти зв'язки і підлаштовуватися під власні цінності. Він здатний подобатися, може ефективно сприяти своїм стосункам з оточуючими, має здатність виконувати свої думки – показник його ефективних взаємин з навколишнім світом.

Навпаки, контркооперативний глобальний погляд на конфлікт характеризується нездатністю шукати гармонію між супротивниками, що призводить до постійних внутрішніх і зовнішніх конфліктів. Такі особи можуть зазнавати труднощів у встановленні та реалізації своїх пріоритетів і не бути послідовно задоволеними своїми рішеннями [40].

З огляду на особистісну зрілість у світлі людської психології очевидно, що людина повинна не тільки рости і сприймати себе, а й глибоке розуміння своєї особистості, здатність до роздумів над собою, бажання бути в гармонії зі світом.

Як характеристики зрілості, самоконтроль і близькість тісно пов'язані з саморозвитком, самовизначенням і взаєминами з навколишнім світом.

Самоконтроль – це вираження зрілої людини, яка знає свої моральні норми, вірить у свої сили і чітко розуміє своє місце в світі – вміння не тільки приймати рішення, а й організовувати себе і ставити цілі. Впевнена в собі людина знає своє життя і свої вчинки; Це не дивує ні «рятувальників» з боку, ні тих, хто несе відповідальність за їхні проблеми. Є.

На противагу цьому, самоконтроль або самооцінка характеризується нездатністю або небажанням людини брати на себе відповідальність за своє життя; Людина замислюється над обставинами, що склалися і часто шукає підтримку або «рятівника» в чужому світі. Йдеться про здатність і вміння підтримувати тривалі відносини, засновані на довірі і взаєморозумінні; Комунікація також включає в себе тактичне спілкування і спілкування з поглядом на межі можливостей іншої людини.

Людина, що перебуває у відносинах високого рівня, розглядає спілкування як засіб особистісного зростання і розвитку; Вона вміє обговорювати глибокі та філософські теми, готова розмірковувати над собою та ділитися ідеями. У такому ставленні важливо не тільки говорити, а й уважно слухати, відчувати те, що ти говориш, бути відкритим і чесним.

Обидві якості самоконтролю та близькості є важливими для розуміння та практики особистої зрілості. Вона дозволяє індивіду ефективно спілкуватися з навколишнім світом і зберігати внутрішню свободу, самодостатність і самосвідомість.

Брак спілкування та взаєморозуміння – світ ворожий та чужий – може впливати на особистісний ріст, що обмежує співчуття, здатність приймати різні світи та вибудовувати глибокі стосунки з іншими; Самотня людина може відчувати себе самотньою і ладнати з іншими; Це часто призводить до самотності [1; 5; 15].

Прийняття себе є центральним аспектом психологічного благополуччя, який включає визнання власної самоцінності, прийняття успіхів і помилок, а також дії з гумором і толерантністю.

Творчість не тільки збагачує особисте життя, а й робить значний внесок у соціальний і культурний розвиток суспільства. Було показано, що він має здатність винаходити нові ідеї, оригінальні ідеї та вміння застосовувати ті чи інші ідеї.

Толерантність є важливою складовою людських взаємин і соціальних взаємодій; включає в себе здатність розуміти і приймати різноманітність; Толерантна людина може будувати демократичні та прозорі відносини, засновані на повазі до особливостей інших, що сприяє створенню гармонійного та здорового соціального середовища [6]. Кожна з цих рис відіграє важливу роль у формуванні соціальних рис і взаємодій, що є найвищим рівнем особистості. Це дозволяє йому рости і виживати.

В основі нетерпимості часто лежать загрози і самооцінка, і людина намагається контролювати зовнішній світ, щоб замінити внутрішні страхи і занепокоєння - риса, яку можна спостерігати з повагою до одного і того ж ставлення і відсутності гнучкості в розумінні різних думок і способу життя; Нетерпимість може призвести до конфліктів, дискримінації та співчуття.

Під відповідальністю розуміється здатність і готовність людини здійснювати певні дії або рішення, тягнути за собою наслідки, а також здатність і готовність ризикувати в житті. Відповідальна людина відчуває себе автором свого життя, може ставити цілі і відчувати внутрішню свободу і ефективність [4, 10].

Глибина досвіду відноситься до здатності людини відчувати і переживати широкий спектр аспектів життя, включаючи повсякденні події та питання про існування, такі як співчуття, любов і турбота про інших; новий досвід, взаємини з навколишнім світом і духовний досвід; Глибина досвіду дозволяє людям більше спілкуватися зі своїм внутрішнім «Я» та іншими, що сприяє особистісному зростанню та розвитку.

Вони стосуються створення складного образу особистості, що впливає на поведінку, спілкування, розуміння світу; Культивування позитивних якостей, таких як відповідальність, глибина досвіду, нетерпимість; Поліпшення відносин; Особистісне зростання і більш високий рівень задоволеності життям.

Подолання емоційно складних переживань вимагає великих психологічних ресурсів, а не кожен може правильно виконати це завдання. У такій ситуації людина може переслідувати простіші, зрозуміліші та безпечніші моральні цінності як психологічний захисний механізм для уникнення прогресу та самовдосконалення, оскільки цінності недбалості не призводять до глибшого сенсу життя чи набуття вищих моральних цінностей, таких як почуття правди, краси та добра. Він не вносить свій внесок.

Ввічливість допомагає їм дивитися на ситуацію з різних точок зору, культивувати співчуття та розмірковувати на тему – риса, яка сприяє глибшому розумінню себе та інших, а також забезпечує гнучкість у спілкуванні та прийнятті рішень; Порядні люди можуть знайти більш ефективні способи адаптації до змін і вирішення проблем, не акцентуючи увагу на їх значущості [14, 16].

Егоцентризм, будучи протилежністю децентрації, обмежує людину її власними поглядами та переконаннями, ігноруючи або знецінюючи точки зору інших. Ця риса може призводити до конфліктів, нерозуміння та втрати важливих міжособистісних зв'язків, оскільки людина не в змозі побачити ситуацію з іншої перспективи. Егоцентричне мислення протилежне моральному принципу ігнорування або розбещення думок інших, а оскільки людина не може бачити ситуацію з іншої точки зору, ця риса може призвести до конфліктів, непорозумінь та важливих відносин.

Життєва філософія передбачає встановлення осмислених життєвих систем, цілей, завдань і переконань, які допомагають людині керувати своїм життям і знаходити сенс життя. Люди з хорошою життєвою філософією мають

більш позитивний погляд на життя, краще справляються з викликами і знаходять більше задоволення в житті.

Хороші манери та життєва філософія можуть бути важливими кроками у подоланні тривожних моральних цінностей та культивуванні більш зрілих, глибоких та значущих якостей.

Г. Олпорт стверджував, що процес досягнення особистої зрілості є постійним протягом усього життя, і підкреслював важливі відмінності між зрілими і незрілими ознаками і ознаками спарювання. За його словами, поведінка статевозрілих особин самовизначається і керується обережними рішеннями. На противагу цьому, незрілими людьми часто керує егоїзм і дитячі переживання, що кореняться в егоїзмі та досвіді втрати майна. Автором описано шість характеристик:

Зріла людина має широкі межі Я.

Емоційно зріла особистість вирізняється розширеним власним простором "Я". Емоційно зріла людина ідентифікує своє «Я» в більш широкому сенсі як ті, які можуть бути точно оцінені зовнішнім спостерігачем. Вони беруть активну участь у професійному, соціальному та сімейному житті, насолоджуються задоволеними хобі та виявляють інтерес до політики та релігії. Ці заняття вимагають глибокої особистої участі та щирих почуттів. Олпорт наголошує, що любов до себе є важливою частиною життя людини, але вона не повинна бути фундаментальним принципом життя.

За словами Г. Олпорта, любов до себе є важливим фактором у житті кожного, але вона не повинна бути визначальною для її способу життя.

У зрілої людини можуть скластися теплі і приємні соціальні відносини: між людьми існує два типи теплих відносин: теплі, добрі і співчутливі; Людина має здатність відчувати глибокі почуття до сім'ї та близьких друзів, не будучи пригніченою інстинктом або ревностями; Співчуття, з іншого боку, характеризується визнанням різних якостей, визнанням їхнього світогляду та проявом поваги, щоб вони відчували зв'язок з усіма людьми.

Зріла людина проявляє емоційний непослух і прийняття себе; Зрілі люди мають здатність позитивно ставитися до себе, розчарувань, тривожних ситуацій і проблем, не впадаючи в гнів або відчай; мати здатність ефективно керувати емоційними реакціями, такими як смуток, гнів або почуття провини, які не завдають шкоди здоров'ю оточуючих; Наприклад, не висловлювати негативну енергію по відношенню до оточуючих, коли їм не щастить або у них погані дні; Але коли вони висловлюють свої почуття і думки, вони висловлюють свої почуття і думки. Інші роблять це, бачачи ефект [23, 27].

Зріла людина демонструє реалістичні думки, досвід і промови, засновані на фактах; Психічно здорові люди бачать світ реалістичним, без маніпуляцій власними бажаннями або бажаннями; Вони мають незбагненне бачення того, що є; Вони не створюють снів або обманів щодо фактів і подій; зрілі люди мають відповідну кваліфікацію та знання в обраній галузі; І вони можуть присвятити свій час особистим інтересам для виконання важливих завдань або проектів.

Гордон Олпорт наголосив на важливості закону "Пізнай самого себе" для щасливого життя. Гордон Олпорт пояснив, що особиста зрілість вимагає чіткого розуміння сильних і слабких сторін людини. Одним з найважливіших факторів самопізнання є бути актором, який дозволяє людям сприймати і приймати безглузді моменти в своєму житті і в житті.

Зріла людина володіє цільною життєвою філософією. Зрілі особистості здатні сприймати життя у його цілісності, виокремлюючи значуще завдяки чіткому, систематичному та послідовному мисленню. Гордон Олпорт підкреслював, що у людини повинна бути переважаюча мета або об'єктивна система, яка надає сенс його життю. Різні люди можуть обирати різні моральні принципи як основу свого життя, у пошуках істини, соціальної захищеності, релігійних переконань чи інших бажань. Ця єдина філософія дає ключ до сенсу і значущості всіх аспектів людського життя.

Хоча важливість емоційної зрілості може сильно варіюватися від психологічної теорії, більшість методів наголошують на необхідності

сучасних ситуацій, ізоляції та втручання в різні частини особистості [21, 26; 38].

Олександр Лоуен, представник біоенергетичного аналізу, зазначив, що емоційно зріла людина має фізичні якості, такі як грація, пластичність, м'якість і сильна внутрішня вентиляція, які, на його думку, характеризуються вільними та миттєвими рухами, що свідчить про відсутність глибокого психічного розладу.

Вільгельм Райх, засновник органомії, стверджує, що в психологічній «оболонці» немає механізму, що перешкоджає емоційній зрілості, з якою можна було б реагувати на негативний життєвий досвід – незрілість в цьому контексті пов'язана з придушенням емоцій, створенням прірви між тілами, почуттями, бажаннями і бажаннями.

З психологічної точки зору Зігмунд Фрейд і представники психології акцентують увагу на психічному процесі і процесі профілактики. Фрейд говорить, що існує постійна боротьба між інстинктом (ідентичністю), моральною і соціальною системою (supergo) і розумом (ego), який намагається врівноважити рівновагу.

Хоча підходи до емоційної зрілості різняться, всі вони наголошують на необхідності адаптації до зовнішнього світу, негайного прояву та поєднання різних аспектів особистості.

Прогрес у шкільних взаєминах показує, що зріла особистість здатна побудувати зрілі та здорові стосунки.

З іншого боку, самооцінка призводить до питання: «Наскільки крихкою є самооцінка людини?». На думку Ж.Лакана, зріла людина може будувати відносини, засновані на культурі і самоповазі.

Отже, з психологічної точки зору відповідальна людина – це доросла людина з такими характеристиками, як розумовий розвиток, зрілість, процес профілактики, власні позитивні почуття та задовільні стосунки [25; 28].

Конструктивний нарцисизм є концепцією, яка показує, як здорове самолюбство та самооцінка можуть сприяти психологічному благополуччю та

особистісному росту. Відрізняючись від деструктивного нарцисизму, що характеризується егоїстичними тенденціями, маніпуляцією та величністю без реального підґрунтя, конструктивний нарцисизм базується на реалістичній самооцінці та вмінні бачити та визнавати власні сильні сторони та слабкості [12].

Основні аспекти конструктивного нарцисизму: Визнання власної цінності:

Усвідомлення своєї унікальності та внеску в соціальні відносини та суспільство в цілому.

Гармонія між "Я для себе" і "Я для інших": Здатність зберігати баланс між задоволенням власних потреб і потреб інших, підтримуючи при цьому здорові міжособистісні відносини.

Упевненість у собі та емоційний самоконтроль: Спроможність зберігати впевненість у власних діях і рішеннях, навіть у складних ситуаціях, та регулювати емоційні реакції. Упевненість у собі - це внутрішнє переконання людини в своїй здатності справлятися з труднощами, виконувати завдання та досягати своїх цілей. Вона ґрунтується на реалістичному розумінні своїх сильних і слабких сторін, що дозволяє оцінювати ситуації адекватно, не перебільшуючи свої можливості, але й не знижуючи своїх шансів на успіх. Упевненість у собі також пов'язана з позитивним ставленням до власних помилок, розумінням того, що невдачі є частиною процесу розвитку [20].

Емоційний самоконтроль - це здатність ефективно управляти своїми емоціями, не дозволяючи їм домінувати в поведінці. Людина з емоційним самоконтролем може залишатися спокійною в стресових або конфліктних ситуаціях, контролювати імпульсивні реакції, уникати агресії або емоційного вигорання. Це також включає здатність регулювати свої емоції для збереження психічного здоров'я та збереження продуктивності в складних умовах. [24].

Автономність і незалежність: Здатність діяти самостійно, приймати відповідальність за своє життя та рішення, не залежати від зовнішнього схвалення [31].

Здорова самооцінка та самодостатність: Висока самооцінка формується на основі адекватного сприйняття як своїх сильних, так і слабких сторін. Це дозволяє людині бачити себе реалістично, без перебільшень і занижень. Важливо, щоб людина мала змогу приймати себе такою, якою вона є, без постійного порівняння з іншими, сприймаючи як свої досягнення, так і невдачі як частину особистісного розвитку. Самодостатність, яка часто є результатом здорової самооцінки, також базується на здатності людини розуміти свою цінність і не залежати від зовнішніх оцінок або схвалення інших. Людина з високою самооцінкою не шукає постійно підтвердження своєї важливості ззовні, а здатна сама визначати свої цілі, значення і місце в житті, виходячи зі своїх внутрішніх переконань та цінностей.

Цей підхід сприяє розвитку стійкості перед труднощами та здатності адаптуватися до змін. Висока самооцінка не означає гординю або відчуття перевершення інших, це, скоріше, усвідомлення власної гідності і здатність жити згідно з власними принципами, незважаючи на зовнішні труднощі чи критичні оцінки.

Бути відкритим та адаптивним: готовність приймати нові ідеї, відкритість до змін та адаптація до змін, а також готовність цінувати досвід та уроки, отримані з невдач.

Уміння прощати: розуміння важливості прощення для емоційного здоров'я та здорових стосунків з іншими. Уміння прощати є важливим аспектом емоційного здоров'я, оскільки воно сприяє внутрішньому звільненню від негативних емоцій, таких як гнів, обурення або образа, що можуть затримувати особистісний розвиток. Прощення не означає забування або виправдання неправомірних вчинків інших людей, але воно дозволяє звільнити себе від емоційного вантажу, що утримує в минулому. Прощення є також важливим компонентом здорових стосунків. Коли людина здатна прощати, вона зберігає здатність до співчуття і емпатії, що дозволяє зберегти гармонію в міжособистісних відносинах. Це допомагає уникнути накопичення

непорозумінь і конфліктів, а також створює простір для зростання і розвитку взаємної довіри.

З точки зору психології, прощення пов'язане з більш високим рівнем емоційної зрілості. Людина, яка вміє прощати, має внутрішню силу, щоб не дозволяти чужим помилкам визначати її емоційний стан. Важливо також, щоб прощення було щирим і не приводило до самооправдання поведінки інших, а стало результатом усвідомлення, що відпускання образ – це в першу чергу акт турботи про своє власне благополуччя.

Прощення підтримує здорове відношення до себе та до інших, дозволяючи людині рухатися вперед, не затримуючися на минулих образах. Водночас воно вимагає внутрішньої сили і мудрості, оскільки не завжди є легким кроком, особливо коли біль від пережитої образи значний. Але, як показують численні психологічні дослідження, здатність прощати є основою для досягнення внутрішнього миру та щасливих, гармонійних стосунків з іншими людьми [25].

Емоційна та духовна зрілість: більш глибоке розуміння себе, здатність до роздумів над собою та особистісний розвиток.

Конструктивні та впевнені в собі люди бачать світ як місце, де вони можуть сприймати себе, насолоджуватися життям, мати глибокі та значущі стосунки з іншими та задовольнятися успіхом, але мають реалістичний погляд на світ та своє місце в ньому.

Конструктивний секс сприяє здоровому, зрілому сексу, в якому фізична близькість є аспектом глибоких емоційних і духовних відносин між партнерами. Вона наголосила на необхідності взаємної поваги, довіри, вміння бути відкритим і вразливим у стосунках [2; 39]

Розглянемо докладніше основні конструктивні якості сексу:

Важливою частиною побудови сексу є глибоке розуміння та повага до подружжя, його потреб, бажань та кордонів – щоб обидва партнери активно спілкувалися, ділилися своїми думками та почуттями, а також створювали спокійне середовище для самовираження.

В основі будівельного сексу лежить емоційний зв'язок, який включає в себе любов, турботу і рішучість.

Спільна відповідальність: обидва партнери несуть відповідальність за свої дії та здоров'я своїх стосунків. Разом вони вирішують проблеми і підтримують здорове сексуальне життя.

Конструктивний секс передбачає відкритість до нового досвіду та гнучкість у сексуальних стосунках. Пари готові досліджувати нові аспекти сексуальної поведінки разом, поважаючи свої кордони та бажання.

Ключовим фактором є спільні задоволення, коли обидва подружжя прагнуть зробити один одного фізично та емоційно щасливими.

Побудова сексу передбачає емоційну і духовну єдність, що дозволяє парам підтримувати глибокі відносини на різних етапах.

Відносини вільні від контролю, контролю та експлуатації, в яких кожен поважає свободу та цілісність іншого.

Конструктивний секс відкидає одні й ті ж установки, установки та очікування і дає парам можливість вільно виражати свої сексуальні почуття. Цей спосіб мислення наголошує на необхідності сексу для побудови близьких стосунків, заснованих на взаємній повазі, довірі та любові, а також для здорового та вигідного партнерства. Конструктивна тривожність не тільки сприяє і допомагає контролювати тривогу, але й обмежує надмірну активність, контролюючи прийнятну цікавість і здорові інтереси. Пристосовуючи внутрішню діяльність індивіда до реальних загроз і проблем поточної ситуації, процес встановлення своєї ідентичності є процесом творення своєї ідентичності. Такий страх може допомогти зміцнити свою ідентичність, дозволяючи людині взаємодіяти з іншими, отримувати підтримку, зникати та розчаровуватися, а також збільшувати свої кордони [19].

Конструктивна агресія може бути розглянута як вроджена здатність дитини активно взаємодіяти зі світом навколо, проявляючись у її бажанні встановлювати зв'язки, виражати інтерес та ініціативність. Цей феномен є основою її загальної активності, цілеспрямованості та ефективності психічної

діяльності, яка спрямована на вирішення завдань адаптації, підтримання і розвитку власної Я-ідентичності. Конструктивна агресія допомагає дитині не лише реагувати на навколишній світ, а й активно впливати на нього, формуючи основу для подальшої соціальної інтеграції та особистісного зростання. Конструктивна агресія, як вроджена здатність активно та дослідницьки взаємодіяти зі світом, сприяє розвитку динамічного та креативного підходу до життя. Вона дозволяє людині встановлювати контакти, вільно виражати свої почуття, уподобання, погляди, думки та ідеї. Цей тип агресії стає основою для формування та реалізації особистісних цілей, допомагаючи людині захищати їх в умовах соціальних взаємодій. Вона також несе соціально-енергетичний потенціал, який дозволяє людині бути продуктивною в групових процесах, підтримувати здорові соціальні зв'язки і створювати позитивну динаміку в міжособистісних стосунках.

Зовнішня характеристика самоконтролю будівельника дозволяє індивіду не змішуватися з іншими і не втрачати своєї унікальності, що дозволяє йому розвивати реалістичні світогляди, набиратися досвіду, соціалізуватися без ризику і йти, не ризикуючи собою – відкритість до оточуючих, доброта, постановка особистісних цілей, адаптованих до соціального середовища, здатність підтримувати емоційні зв'язки, здатність зберігати емоційну зрілість, раціональне використання часу і ресурсів, здатність ходити без ризику. Вона передбачає здатність вибирати відповідну поведінку на основі мінливих обставин і життєвих цілей, включаючи здатність підтримувати і підтримувати інших у потрібний час. [17]

Конструктивні внутрішні відмінності служать одночасно і каналами комунікації, захищаючи внутрішнє «Я» індивіда від несвідомої поведінки і емоцій, викликаних страхом, що сприяє правильному розумінню поточної ситуації і високому рівню пізнавальних процесів, а саме гармонії між внутрішніми переживаннями і зовнішнім світом.

Модель зрілої людини орієнтується на аутсорсинг і проявляється у Е. Фрома [67], В. Франкла[64], А. Адлера [4, 5, 6].

Ерік Фромм розглядає зрілість як якість, якої може досягти будь-яка людина, якщо вона не має емоційних і психічних проблем. Він розглядає таку фігуру як «плід», а здатність приносити плоди трактується як здатність індивіда усвідомлювати свій потенціал для індивідів. На думку Е. Фромма, плідність не є статичною властивістю, а досягається через активне залучення в різні форми продуктивної діяльності, до яких він відносить плідну любов, плідне мислення та плідну працю.

Плідна любов, яка приносить плоди, перераховує всі ключові аспекти життя – відповідальність, повагу і знання, які є загальними для всіх форм вираження – любов людини до відповідей на питання про сенс свого існування.

Інтерес до думок і відносин виникає при продуктивному мисленні, і чим глибше розвивається асоціація, тим ефективніше стає розумовий процес: новаторство, невдачі, вміння встати на ноги і прислухатися до себе.

Чим більше людина присвячує себе меті або партнеру, тим більше вона здається, стає справжньою особистістю і стає справжнім самопізнанням – тим більше вона перестає зосереджуватися на собі та ігнорує власне «Я» для досягнення вищих цілей.

Роздуми Альфреда Адлера про зрілість наголошують на соціально корисних якостях з важливим акцентом на соціальний інтерес і високу активність. А. Адлер вважає, що зрілість може бути досягнута шляхом вдосконалення знань і навичок, що веде до соціальної участі та близькості до інших.

Bar-On R. розширює це уявлення, вказуючи на важливість трансперсональних структур в емоційній зрілості. Цей підхід передбачає взаємодію біографічного та трансперсонального модусів свідомості, де перший пов'язаний з існуванням як окремої матеріальної сутності, а другий - з перинатальними та трансперсональними аспектами психіки. Вчений наголошує, що справжнє душевне здоров'я можна визначати через збалансовану взаємодію цих двох модусів свідомості [65].

Таким чином, зрілість в цих ідеях може виражатися через пов'язаність соціальних зв'язків, потенціал саморозвитку, глибокі і часто неусвідомлювані аспекти глибокого і несвідомого «Я» індивіда, що включає в себе не тільки близькість до зовнішнього соціального світу, але і глибоку внутрішню гармонію і рівновагу.

У позитивній психології, введеній Мартіном Аргайлом і Мартіном Селлігманом, емоційна зрілість пов'язана з поняттям «щастя»: Мартін Аргайл розуміє щастя як загальне задоволення життям, включаючи перегляд минулого і сьогодення, а також повторювані та інтенсивні позитивні почуття. Він наголосив, що щастя залежить від соціальних взаємодій, особливо від психологічної підтримки, яку людина отримує від близьких. Важливими соціальними зв'язками є шлюб, сімейні відносини та дружба. Розваги відіграють важливу роль не тільки з точки зору зайнятості, але і з психологічної точки зору. Важливу роль у відчутті задоволення відіграє відновлення, включаючи різні види діяльності, які відкривають можливості для самовираження. Аргайл прийшов до висновку, що щастя можна відчувати у найбагатших і належати до найвищого соціального класу, і що це також показує тісний зв'язок між здоров'ям і щастям. Він висвітлив різні якості, які позитивно впливають на щастя, наголосивши на важливості позитивних почуттів, а також на частоті та інтенсивності щастя.

Мартін Селлігман представив у своїй моделі справжнього щастя три ідеї: «щасливе життя», «хороше життя» і «осмислене життя»; Приємне життя – це прагнення до позитивних емоцій; Хороше життя означає, що людина використовує свою силу для діяльності, яка приносить йому щастя і гармонію з його інтересами, що дає йому зосередженість і глибоке щастя, вважають Олег Кокарян і його автори. Зріла людина має сміливість глибоко осмислювати свої переживання, спілкуватися з ними, зберігати справжні почуття і переживання; А емоційно зріла людина може відмовитися від відповідних дитині методів реагування на травматичну ситуацію, і реакція миттєва. Це також може вказувати на те, що людина пережила травматичний досвід у дитинстві.

Карл Роджерс описує сім кроків психологічної медицини, які передбачають поступове визнання та визнання себе як частини емоцій та емоцій, що веде до звільнення від заблокованих почуттів (катарсис), нового розуміння травматичних станів та сенсу життя, такого як емоційні реакції, поведінка та моральні цінності в житті. Це може принести зміни.

На думку Роджерса, важливість емоційної зрілості є мірилом зростання дорослої людини – ясність емоційного досвіду, знання емоцій і відповідальності, розвинений емоційний світ, самоконтроль, безпека, вираження емоцій, гнучкість.

Процес досягнення емоційної зрілості в першу чергу пов'язаний з емоціями, і вчені вважають, що важливо практикувати психотерапію. Карл Роджерс виділяє сім стадій психотерапевтичного процесу, які описують перехід від відчуженості від своїх почуттів та емоцій до поступового прийняття їх як частини себе та їх усвідомлення. Він порівнює цей шлях з процесом вивчення мови почуттів та емоцій, схожий на те, як дитина вчиться говорити. Таким чином, людина рухається до того, щоб більш повно відчувати себе самою собою, більш органічно виражаючи свою сутність, що є основою психотерапії.

Результатом цієї роботи є звільнення від закритих емоцій (катарсис), усвідомлення травматичних подій, розуміння життя в цілому, зміни поведінкових реакцій, моральних цінностей у житті, які призводять до можливостей для нових речей [15; 37].

Емоційний самоконтроль як структура емоційної зрілості особистості – це здатність контролювати емоції відповідно до обставин і вигод. Емоційна зрілість передбачає контроль над непотрібними емоціями, роботу з можливостями, переживаннями та їх вираження, а також використання емоційних станів як засобу досягнення продуктивності в діяльності та спілкуванні. Емоційна зрілість передбачає контроль емоцій у діяльності та спілкуванні. Введення вважається навиком, що дозволяє ефективно спілкуватися з поточною ситуацією і повністю зосередитися на ній. Емоційно-

зріла особистість здатна володіти своїми емоціями як частиною власного "Я". Емоційна саморегуляція також розглядається як здатність усвідомлено входити в емоційний стан, що дозволяє ефективно взаємодіяти з поточною ситуацією та повністю зосереджуватися на ній [19; 40].

Емоційно зрілі люди стійкі, незважаючи на сильні емоції, не бояться страху або відчуження. Коли справа доходить до контролю емоцій, важливо контролювати не лише негативні емоції, які є неприємними та короткочасними, а й ті, які можуть посилити психологічний стрес. Говорячи про управління емоціями, важливо контролювати не лише негативні емоції, які можуть бути неприємними та короткочасними, але й ті, які можуть спричинити підвищення психологічної напруги і вважаються "недоречними" або "деструктивними".

Емпатія як частина емоційної зрілості індивіда включає навмисну співчуття до емоційного стану іншої людини, розуміння зовнішнього походження, а також почуття обережності та співчуття, коли внутрішній світ людини можна побачити зсередини назовні, здатність розуміти та осмислювати внутрішній світ іншої людини, зрозуміти своє щастя і біль з їхньої точки зору. Відбувається його ототожнення.

Така спроможність емпатії означає увійти у внутрішній світ іншої особи та відчувати себе в ньому як вдома. Це означає бути чутливим до змін чуттєвих значень, що безперервно відбуваються у іншій людині. Емпатія - це тимчасове переживання життя іншої особи, просування в її світ обережно, тонко, без судження про те, що вона має усвідомити. Емпатія – це тимчасовий досвід входження у світ обережно і таємно, без судження про те, що подивитися.

Це також можливість відчувати і розуміти емоційний стан оточуючих, вміння співпереживати та співчувати їм, розуміти чинники їх поведінки та емоційно реагувати на їхні переживання. Альфред Адлер говорить, що нервова система ідентифікована тому, що вона не може вибудовувати відносини з людьми та їхніми побратимами.

Емоційна експресивність вільно представлено в міміці, міміці, рухах, жестах і тоні голосу. Контроль над емоціями може призвести до відсутності емоційних переживань та відсутності інтересу.

Емоційна експресивність виражається в тому, що ви відповідаєте загальноприйнятим стандартам, навчаєтеся в правильних обставинах і бути прийнятим – дар спілкування, який також виражається через знання та контроль емоцій.

Прийняти власні почуття як структуру емоційної зрілості. О. Кочарян розглядає прийняття емоцій як «мужність входити в контакт з власними переживаннями і підтримувати ті емоції і переживання, які є справжніми». За словами О. Чудіної, це виявляється в здатності адекватно виражати емоції і почуття в різних соціальних ситуаціях та спонтанно висловлювати свої емоції

А. Маслоу пояснює, що існує тенденція пригнічувати емоційний досвід, особливо відкидати або ігнорувати його, коли він здається неприємним або непотрібним, і боятися висловити його публічно.

У своєму дослідженні природи саморефлексії А. Маслоу виявив, що людина стає більш незалежною та самовизначеною, коли відмовляється від контролю над своїми емоціями, що допомогло їй відкрити автентичність і повернутися до власного характеру.

ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ

1. У даний час у психології відзначається множинність визначень категорії «зрілість». Категорія емоційної зрілості часто розглядається в рамках особистісної зрілості, яка має більш широке значення і включає, крім емоційних, також інші характеристики особистості, що мають опосередковане відношення до емоційної зрілості. Поняття емоційної зрілості особистості є концептуально розмитим, відсутність семантичної ясності даної категорії орієнтує на створення теоретичної моделі емоційної зрілості, психодіагностичного інструментарію й програми психологічної корекції. Емоційна зрілість є ключовим елементом успішного соціального взаємодії та адаптації в суспільстві. Коли діти засвоюють основи емоційного інтелекту в сімейному оточенні, вони отримують навички, необхідні для побудови здорових стосунків, успішної комунікації та ефективного вирішення конфліктів.

2. Традиційно в психології серед якісних характеристик емоційності виокремлюють чотири емоційні модальності: «радість», «гнів», «страх», «печаль». Аналіз літератури дає змогу долучити до цього ряду патерни таких емоційних переживань, як «гумор», «спокій», «байдужість». При цьому під «спокоєм» розуміють стійке, переважне реагування на зміни довкілля емоцією саме цієї модальності, а «байдужість» визначають як «невключеність, відстороненість від ситуації за наявності різних емоційних реакцій низького рівня інтенсивності» (О. Саннікова). Гумор розуміють як «особливого роду радість» (М.Аргайл), як переживання «незлюбиво-сміховитого ставлення до когось або чогось» (Є.П.Ільїн).

3. Стиль сімейного виховання в психологічній літературі розглядається як найважливіший компонент індивідуального середовища дитини, як елемент єдиної сімейної системи. Під стилем сімейного виховання ми розумітимемо багатовимірне утворення, що містить ставлення батьків до дитини та переживання цього ставлення (емоційний компонент), особливості

сприйняття і розуміння характеру дитини, її вчинків (когнітивний компонент), поведінкові стереотипи, які практикують у ставленні до неї (поведінковий компонент). Найповніше характеристики сімейного виховання представлені в таких стилях: домінантна гіперпротекція, потурання гіперпротекції, емоційне відкидання, підвищена моральна відповідальність, жорстоке поводження і гіпопротекція.

Ця типологія, з одного боку, дає найдетальнішу характеристику стилів сімейного виховання, з іншого, містить як основну і спільну для всіх стилів емоційну складову, що відбиває ставлення батьків до дитини, яке виражається в її прийнятті або відкиданні. Саме ця складова дає підставу для дослідження особливостей впливу стилів сімейного виховання емоційну зрілість підлітків.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СТИЛІВ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ НА ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

2.1. Характеристика вибірки і опис методів дослідження впливу стилів сімейного виховання на формування емоційної зрілості особистості підліткового віку

У дослідження впливу стилів сімейного виховання на формування емоційної зрілості особистості підліткового віку взяли участь 56 осіб підліткового віку та їх батьки у кількості 42 особи. Усі досліджувані зростали у повних сім'ях.

Розглянемо використані методики дослідження.

Опитувальник для діагностики емоційної зрілості М.А. Півня дає змогу оцінити рівень емоційної рефлексії, саморегуляції, емпатії, емоційної експресивності та прийняття власних емоцій у респондента. Цей метод допомагає виявити сильні та слабкі сторони емоційного розвитку особистості, а також окреслити напрями для подальшого самовдосконалення.

Методика визначення батьківського ставлення Г. Я. Варги та В. В. Століна дозволяє аналізувати почуття, стереотипи та стилі взаємодії батьків з дітьми. Вона охоплює аспекти прийняття, кооперації, симбіозу, авторитарної гіперсоціалізації та інфантилізації. Цей інструмент допомагає визначити стиль виховання, який використовують батьки, та його вплив на психологічний розвиток дитини, що є корисним для формування рекомендацій щодо поліпшення сімейних стосунків і підтримки здорового емоційного та психологічного клімату в сім'ї.

Шкала «Прийняття-відкидання» відображає загальне емоційне ставлення до дитини: на одному полюсі батьки приймають дитину такою, якою вона є, поважають її індивідуальність і активно проводять з нею час,

підтримуючи її інтереси. На іншому полюсі може бути роздратування та незадоволення дитиною, що викликає злість і відсутність довіри до неї.

Шкала «Кооперація» характеризує соціально бажаний образ батьківського ставлення, де батьки активно цікавляться життям дитини, цінують її здібності, підтримують ініціативу та проявляють довіру.

Шкала «Симбіоз» визначає міру міжособистісної близькості у стосунках з дитиною. Високі показники свідчать про прагнення батьків до симбіотичних відносин, коли вони вважають дитину невід'ємною частиною себе, задовольняючи всі її потреби й оберігаючи від труднощів. При цьому батьки можуть переживати стрес, коли дитина прагне автономії.

«Авторитарна гіперсоціалізація» показує рівень контролю над дитиною. Високі бали вказують на авторитарний стиль, де батьки вимагають абсолютної слухняності та суворо карають за самовільні дії, контролюючи всі аспекти життя дитини.

Шкала «Маленький невдаха» відображає сприйняття дитини як інфантильної, менш зрілої, ніж її реальний вік. Батьки можуть недооцінювати її інтереси та почуття, бачити її як невдаху, і намагатися захистити від життєвих труднощів, посилюючи контроль над її діями.

Опитувальники "Шкала родинного оточення" Р. Н. Моос та "Аналіз сімейних взаємин" є ефективними інструментами для дослідження сімейного середовища та виховного процесу. Перший опитувальник оцінює соціальний клімат родини через 10 шкал, які охоплюють взаємини між членами родини, особистісний розвиток у родині та управління родинною системою. Другий інструмент, "Аналіз сімейних взаємин", допомагає виявляти дисфункції у вихованні та порушення у структурно-рольових аспектах родинного життя. Він включає 20 шкал, серед яких: «Гіперпротекція», «Гіпопротекція», «Потурання», «Ігнорування потреб підлітка», «Надмірність вимог», «Недостатність обов'язків», «Надмірність вимог-заборон», «Недостатність вимог-заборон», «Надмірність санкцій», «Мінімальність санкцій», «Нестійкість стилю виховання», «Розширення сфери батьківських почуттів»,

«Підтримка дитячих якостей у підлітка», «Виховна непевність батьків», «Фобія втрати дитини», «Нерозвиненість батьківських почуттів», «Проекція небажаних якостей на дитину», «Конфлікти між подружжям у сфері виховання», «Перевага чоловічих якостей», «Перевага жіночих якостей».

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження впливу стилів сімейного виховання на емоційну зрілість особистості підліткового віку

За результатами проведеного дослідження, були отримані наступні показники: високий рівень емоційної зрілості спостерігається у 34,8% респондентів, середній у 25,3%, а низький – у 39,9%. Дані також представлені на рисунку 2.1.

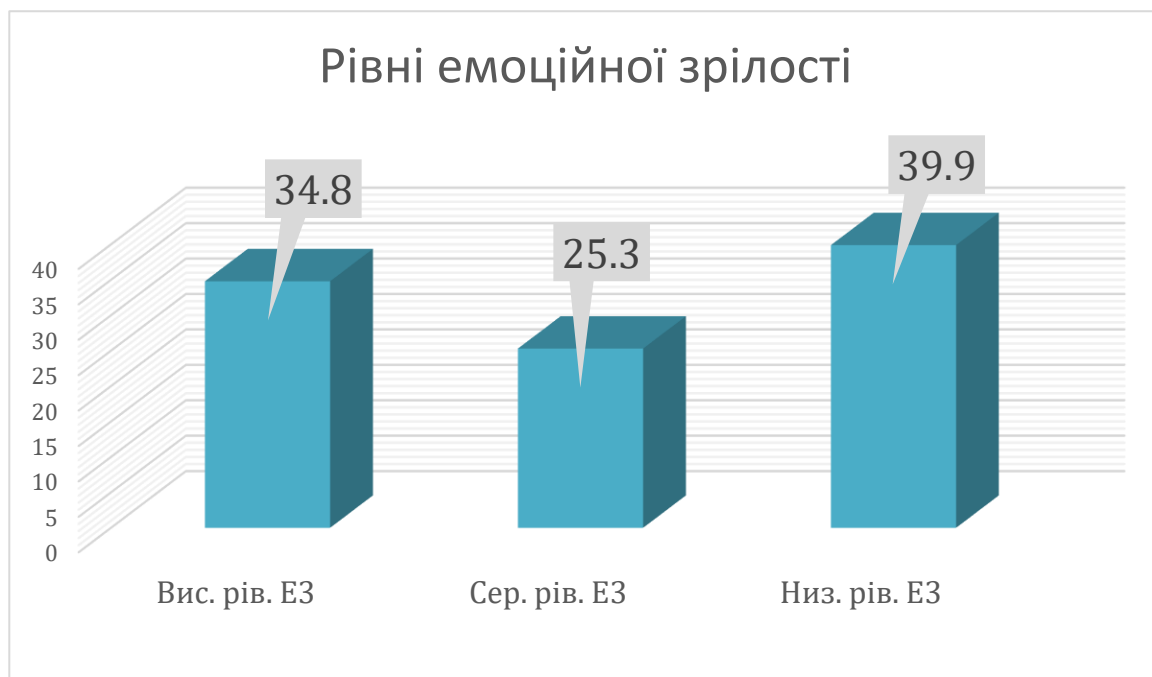


Рис 2.1. Рівні емоційної зрілості

Результати показують, що більшість учасників не досягають найвищого рівня емоційної зрілості, що може відображатися в їхніх реакціях на життєві події, у стосунках з іншими людьми та в тому, як вони керують емоціями.

Надамо детально характеристики для різних рівнів емоційної зрілості:

Високий рівень емоційної зрілості: Самосвідомість: особи, які мають високу емоційну зрілість, мають чітке розуміння своїх почуттів і мотивацій, може глибоко медитувати. Емоційний контроль: дані особи контролюють свої почуття, не піддаючись імпульсивним проявам. Емпатія: високий рівень здатності розуміти почуття інших і співпереживати їм. Міжособистісні відносини: такі особи навчаться будувати здорові відносини, засновані на взаємній повазі і довірі.

Середній рівень емоційної зрілості: Самоаналіз: люди з такою емоційною зрілістю регулярно перевіряють свої емоції, навіть якщо вони не завжди розуміють їх причини. Варіабельність у контролі емоцій: уміння контролювати емоції може бути неузгодженим один з одним, і іноді їх поведінка виявляється неповноцінним. Співчуття та розуміння: проявляють співчуття, але іноді діють непослідовно. Взаємодія з іншими: можуть підтримувати стабільні стосунки, але іноді відсутність емоційного контролю може ускладнити спілкування.

Низький рівень емоційної зрілості: Недостатня самосвідомість: людям з таким типом емоційної зрілості часто важко зрозуміти свої почуття та мотивацію. Імпульсивність: вони емоційно мотивовані, не намагаючись контролювати свої емоції. Низький рівень емпатії: розуміння емоцій інших, що може призвести лише до егоїзму. Проблемні стосунки: важко побудувати та підтримувати здорові стосунки через брак терпіння та відкритості.

Це дослідження дасть їм більш глибоке розуміння емоційної зрілості респондентів і дасть їм додаткові рекомендації щодо того, як розвивати свої емоційні навички.

Емоційна зрілість, досвід, життя, освіта та сумлінність – це потужні якості, які можуть змінюватися в міру вдосконалення.

На рисунку 2.2 показані результати дослідження рівні емоційної зрілості за різними шкалами: найбільш вираженими виявилися такі показники, як

емпатія 31,6%, прийняття власних емоцій 30,5%, а також емоційна саморегуляція 27,2% та емоційна експресивність 28,1%.



Рис 2.2. Шкали емоційної зрілості

Ці показники емоційної компетентності є важливими для розвитку здатності людини до емоційного саморозуміння та управління. Вони допомагають людині визначати джерела емоцій, класифікувати їх, встановлювати зв'язки між словами й емоціями, а також усвідомлювати переходи між емоціями та передбачати їхні наступні прояви. Такий рівень емоційної свідомості сприяє покращенню розуміння емоційних станів і взаємин у сімейному середовищі, що, в свою чергу, підтримує емоційну гармонію та здорові стосунки серед членів родини. Це дозволяє не лише ефективно регулювати власні емоції, а й сприяти розвитку взаєморозуміння та підтримки у близьких стосунках.

На малюнку 2.3 показані результати батьківських відносин – 36,7% респондентів демонструють прийняття, 40,3% – симбіоз, 34,5% – кооперацію, 32,5% – «маленьку невдачу», і 30,2% – авторитарну гіперсоціалізацію.



Рис 2.3. Результати дослідження батьківського ставлення

Це різноманіття стилів виховання відображає відносини батьків зі своїми дітьми, і їх очікування від дітей - наприклад, повага батьків і гордість за розумові і творчі здібності дитини - можуть сприяти їх позитивному розвитку і самовизначенню, але є також батьки, які стурбовані здібностями дитини, що може призвести до конфліктів і страхів. Однак є і група батьків, яка, відчуючи тривогу чи невпевненість у здібностях дитини, переважно дотримується контролюючого стилю, що може породжувати конфлікти і відчуття невпевненості у самої дитини. Дружба та позитивні стосунки формують довіру та підтримку в сім'ї, що сприяє психічному здоров'ю дитини.

У таких сім'ях батьки є диктаторськими соціальними зграями, які вимагають безумовного послуху і покори дитині. У таких ситуаціях батьки очікують, що дитина беззастережно виконуватиме їхні вказівки та візьме на себе повний контроль.

Авторитарна гіперсоціалізація батьків, як стиль виховання, проявляється в строгому контролі та домінуванні батьків над дитиною. У

таких сім'ях батьки намагаються бути абсолютними авторитетами, що вимагають від дитини безумовної слухняності й підкорення. Вони часто очікують негайного виконання своїх вказівок і прагнуть до повного контролю над дією та поведінкою дитини. Цей стиль виховання не передбачає діалогу або врахування думки дитини, що може призводити до розвитку у дитини низької самооцінки, проблем у самовираженні та труднощів у розвитку автономії та емоційної зрілості.

Високі вимоги: Батьки встановлюють значний рівень очікувань та вимагають бездоганного підкорення.

Суворі дисципліна: Регулювання нашої поведінки передбачає суворі правила та суворі покарання за порушення.

Ігнорування емоцій: Дитині не дозволяється висловлювати власну думку, оскільки він бачить у ній непереможну символічну волю батьків.

Недооцінені почуття: ці слова можна ігнорувати або перешкоджати, якщо дитина висловлює почуття або думки, які суперечать точці зору батьків.

Відсутність емоційної підтримки: батьки можуть бути байдужими до почуттів і потреб своєї дитини, що призводить до відсутності довгострокової безпеки.

Таке підхід може призвести до заниження самооцінки дитини, загроз, темпераменту та психологічних проблем. Батькам важливо збалансувати емоційний контроль і підтримувати та сприяти незалежності дитини.

Модель батьківського ставлення "маленький невдаха" характеризується заниженими очікуваннями від дитини та недооцінкою її здібностей. Батьки в такій системі часто бачать свою дитину неуспішною, неспроможною або непристосованою до життя. Це може мати серйозні наслідки для самооцінки дитини, її мотивації та емоційного розвитку. Вона може відчувати себе невдахою, що знижує її здатність до самостійності та прийняття рішень, і може виникати відчуття безнадійності. Відсутність позитивних очікувань та підтримки може призвести до розвитку низької самооцінки, депресивних станів та соціальної ізоляції.

Для здорового розвитку важливо, щоб батьки не тільки підтримували дитину, але й визнавали її досягнення, спонукали до розвитку потенціалу та підвищували її самооцінку. Важливий баланс між вимогами та емоційною підтримкою, а також позитивне сприйняття здібностей і можливостей дитини.

Основні риси батьківського ставлення «маленький невдаха» включають:

Недооцінка здібностей: батьки вважають, що дитина не може досягти успіху, тому що визнає межі здібностей або якостей.

Гіперболізація проблем: недоліки та проблеми дитини сприймаються як серйозні, що може посилити її почуття зневіри.

Надмірна опіка: батьки уникають ситуацій, які можуть підвищити здатність дитини контролювати себе, вживаючи надмірних захисних заходів.

Недовіра та сумніви: Батьки часто сумніваються у здібностях своєї дитини, що може призвести до невпевненості та занепокоєння.

Відсутність емоційної підтримки: дитину не заохочують розвивати свої навички.

Такий підхід може серйозно обмежити потенціал дитини, знизити мотивацію до власного розвитку та змусити її почуватися безпорадною. Батькам важливо підтримувати їх, бути впевненими у своїх силах та сприяти їхньому розвитку.

Рисунок 2.4 відображено результати дослідження мікроклімату родини: 49,8% опитаних вказують на наявність сімейної єдності, де домінують контроль 44,6%, організація сім'ї 42,5%, морально-етичні принципи та орієнтація на досягнення кожного члена сім'ї.

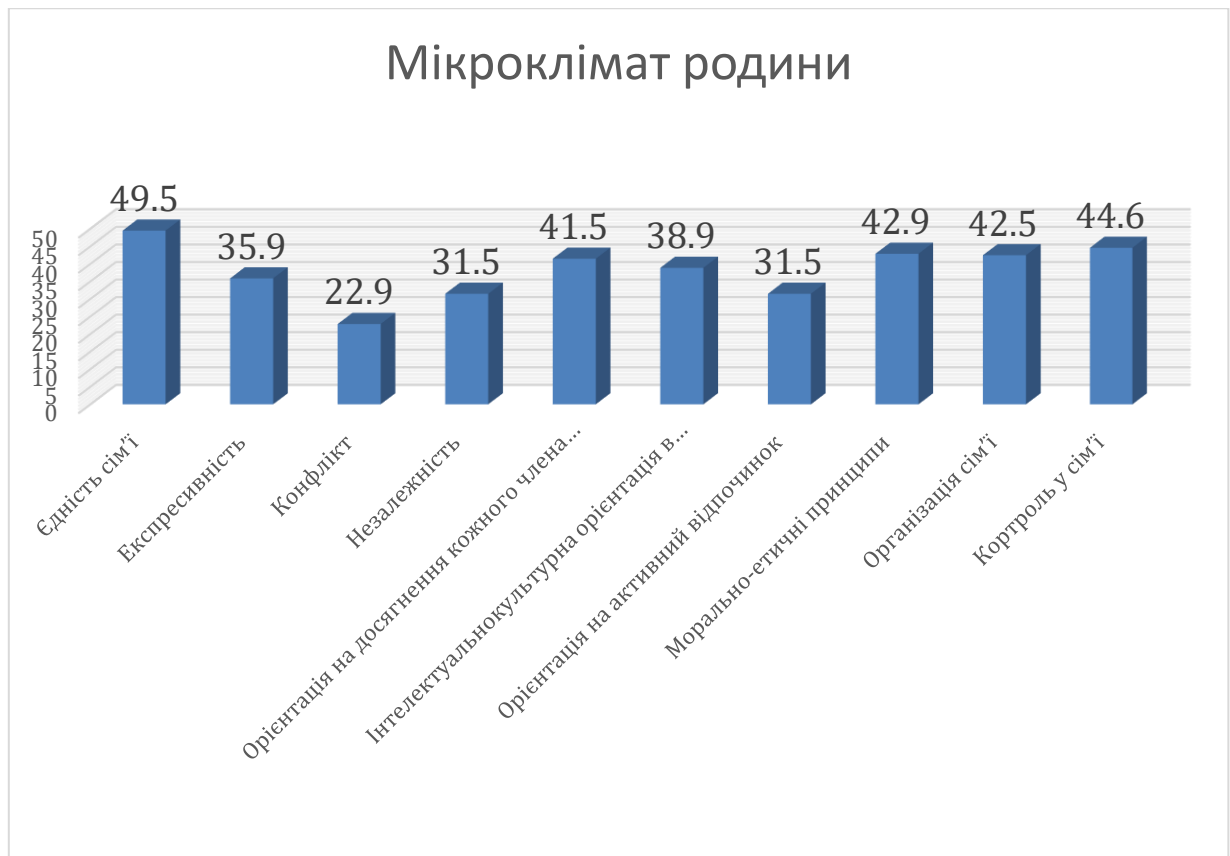


Рис 2.4. Результати дослідження мікроклімату родини

Мікроклімат сім'ї - це унікальне психоемоційне середовище, що визначає характер і глибину її членів. Кожен член сім'ї ґрунтується на щоденному спілкуванні, спільних цінностях та поведінці; Я бачу високий ступінь дисциплінованості і прагнення до успіху у всіх членах сім'ї.

Такі сім'ї, де панує організованість і чітке розподілення ролей, можуть створити сприятливу атмосферу для розвитку відповідальності, взаємопідтримки та взаєморозуміння серед усіх членів родини. Високий рівень контролю з боку батьків у таких сім'ях не є тиранічним, а скоріше виконує роль стабілізуючого чинника, допомагаючи встановити порядок і забезпечити виконання обов'язків. Звичайно, важливо, щоб контроль був помірним і адаптованим до вікових та індивідуальних особливостей дитини, що дозволяє їй відчувати себе вільною, відповідальною та здатною до самостійних рішень у рамках загальних сімейних цілей.

У таких умовах моральні цінності та етичні принципи стають основою для формування у кожного члена родини внутрішньої відповідальності, а також важливості колективних прагнень і дій. Це сприяє розвитку здорової самооцінки, емоційного інтелекту та здатності до співпраці. Важливими є також спільні традиції і ритуали, що створюють почуття єдності та підтримки, а також допомагають розвивати моральні якості, такі як чесність, співчуття, повага та підтримка одне одного.

Успішні сім'ї підтримують один одного і мотивують один одного розвиватися індивідуально і професійно, тим самим зміцнюючи емоційні зв'язки між членами сім'ї.

Побудова позитивної сім'ї багато в чому залежить від гармонії між подружніми парами і старшими членами сім'ї. Важливим аспектом є здатність членів сім'ї пристосовуватися до потреб і потреб інших, приймати індивідуальні відмінності і поважати індивідуальні кордони, такі як взаєморозуміння між батьками і всіма родичами. Це може створити сприятливе середовище, а конфлікти та непорозуміння можуть принести стрес та негативні емоції у повсякденне життя.

Створення здорової сімейної атмосфери, вміння уважно слухати, ділитися емоціями та почуттями інших, поважати особисті кордони кожного члена сім'ї – підхід, який не лише сприяє створенню комфортної атмосфери, а й дозволяє кожному члену сім'ї розвиватися та усвідомлювати свій потенціал у здоровій та підтримуючій системі.

Дослідження сімейних відносин, представлене на рисунку 2.5, демонструє різноманітні показники виховного стилю батьків. Зокрема, гіперпротекція зафіксована у 58,5% респондентів, гіпопротекція у 39,7%, потурання – у 38,4%, ігнорування потреб підлітка – у 59,5%, надмірність вимог – у 35,5%, недостатність обов'язків – у 35,7%, надмірність вимог-заборон – у 58,6%, недостатність вимог – у 39,5%, надмірність санкцій – 58,1%, мінімальність санкцій – у 39,9%. Нестійкість стилю виховання присутня у 38,6% випадків, розширення сфери батьківських почуттів – у 50,3%, підтримка

дитячих якостей – у 40,3%, нерозвиненість батьківських почуттів – у 36,9%, виховна непевність – у 30,2%, фобія втрати дитини – у 28,9%, проекція власних небажаних якостей на дитину – у 26,4%, перевага чоловічих якостей – у 48,6%, жіночих – у 59,4%, винесення подружніх конфліктів у виховну сферу – у 40,2% респондентів.



Рис 2.5. Результати дослідження сімейних взаємин

Такий тип сімейних відносин, де панує диктатура і жорстке виконання вимог, може мати довгостроковий негативний вплив на розвиток дитини. Відсутність простору для самостійності та ініціативи може призвести до зниження самооцінки, проблем у розвитку соціальних навичок і емоційної регуляції. Діти в таких сім'ях можуть відчувати себе нещасними, непотрібними або неуспішними, що може сприяти розвитку тривожності, депресії чи агресивної поведінки.

Якщо сім'я підтримує авторитарний стиль виховання, де батьки фокусуються лише на підкоренні і контролі, не враховуючи індивідуальні потреби дитини, це може створити атмосферу страху та напруги. Діти, що

виховуються в таких умовах, часто не вчаться керувати власними емоціями або ефективно вирішувати конфлікти. Це також обмежує розвиток здатності до співпраці та конструктивної комунікації, оскільки модель взаємодії у родині заснована на підкоренні і пасивності.

Подібний стиль виховання не лише заважає емоційному розвитку дитини, а й створює психологічні бар'єри між батьками та дітьми, що ускладнює створення здорових, довірливих стосунків.

Ще одним видом щита є гіперопіка, оскільки сімейні відносини ґрунтуються на високому рівні захисту. У таких випадках батьки постійно намагаються захистити дитину від проблем, які могли б завадити їй стати самодостатньою та адаптуватися до життєвих викликів, часто тому, що вона ще не готова до статевого дозрівання, прийняття рішень або самостійного вирішення проблем.

У такій обстановці сімейні відносини, засновані на принципі розсудливості, можна охарактеризувати як апатію, при якій батьки і діти не помічають і не покращують розуміння і поліпшення сімейних відносин. Відсутність близькості та емоційної підтримки призводить до емоційного відчуження.

Найприємніше те, що сімейні стосунки ґрунтуються на взаємній підтримці, повазі до особистих кордонів, взаємному слуханні та розумінні. У таких випадках сім'ї вчаться конструктивно реагувати на зміни.

Різні типи виховання передбачають різні методи, які батьки використовують у спілкуванні зі своїми дітьми, кожен з яких може мати різний вплив на розвиток дитини, що може сприяти її поведінці або викликати деякі проблеми.

Високий захист: цей стиль часто описується як надмірний опіка батьками, які хочуть захистити свою дитину від проблем і небезпек. Такі батьки часто не дозволяють дитині проявляти ініціативу, керувати собою або приймати рішення; В результаті дитині може не вистачати почуття власної гідності і впевненості в собі.

Такий правопис часто описують як надмірну опіку батьків, які хочуть захистити свою дитину від проблем і небезпек; Такі батьки часто не дозволяють дитині проявляти ініціативу, керувати собою або приймати рішення; В результаті дитині може не вистачати почуття власної гідності і впевненості в собі.

Винятки: батьки, які вирішують прощати, не встановлюють чітких меж для своєї дитини; Він може робити все, що йому заманеться, без обмежень і наслідків, що може змусити його відчувати себе безвідповідальним, м'яким і недисциплінованим, що ускладнить йому адаптацію до соціальних норм у майбутньому.

Нехтування потребами дитини: цей стиль визначає відсутність інтересу до потреб дитини, що може призвести до почуття нікчемності та відкинутості.

Завищені очікування та очікування батьків можуть сильно тиснути на дитину; У них може бути постійний страх невдач — стресу, занепокоєння та невпевненості в собі — що може підживлювати перфекціонізм дитини або уникати проблем.

Нездатність працювати або допомагати по дому може призвести до незалежності літньої людини та її залежності від оточуючих.

Заборона: Цей правопис включає в себе постійні обмеження і обмеження, які заважають дитині проявляти ініціативу розвитку як людської істоти; Надмірна самовпевненість може перешкоджати природному розвитку дитини та змушувати її відчувати постійний тиск та обмеження.

Застосування: Батьки, які мають низькі очікування від своєї дитини, сприяють розвитку дитини; Відсутність стимуляції та виклику може знизити мотивацію дитини до відвідування, що може призвести до того, що вона стане нерухомою.

Надмірне покарання: Багаторазове покарання дитини за незначні порушення може налякати її, засмутити і відштовхнути від батьків, така дитина часто відчуває занепокоєння і не наважується поділитися своїми

проблемами, що може негативно позначитися на її самооцінці та емоційному благополуччі.

Мале покарання: відсутність покарання та наслідки неналежної поведінки можуть призвести до того, що дитина стане дисциплінованою та дисциплінованою, що може призвести до дисципліни в дитинстві та дорослому віці.

Нестабільне виховання: коли батьки постійно змінюють свої методи виховання, це може змусити їх почуватися розгубленими, відчувати себе невпевнено, і вони можуть не знати, чого очікувати від своїх батьків, послаблюючи їхню впевненість у стабільності сімейних стосунків.

Розширення батьківських почуттів: надмірна емоційна прив'язаність між батьками може зробити дитину залежною від їхньої підтримки, особливо в підлітковому віці, коли розлучення та самоуправління погіршуються.

Збереження звичок і поведінки дитини протягом тривалого часу може перешкодити дорослому зростати, що може вплинути на здатність дитини приймати дорослі рішення та адаптуватися до нових обставин.

Погано розвинені батьківські почуття: коли батькам не вистачає емоційної прихильності, дитина покинута і емоційно спустошена, що може зміцнити довірчі відносини з іншими в міру вашого зростання.

Скептицизм батьків: якщо батьки не впевнені у своєму вихованні, дитина робить те саме. Вона починає сумніватися у своїх діях, що може призвести до сумнівів і страхів у її поведінці.

Страх втратити дитину: страх батьків втратити або мучити свою дитину змушує їх надмірно опікати свою дитину, що може перешкодити дитині формувати здорові стосунки та вирішувати власні проблеми дитини

Іноді батьки ненавмисно намагаються змінити помилки або недоліки своєї дитини, які вони не виправили – це негативно позначається на самооцінці дитини, і вам може здаватися, що вона не відповідає очікуванням батьків.

Всі ці аспекти підкреслюють необхідність збалансованого мислення з урахуванням потреб, здібностей і особливостей дитини. Збалансоване

виховання сприяє формуванню здорової особистості, забезпечує емоційну підтримку та мотивує до самоконтролю, взяття на себе відповідальності та впевненості в собі.

У деяких сім'ях акцентування уваги на чоловічій поведінці – рішучості, впевненості, стійкості та навіть вираженні емоцій – може вплинути на здатність дитини розвивати риси, які не повністю відповідають цим очікуванням, такі як рішучість, впевненість, толерантність і навіть вираження емоцій – що може призвести до емоційної зрілості.

Жіноча перевага: такий підхід у вихованні, коли батьки акцентують увагу на розвитку "жіночих" рис, може створити певну асиметрію в розвитку особистості, особливо якщо ці якості культивуються без належного розвитку інших важливих аспектів. Дійсно, важливим є баланс між емоційною чутливістю і здатністю проявляти рішучість, самостійність і захищати свої межі. Якщо в дитини формується лише одна сторона її особистості (наприклад, емпатія, турботливість, а не ініціативність або впевненість), це може стати бар'єром для її здорового психологічного розвитку та соціальної адаптації.

Важливо, щоб батьки не тільки підтримували розвиток "жіночих" рис характеру, але й забезпечували умови для розвитку лідерських якостей, рішучості, самозахисту та здатності виражати свою точку зору. Без цих аспектів дитина може відчувати труднощі в самовираженні, стикаючись з викликами в соціальному середовищі, де важливі активність, прийняття рішень і здатність захистити себе та свої інтереси.

Таким чином, виховання повинно бути гармонійним, що дозволяє дитині розвивати весь спектр необхідних якостей для здорового функціонування в різних ситуаціях.

Перетворення подружніх конфліктів в освіту: У сім'ях, де подружні конфлікти призводять до відносин з дітьми, процес виховання призводить до напруженості і плутанини; Така обстановка може викликати у дитини відчуття причетності до конфлікту. або у нього може бути негативне ставлення до батьків; Цей метод може призвести до занепокоєння; Також знижується

емоційне благополуччя, що знижує почуття безпеки дитини. Контроль заважає його здатності довіряти і добре пізнавати інших.

Для кращого розуміння факторів сімейного впливу на формування емоційної зрілості нами було проведено факторний аналіз із використанням програмного забезпечення для математичної статистики. Результати факторизації даних подано в таблиці 2.1, де представлені основні компоненти сімейного впливу на розвиток емоційної зрілості, що допомагають зрозуміти, як конкретні виховні практики впливають на формування особистості.

Таблиця 2.1

Характеристики	Високий рівень Е3		Середній рівень Е3		Низький рівень Е3	
	Факто р 1	Факто р 2	Факто р 1	Факто р 2	Факто р 1	Факто р 2
Емоційна експресивність	0,663		0,641			
Емпатія						
Емоційна саморегуляція	0,509	0,597	-0,602			
Рефлексія емоцій				0,658		
Прийняття-відкидання	0,698				-0,634	
Кооперація		0,662	0,629			
Прийняття власних емоцій	0,689					
Симбіоз			0,644			
Маленький невдаха				-0,601		
Авторитарна гіперсоціалізація					0,599	
єдність	0,463	0,551				
організація	0,523					
морально-етичні норми		0,602				
контроль				-0,565		

винесення конфлікту між подружжям в сферу виховання						0,562
орієнтація на активний відпочинок		0,623				
нестійкість стилю виховання		-0,695				
експресивність	0,397					
ігнорування потреб					0,623	
незалежність		0,642	-0,584			
розширення сфери батьківських почуттів		0,573				
орієнтація на досягнення				0,553		
нерозвиненість батьківських почуттів		-0,672				
проекція власних небажаних якостей						0,678
виховна непевність батьків						0,606

Давайте розглянемо один з ключових факторів, що сприяють високій емоційній зрілості дитини – зрілу батьківську згоду, яка забезпечує позитивний фундамент для психічного розвитку.

Теплі емоційні стосунки: зрілі та приймаючі батьки будують довірчі та підтримуючі стосунки зі своєю дитиною, і така емоційна близькість дає дитині відчуття безпеки, що забезпечує основу для стабільного емоційного та особистісного розвитку.

Психологічне прийняття: батьки усиновлюють зрілу дитину, яка має риси та якості, що сприяють здоровій самооцінці та самоповазі та полегшують їй адаптацію до соціальних взаємодій у майбутньому.

Повага до особистості та користі: Такі батьки поважають специфіку, інтереси та здібності дитини та підтримують її час для самовираження – метод, який допомагає дитині реалізувати свій потенціал та зміцнити впевненість у собі.

Право на емоційне вираження: у зрілих, прийнятих сім'ях свобода дитини висловлювати свої почуття без страху бути засудженим або неправильно зрозумілим; Навпаки, батьки не пригнічують свої емоції, навпаки, допомагають їм правильно їх розпізнати, зрозуміти і висловити.

Таким чином, зрілість батьків закладає основу емоційної стабільності та зрілості в дитинстві, що позитивно впливає на розвиток та впевненість у собі особистості.

Фактор 2 отримав назву «Зріле ставлення батьків», фактор має 38,6% від загальної дисперсії і відображає емоційно-позитивне навантаження дитячобатьківських стосунків. Цей фактор підкреслює роль батьків у створенні емоційно здорових і стабільних відносин з дитиною. Він вказує на важливість їхньої спільної спрямованості та взаєморозуміння в процесі виховання. Ці батьки демонструють емоційну зрілість та вміння підтримувати позитивний психологічний клімат в сім'ї. Вони створюють атмосферу взаємоповаги та співпраці, що сприяє розвитку високого рівня емоційної зрілості у дитини. Ключовими характеристиками цього фактора є єдність батьківських позицій, гнучкість та взаємоповага у взаємодії з дитиною. Таке ставлення сприяє формуванню у дитини впевненості у собі та здатності ефективно взаємодіяти з оточуючими.

Розглянемо фактори впливу на формування середнього рівня емоційної зрілості.

Фактор 1 має назву «Відсутність відділення від батьків», має інформативність 33,3% та демонструє родинну констеляцію симбіозу та дифузії меж сімейної структури.

Такі сімейні стосунки можуть мати негативний вплив на емоційний розвиток дитини, призводячи до надмірної довіри та тісного зв'язку між

членами сім'ї, що заважає дитині розвивати здоровий емоційний самоконтроль.

Коли члени сім'ї приймають багато рішень, дитині важко впізнавати, виражати і контролювати свої почуття, дитині може не вистачати впевненості в собі і самостійності, що може вплинути на емоційне самовизначення батьків.

Коли дитина росте в такому середовищі, вона може хотіти бути відокремленою від батьків, що свідчить про те, що сильні емоційні реакції важко контролювати, що є перешкодою для здатності дитини розпізнавати, медитувати та керувати своїми почуттями.

Як наслідок, близькість із сім'єю може впливати на здоровий емоційний контроль та розвиток дитини, збалансоване співвідношення між самостійним підходом та ходьбою для створення емоційної атмосфери.

Фактор 2: «Прийняття дитини» має загальну різницю 15,09%. Одними з найтепліших і найбільш підтримуючих відносин, які батьки дарують своїй дитині, є тепло і підтримка, які батьки дають своїй дитині. Вони створюють довірчу і безпечну обстановку для вираження почуттів, що дозволяє прийняти і зрозуміти дитину. Батьків, які приймають і розуміють своїх дітей, вчать більш широкому світогляду, відсутності контролю і зайвих вимог, які дозволяють дитині розвинути брак емпатії, набратися досвіду і проявити свій потенціал. Такий підхід до виховання, орієнтований на емоційну підтримку, справді сприяє розвитку у дитини важливих якостей, таких як емоційна самосвідомість, емпатія та вміння будувати здорові стосунки з оточенням. Коли батьки приймають та розуміють емоції дитини, вони створюють безпечне середовище, в якому дитина може вільно виявляти свої почуття, не боячись осуду чи непорозуміння. Це не лише допомагає дитині краще розуміти свої емоції, але й вчить її розпізнавати емоції інших людей, що є основою для розвитку соціальної компетентності та успішної взаємодії з іншими.

Відсутність надмірного контролю дозволяє дитині самостійно приймати рішення та вчитися на власному досвіді, що розвиває її здатність до

саморегуляції та відповідальності за свої вчинки. Крім того, такий підхід сприяє розвитку індивідуальності, дозволяючи дитині виражати свої думки, погляди та почуття без страху бути неприємно сприйнятою. Це дає дитині впевненість у своїх силах і формує здорову самооцінку, що є важливим аспектом психоемоційного благополуччя та успішної адаптації в соціумі.

Тому ставлення батьків, засноване на «прийнятті і розумінні», сприяє емоційному розвитку дитини, самооцінці і загальному розумінню сімейних відносин.

Розглянемо фактори впливу на формування низького рівня емоційної зрілості. Фактор 1 отримав назву «Авторитарність та не прийняття дитини», має інформативне навантаження 32,8% від загальної дисперсії.

Сумніви в тому, що до дитини будуть ставитися як до «маленького невдахи» – неприпустиме ставлення з боку батьків навіть при народженні дитинства, що може мати серйозні наслідки для емоційного розвитку дитини. Недовіра до дитини, негативне ставлення до неї можуть призвести до безпеки і неповноцінних якостей. Вони намагаються контролювати аспекти свого життя, але це також може обмежити здатність дитини вільно думати про свої почуття та почуття. Не маючи можливості вільно висловлювати свої почуття і думки, вони можуть втратити здатність вивчати і розуміти власну особистість; В результаті такі батьківські відносини можуть створити негативну емоційну атмосферу в сім'ї; емоційний самоконтроль і самосвідомість.

Дійсно, сумніви в потенціалі дитини та її здатності до розвитку можуть мати серйозні наслідки для її емоційного та психологічного благополуччя. Коли батьки ставляться до дитини як до "маленького невдахи" або сумніваються в її здібностях, це створює атмосферу постійної невпевненості та тривоги. Така негативна оцінка може призвести до того, що дитина почне сумніватися в собі, не вірити в свої можливості та формувати низьку самооцінку.

Негативне ставлення батьків до дитини, особливо в її ранньому віці, має руйнівний вплив на розвиток її емоційної сфери. Коли дитина не отримує

підтримки та позитивного відображення її дій з боку батьків, це може призвести до емоційної ізоляції та відчуття непотрібності. Відсутність емоційної підтримки або, ще гірше, критика на кожному кроці, створює умови для формування емоційної незрілості, що може позначитись на здатності дитини будувати здорові стосунки в майбутньому та адаптуватися до соціуму.

У таких випадках важливо, щоб батьки змінили своє ставлення до дитини, ставилися до неї з любов'ю, прийняттям і підтримкою, допомагаючи їй розвивати впевненість у собі та вірити в свої сили. Тільки так дитина може почуватися безпечною і отримати необхідні емоційні ресурси для успішного розвитку.

Фактор 2 Цей фактор називається «Відсутність виховання» і становить 23,09% від загальної різниці; Невпевненість батьків у школі, тобто подружні конфлікти, коли вони вважають, що в їхній дитині присутні власні незахищені риси, змушують їх іти до школи. У таких випадках батьківська емпатія не зовсім висока, тому що батьки мають емоційний зв'язок зі своєю дитиною, а батьки не мають співчуття до своєї дитини, а це не одна й та сама здатність у їхньої дитини. Крім того, діти постійно втягнуті в конфлікти батьків, але не можуть висловити те, що відчують до них. Такий тип виховання, характеризуючись виховною непевністю батьків та емоційною неузгодженістю, дійсно може мати серйозний негативний вплив на емоційний розвиток дитини. Коли батьки не можуть дати чітких емоційних орієнтирів, або проєктують свої проблеми та небажані риси на дитину, це порушує емоційну стабільність та викликає у дитини плутанину щодо її власних почуттів. Відсутність емоційної підтримки та емпатії з боку батьків не дозволяє дитині вчитися правильно реагувати на власні емоції та емоції інших.

Конфлікти між подружжям, які переносяться на виховання, можуть створювати в дитині відчуття безвиході та тривоги, адже вона не здатна впливати на ситуацію, але постійно знаходиться в її центрі. Дитина не має можливості виразити свої переживання з цього приводу, що може призвести до пригнічення емоцій, проблем з самооцінкою, а також до розвитку емоційної

незрілості. Крім того, відсутність конструктивної емоційної комунікації у родині може позначитись на здатності дитини формувати здорові соціальні зв'язки в майбутньому, адже вона не отримує від батьків навичок правильного вираження і розпізнавання емоцій, що є важливим для побудови емоційно зрілих відносин з іншими людьми.

Як бачимо, на індивіда, у якого в підлітковому віці розвивається емоційна зрілість, сильно впливають сімейні зв'язки, мікроскопічні явища і батьківські відносини.

ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ

1. Отримані результати дослідження свідчать про значний вплив сімейного середовища на формування рівня емоційної зрілості у підлітків. Виявлено, що низький рівень емоційної зрілості у більшості досліджуваних підлітків можна пояснити впливом різних факторів сімейного виховання, таких як стиль батьківської поведінки, емоційна підтримка, а також наявність чи відсутність єдності в підходах до виховання. Одним із важливих чинників, що сприяє розвитку емоційної зрілості, є зріле прийняття з боку батьків, яке вказує на теплі та підтримуючі емоційні стосунки в сім'ї. Підлітки, які відчують увагу, розуміння та підтримку з боку батьків, розвивають високий рівень емпатії, здатність до емоційної саморегуляції та ефективного спілкування. Такі підлітки зазвичай вміють контролювати свої емоції, знаходять конструктивні способи вираження почуттів і мають високий рівень емоційної стабільності.

2. Фактор зрілого ставлення батьків передбачає наявність єдності та взаєморозуміння між членами сім'ї. Коли батьки діють узгоджено, як єдина команда, це створює безпечне середовище для дитини, де вона може вільно розвивати свою індивідуальність та самостійність. Узгоджені підходи до виховання сприяють розвитку відповідальності, впевненості в собі та

здатності приймати самостійні рішення. Таке середовище стимулює підлітків до формування високого рівня емоційної зрілості, яка проявляється у зрілому підході до міжособистісних взаємин. На противагу цьому, фактори, які впливають на середній та низький рівні емоційної зрілості, такі як відсутність відділення від батьків та авторитарність і неприйняття дитини, чинять негативний вплив на розвиток емоційної сфери підлітків. Відсутність відділення від батьків означає надмірну опіку, коли батьки не дають дитині можливості розвивати свою автономію та самостійність. Це може пригнічувати індивідуальність дитини, знижувати рівень її самооцінки та емоційної саморегуляції, що ускладнює її адаптацію у соціальному середовищі.

3. Авторитарність та неприйняття дитини з боку батьків часто супроводжуються надмірним контролем, жорсткими вимогами та відсутністю емпатії. Таке ставлення формує у підлітка відчуття недооцінки, тривоги та хронічного стресу, що може призвести до емоційної нестабільності та труднощів у спілкуванні. В таких умовах підлітки, як правило, демонструють знижений рівень емпатії, обмежені можливості для самовираження, а також схильність до агресивної або пасивної поведінки.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що підтримка, прийняття та єдність у сімейному середовищі є ключовими факторами для формування високого рівня емоційної зрілості у підлітків. Це підкреслює важливість побудови гармонійних, емпатійних та взаємопідтримуючих стосунків між батьками і дітьми. Створення позитивного емоційного клімату в сім'ї дозволяє підліткам розвивати здорову емоційну сферу, покращує їх здатність до самоконтролю, емоційної стабільності та успішної адаптації в соціумі.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз наукових робіт, присвячених впливу стилів сімейного виховання на емоційну зрілість, показує, що саме сімейне оточення є ключовим фактором, що визначає емоційний розвиток дитини та підлітка. У психології виділяють кілька основних стилів сімейного виховання, таких як домінантна гіперпротекція, потурання гіперпротекції, емоційне відкидання, підвищена моральна відповідальність, жорстке поводження та гіпопротекція. Кожен із цих стилів характеризується унікальними емоційними, когнітивними та поведінковими компонентами, що впливають на формування емоційної зрілості. Наприклад, домінантна гіперпротекція та потурання гіперпротекції можуть призвести до формування залежної поведінки у підлітків, що ускладнює розвиток емоційної самостійності та саморегуляції. Натомість стиль виховання, що включає емоційне прийняття та підтримку, сприяє формуванню високого рівня емоційного інтелекту, розвиненої емпатії та здатності до ефективної взаємодії з іншими людьми. Емоційне відкидання та жорстке поводження з боку батьків, у свою чергу, часто призводять до формування емоційної нестабільності, підвищеної тривожності та труднощів у побудові міжособистісних стосунків, що вказує на важливість позитивної емоційної складової в процесі виховання для забезпечення здорового емоційного розвитку. Отже, можна зробити висновок, що стиль виховання, що базується на прийнятті дитини, сприяє розвитку емоційної зрілості, тоді як емоційне відкидання може негативно вплинути на формування ключових компонентів емоційної компетентності.

2. Теоретичний аналіз проблеми емоційної зрілості та впливу стилів сімейного виховання на її формування свідчить про необхідність глибшого дослідження концептуальних аспектів цієї категорії. У сучасній психології існує множинність визначень зрілості, а категорія емоційної зрілості розглядається як один із аспектів особистісної зрілості, що включає самосвідомість, здатність до емоційної саморегуляції, емпатію та соціальні

навички. Проте, відсутність чіткої теоретичної моделі емоційної зрілості та відповідного психодіагностичного інструментарію створює труднощі у дослідженні цього феномену. Важливим аспектом у формуванні емоційної зрілості є емоційний компонент сімейного виховання. Позитивне емоційне прийняття дитини у сімейній середовищі сприяє розвитку стабільної самооцінки, адекватної реакції на стресові ситуації та високого рівня емоційного інтелекту. Негативні стилі виховання, такі як емоційне відкидання або жорстоке поведіння, можуть призводити до виникнення емоційної незрілості, яка виявляється у низькому рівні саморегуляції, труднощі у спілкуванні та підвищеній схильності до емоційних зривів. Таким чином, емоційна зрілість є ключовим фактором успішної соціальної адаптації та гармонійного розвитку особистості. Це підкреслює важливість розробки моделей емоційної зрілості та інтервенційних програм, які б ураховували як емоційний контекст сімейного виховання, так і індивідуальні особливості підлітка, що дозволить ефективніше проводити психодіагностику та психокорекцію.

3. На основі аналізу літератури та доступних методик для дослідження емоційної зрілості та стилів сімейного виховання можна зробити висновок, що оптимальний вибір інструментарію включає використання комплексного підходу. З огляду на концептуальну розмитість поняття емоційної зрілості та відсутність єдиної теоретичної моделі, використання опитувальника емоційної зрілості М.А. Півня дозволив отримати комплексну оцінку ключових компонентів емоційного розвитку: емоційної рефлексії, здатності до саморегуляції, емпатії, емоційної експресивності та прийняття власних емоцій. Цей метод дав можливість не лише кількісно виміряти рівень емоційної зрілості, але й якісно аналізувати сильні та слабкі сторони емоційного розвитку респондентів. Важливим доповненням є можливість окреслити напрями для подальшого самодосконалення, що є особливо актуальним у межах психотерапевтичної практики.

Для діагностики стилів сімейного виховання було використано методику визначення батьківського ставлення (Г. Я. Варги та В. В. Століна), яка дозволила вивчити основні аспекти взаємодії між батьками та їх дітьми, такі як прийняття, кооперація, симбіоз, авторитарність та інфантилізація. Цей інструмент допомагає визначити домінуючий стиль виховання, а також аналізувати стереотипи та емоційне ставлення батьків до дитини. Наприклад, шкали «Прийняття-відкидання» та «Кооперація» дозволили оцінити емоційний клімат у батьківщині та його вплив на психологічний розвиток підлітка. Це важливо, адже сімейна среда є одним із найважливіших факторів, що визначають розвиток емоційної зрілості. Доповнення дослідження такими інструментами, як «Шкала родового оточення» Р. Н. Моос та «Аналіз сімейних взаємин», дало можливість глибше дослідити соціальний клімат родини, структуру взаємодії між членами сім'ї, а також виявити дисфункціональні аспекти виховання. Використання цих методик у комплексі дало змогу отримати цілісну картину впливу сімейного оточення на формування емоційної зрілості.

4. Емпіричне дослідження впливу стилів сімейного виховання на формування емоційної зрілості особистості дозволило виявити істотні взаємозв'язки між батьківськими підходами до виховання та рівнем емоційної зрілості підлітків. Отримані результати підтвердили гіпотезу про те, що підтримуючий та приймаючий стиль виховання, що характеризується високими показниками за шкалою «Кооперація», сприяє розвитку таких важливих якостей, як емпатія, емоційна саморегуляція та здатність до конструктивної взаємодії з оточуючими. Підлітки, які відчують підтримку та розуміння з боку батьків, демонструють вищий рівень емоційної зрілості, що виявляється у стабільній самооцінці, здатності ефективно вирішувати конфлікти та будувати здорові міжособистісні стосунки. Такі діти легше адаптуються до соціальної середовища, виявляють більшу впевненість у своїх можливостях та мають вищий рівень емоційного інтелекту.

Негативний вплив на формування емоційної зрілості мали стилі виховання, що базуються на авторитарній гіперсоціалізації, інфантилізації та емоційному відкиданні. Дослідження показало, що підлітки, які виростили в умовах надмірного контролю, емоційної відстороненості або знецінення, демонструють низький рівень емоційної зрілості. Це проявляється у підвищеній тривожності, нестабільності емоційних реакцій, труднощах у саморегуляції та низькому рівні емпатії. Зокрема, фактор «Відсутність відділення від батьків» пригнічує розвиток самостійності та автономії підлітка, а надмірний контроль з боку батьків створює психологічний дискомфорт, що може призводити до виникнення стресу та проблем у взаємодії з однолітками. Також стилі виховання, що характеризуються емоційним відкиданням або інфантилізацією, призводять до того, що підліток відчуває себе невпевненою, недооціненою та стає схильною до залежних відносин.

Отже, отримані дані підкреслюють важливість гармонійної сімейної середовища для успішного формування емоційної зрілості підлітка. Важливо, щоб батьки не лише приймали та підтримували дитину, а й надавали їй можливість виявляти автономію, стимулюючи розвиток самостійності та індивідуальності. Це може стати основою для розробки психокорекційних програм, спрямованих на покращення якості сімейних взаємин та формування здорового емоційного клімату в родині.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Барінова Н. В. Вплив ставлення батька на структуру маскулінності / фемінінності в дівчат-підлітків з повних родин. *Наук. зап. Харк. ун-ту Повітр. Сил ім. І. Кожедуба. Серія «Соціологія. Філософія. Психологія»*. 2005. № 3. С. 212-217.
2. Барінова Н. В. Психологічні особливості відношення батька як чинник формування статевої ролі «Я»- концепції у дівчат-підлітків : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» Харк. нац. ун-т імені В. Н. Каразіна. Х., 2006. 20 с.
3. Бикова С. В. Специфіка схильності до ризику у осіб з різною емоційною диспозицією *Scientific research and their practical application. Modern state and ways of development*. 2013. Т. 23. Вип. 3. С. 24
4. Берегова Н., Максимчук К. Вплив ранньої сепарації на становлення особистості. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія «Психологічні науки»*. 2020. Т. 12. № 1. С. 21–32.
5. Біда С. О. Базові емоції: поняття та види. *Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2012 Вип. 16. С. 35 – 46.*
6. Бабчук О. Г. Толерантність в особистісному вимірі. *Наука і освіта : наук.-практ. журнал*. 2012. № 6. С. 17-22.
7. Вавілова А.С. Вплив стилів батьківського виховання на рівень тривожності молодших школярів. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*, Том 32 (71) № 2 2021. С.123-127.
8. Вальдамірова О. П. Емоційна сфера дошкільника та її корекція. *Освіта Донбасу*. 2003. № 4. С. 61 – 66.
9. Волженцева І. В. Аналіз теоретико-емпіричних досліджень структури психологічних механізмів емоційної регуляції. *Проблеми загальної та*

- педагогічної психології: зб. наук. праць інституту ім. Г. С. Костюка НАПН України.* Київ, 2010. Т.12. Частина 7. С. 84 – 91.
10. Власова О.І. Педагогічна психологія: Навч. посібник. Київ: Либідь, 2005. 400 с
11. Галян І. Психодіагностика: навч.-метод. посіб. Дрогобич: «Вимір», 2006. 272с.
12. Гапоненко Л. О. Когнітивна модель соціально зрілої особистості студента-психолога. *Особистісна зрілість як проблема сучасної психології* : колективна монографія / кол. авт. ; наук. ред. З. М. Мірошник. Кривий Ріг, 2019. Том 1. С. 116-131.
13. Городяненко В.Г. Соціологія. Підручник для студентів вищих навчальних закладів. Київ: Академія, 2002. 560 с.
14. Груша Л. О. Формування емоційної культури дитини як актуальна проблема початкової освіти. *Управління в освіті: тези доповідей IV Міжнародної науково-практичної конференції*. Львів: Вид-во ДЦМОНУ, 2009. С. 68
15. Гендерні дослідження: прикладні аспекти: монографія / за наук. ред. В. П. Кравця. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2013. 448 с.
16. Денисенко Ю. Фактори формування особистісної ідентичності в сучасній сім'ї. Соціальна психологія. 2008. № 2. С. 124-131.
17. Дзюбенко О. Гендерні відмінності в уявленнях про сімейне життя у студентів із повних та розлучених родин. *Наука і освіта*. 2018. № 3. С. 92–98
18. Дороніна Т. О. Гендерна чутливість. Енциклопедія прав людини: соціальнопедагогічний аспект. Житомир: Волинь. 2014. С. 142–145.
19. Дмитріюк Н. С. Вплив емоцій на формування та становлення особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2010. Вип. 8. С. 261 – 271.
20. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс: навч. посіб. Київ: ЦУЛ, 2018. 388 с.

21. Жидко М.Є. Особистісні чинники формування відносин подружньої співзалежності у чоловіків: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01/ *Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна*. Харків, 2006. 19 с.
21. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я персоналу організацій в умовах війни: основні вияви і ресурси. *Вчені записки Університету «Крок»*. 2022. № 3 (67). С. 124 – 133.
22. Карамушка Л. М. Психологічні тренінги для підготовки менеджерів та персоналу освітніх організацій (реалізація технологічного підходу) : навч. посібник. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 144 с.
23. Карпенко Є. Емоційний інтелект у дискурсі життєздійснення особистості: монографія. Дрогобич : Посвіт, 2020. 436 с.
24. Кайоткіна Т. Розвиток емоційної сфери дітей: тематика занять із дітьми середньої групи./ *Психолог дошкілля*. 2014. № 8. С. 26 – 30
25. Коврига Н. В. Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Дніпропетровський національний ун-т. Дніпропетровськ, 2003. 20 с.
26. Корчова Г. Л. Роль сім'ї у формуванні сексуальної культури старшокласників. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 3. С. 17-20.
27. Кочарян О.С. Емоційна зрілість особистості: дослідження феномену. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського: збірник наукових праць* / за ред. С.Д. Максименка, Н.О. Євдокимової. Т.2. Вип. 9. Миколаїв: МНУ імені В.О. Сухомлинського, 2012. С.140-144.
28. Кириленко Т. С. Давискиба І. П. Емоційні переживання в процесі самореалізації особистості. *Наука і освіта: наук.-практ. журн. Півд. наук. Центру АПН України*. 2010. № 9. С. 71 – 74.

29. Кравців В., Тавровецька Н. Уявлення молоді про феномен любові залежно від рівня розвитку духовності. *Інсайт: психологічні виміри суспільства* : науковий журнал. 2019. № 1. С. 33–40
30. Крутікова О. О. Стосунки з матір'ю як чинник конститування жіночої ідентичності : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 "Загальна психологія, історія психології" Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського. Одеса, 2010. 20 с
31. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції. Суми: ВТД «Університетська книга», 2006. 384 с.
32. Кузікова С. Б. Основи психокорекції: навч. посіб К.: Академвидав, 2012. 320 с.
33. Кутішенко В. Феномен міжстатевої любові в контексті духовної парадигми психології. *Педагогічний процес: теорія і практика*. 2016. № 3. С. 17–22.
34. Кириленко Т. С. Давискиба І. П. Емоційні переживання в процесі самореалізації особистості. *Наука і освіта: наук.-практ. журн. Півд. наук. Центру АПН України*. 2010. № 9. С. 71 – 74.
35. Літвінова О. Проблема впливу батьків на процес психологічної сепарації в юнацькому віці. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2018. Т. 2. № 3. С. 144–150.
36. Льошенко О. А. Психологічні чинники емоційної компетентності осіб з різним рівнем самоактуалізації: автореф. дис. ... канд. психол. наук Київ, 2013 . 19 с.
37. Лящ О.П. Фактори розвитку емоційного інтелекту в сучасних підлітків. *Збірник наукових праць «Психологічні перспективи»*. Випуск 12. Луцьк, 2008. С. 49 – 59.
38. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості. Київ : Видавництво ТОВ «КММ», 2006. 240 с
39. Максименко С. Д. Психологічні механізми зародження особистості. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету ім. І. Огієнка, Інституту психології ім. Г. С.

- Костюка АПН України. Вип. 9. Кам'янець-Поліський: Аксіома, 2010. С. 3-18.
40. Максименко С. Д. Структура особистості *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 1 (94). С. 1 – 13.
41. Максимова Н. Ю. Основи дитячої патопсихології: Навчальний посібник / Н. Ю. Максимова, К. Л. Мілютіна, В. М. Піскун. К.: Перун, 1996. 464 с.
42. Матійків І. М. Тренінг емоційної компетентності: навч.-метод. посібник К.: Педагогічна думка, 2012. 112 с.
43. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: [Монографія] К.: Вища шк., 2003. 126 с.
44. Носенко Е. Л. Форми відображеної оцінки емоційної стійкості та емоційної розумності людини: монографія Д.: Інновація, 2011. 178 с.
45. Олейник Н., Бабатіна С. Феномен любові в уявленнях чоловіків та жінок. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2020. Т. 31(70). Вип 4. С. 51–57.
46. Павлова І. Г. Становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Одеса, 2005. 19 с.
47. Папуша В. Суб'єктність як фактор психологічної сепарації особистості. *Вісник післядипломної освіти. Серія «Соціальні та поведінкові науки»*. 2020. № 41. С. 81–97.
48. Рєпнова Т.П. Тренінг емоційної зрілості. Профілактика конфліктної поведінки молодших підлітків. Одеса, 2003. 64 с.
49. Савчин М.В. Психологія відповідальної поведінки. Київ: УкраїнаВіта, 1996. 130 с.
50. Сергєєва І. В. Емоційна регуляція діяльності на різних рівнях активності людини *Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. пр. Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України* / За ред. С. Д. Максименка. 2002. Т.4. Ч.3. С. 241 – 245.
51. Соціальна педагогіка: Навчальний посібник / Капська А.Й., Міщик Л.І. Зайцева З.І. Київ: ІЗМН, 2000. 264 с.

52. Такйун Ч. Д. Індивідуально-психологічні та гендерні особливості підлітків, які хворі на атропічний дерматит: автореф. дис. ... канд. психол. наук Х., 2016 . 19 с.
53. Такмакова М. Ю. Аналітичний огляд стилів прихильності та їх порушень у ранньому дитинстві *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: «Психологія»*. 2013. Вип. 52. № 1065. С. 153 – 155.
54. Тищенко С.П. Рефлексія як механізм розвитку структур самосвідомості в ранньому онтогенезі. *Психологія самосвідомості: історія, сучасний стан та перспектива дослідження*. Київ: Любіть Україну, 1999. С. 84-86.
55. Уніат. Н. Феномен соціально-психологічної зрілості особистості в психологічній науці // *Соціальна психологія*. 2010. № 2. С. 67 – 77.
56. Хавула Р. Психологічний аналіз ціннісних орієнтирів у юнацькому віці. *Збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка*. 2012. № 1. С. 231–237.
57. Хомуленко Т. Б. Вплив батьківського відношення на особливості пізнавального інтересу молодших школярів. *Вісник ХНПУ. Серія «Психологія»*, 2007. № 28. С. 172-179.
58. Чхайдзе А., Цілінко І. Особливості прояву любові в осіб з різними типами акцентуацій. *Психологічний журнал*. 2019. № 3(23). С. 26–41.
59. Шевченко Н., Зайченко Л. Уявлення про любов в юнацькому віці: теоретичний аналіз проблеми. *Modern aspects of science and practice : the XI International Science Conference*, November 30 – December 03, 2021, Melbourne, Australia. P. 504–506.
60. Широка А. Адаптація методики психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці. *Практична психологія та соціальна робота*. 2008. № 10. С. 45–52.
61. Штепа О.С. Пропріум зрілої особистості. *Практична психологія та соціальна робота*. 2004. №2. С.26-35.

62. Яковенко О. К. Особливості впливу батьківської родини на психосексуальний розвиток особистості дівчат. дис.канд.психол.н. 19.00.07-педагогічна та вікова психологія. Харків, 2011. 238 с.
63. Ackerman N.W. The Strength of Family Therapy: Selected papers / Eds. D. Bloch, R. Simon; Ackerman Institute for Family Therapy. N.Y.: Brunner / Mazel, publishers, 1982. –Ch. 18: The Family as a Social and Emotional Unit. P. 158 –163.
64. Baumrind D., Parenting styles and adolescent development. In R.M. Lerner, A.C. Petersen, & J. Brooks Gunn (Eds.) Encyclopedia of adolescence. New York: Garland, 1991.
65. Bar-On R. Emotional intelligence: An integral part of positive psychology. South African Journal of Psychology. 2010. № 40(1). P. 54 – 62
66. Bar-On R., Parker J. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. Handbook of emotional intelligence. San Francisco : JosseyBass, 2000. P. 363 – 388.
67. Belsky, J., Fish M., Izabella R. Continuity and discontinuity in infant negative and positive emotionality: Family antecedents and attachment consequence // Development Psychology. 1991. Vol. 27. P. 421 – 431.
68. Belsky, J., Lerner R.M., Spanier G.B. The child in the family. Reading, MA: Addison – Wesley. 1984.
- .. Bronfenbrenner U. The ecology of human development.- L. Harvard Univ. Press. 1979. 330 p.
69. Buss A.H., Plomin R.A. Temperament: Early developing personality traits. Hillsdale, NJ: Erlbaum. 1984.
70. Cattell R.B., Eber H.W., Tatsuoka M.M. Handbook for the Sixteen Personality Factor Questionnaire. Illinois: Campaign, 1970
71. Caruso D. R., Salovey P. The Emotionally Intelligent Manager: How to Develop and Use the Four Key Emotional Skills of Leadership. 2004. 320 p
72. Exploring the relationships between trait emotional intelligence and objective socio-emotional outcomes in childhood / S. Mavroveli, K.V. Petrides, Y. Sangareau, A. Furnham // British Journal of Educational Psychology. 2009. №79. P. 259–272.

73. Lazarus R. S., Lazarus B. N. Passion and Reason: making sense of our emotion. N. Y.: Oxford University press. 1996. 321 p.
74. Maccoby E.E, Jacklin C.N. Gender segregation in childhood // H.W. Riss (Ed.), Advances in child development and behavior. 1987. Vol. 20. Orlando, FL: Academic Press. P. 239 – 288.
75. Maccoby E.E., Martin J.A. Socialization in the context of the family: Parent – child interaction // E.M. Hetherington (Ed.), Handbook of child psychology: Socialization, personality, and social development. 1983.Vol. 4 New York: Willey. P. 1 - 102.
76. Ruch W. Assessment of appreciation of humor / In Spilberg C. and Butner J. Advances in personality assessment. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates. P. 27 – 75.
77. Scarr S., McCartney K. How People Make Their Own Environments: A Theory of Genotype – Environments Effects // Child Devel. 1983. Vol. 54. P. 424 – 435.
78. Scarr S. Developmental Theories for the 1990s: Development and Individual Differences // Child Devel. 1992. Vol. 63. P. 1 – 19.