

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

Допущено до захисту

Завідувач кафедри
д. психол. н., професор, Асєєва Ю.О.

(підпис)

«____» _____ 2025 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: **«ПСИХОЛОГІЧНИЙ КЛІМАТ СІМ'Ї ЯК ЧИННИК
ФОРМУВАННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ ПІДЛІТКІВ»**

Виконавець:

здобувач 6 курсу 12 групи
факультету ЦЗФН

_____ Бабенко Олена Олександрівна
/підпис/

Науковий керівник

Старший викладач кафедри МППП
кандидат психологічних наук

_____ Яцишина Анастасія Миколаївна
/підпис/

Одеса 2025

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТИ СІМ'Ї ЯК ЧИННИКА Я-КОНЦЕПЦІЇ ПІДЛІТКА.....	9
1.1.Визначення і основні компоненти психологічного клімату в сім'ї. Стили батьківського виховання.....	9
1.2.Основні визначення та складники Я-концепції. Етапи й особливості формування Я-концепції у підлітковому віці.....	17
Висновки до першого розділу	23
РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ВПЛИВУ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТИ СІМ'Ї ЯК ЧИННИКА Я-КОНЦЕПЦІЇ ПІДЛІТКА.....	34
2.1.Методологічний підхід до вивчення психологічного клімату сім'ї як чинника я-концепції підлітка.....	34
2.2. Організація та методи емпіричного дослідження психолого-педагогічних чинників психологічного клімату сім'ї як чинника я-концепції підлітка.....	40
Висновки до другого розділу	45
РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ВПЛИВУ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТА СІМ'Ї ЯК ЧИННИКА Я-КОНЦЕПЦІЇ ПІДЛІТКІВ.....	48
3.1. Аналіз результатів дослідження психологічного клімату сім'ї як чинника я-концепції підлітка.....	48
3.2. Виявлення ключових психолого-педагогічних чинників, що впливають на формування Я-концепції підлітків.....	72
3.3. Практичні рекомендації для поліпшення психологічного клімату в сім'ї.....	77
Висновки до третього розділу.....	82

ВИСНОВКИ	85
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	91
ДОДАТКИ.....	99

ВСТУП

Обґрунтування вибору теми дослідження. Так, Україна переживає дуже важкий період, але незалежно від того війна в Україні чи ні, велике значення має майбутнє покоління - це нинішні підлітки. Їх благополуччя залежить від сім'ї, в якій вони виховуються, від емоційної атмосфери в сім'ї, від фінансового стану сім'ї, від освіти батьків та інших факторів, вплив яких буде досліджуватися в даній роботі. В стрімко розвиваючомуся сучасному світі дуже важливими є нові дослідження, нові підходи для вивчення концепції сім'ї впливу сім'ї на підлітків, для вивчення формування підлітків. Формування я-концепції є ключовим аспектом розвитку особистості підлітка і в цей період розвитку особистості відбувається активне становлення самосвідомості, самооцінки і самодефікації. Сім'я ж відіграє важливу роль у цьому процесі, тому що є первинним соціальним середовищем, в якому підліток отримує перші уявлення про себе та своє місце у світі. Дослідження впливу сімейного клімату на формування концепції підлітків дозволяє поглибити розуміння механізмів розвитку особистості в підлітковому віці, це допоможе розробці ефективних програм психологічної підтримки та корекції для підлітків та їх сімей, також дослідження можуть бути використані в практиці роботи психологів, педагогів і соціальних працівників для рекомендацій для батьків та фахівців, спрямовані на створення сприятливого психологічного клімату в сім'ї, що сприяє здоровому розвитку Я-концепції Формування Я-концепції є важливою складовою особистісного розвитку і соціалізації індивіда. Особливо значущою стає ця проблема в підлітковому віці, коли відбуваються активні процеси самоусвідомлення та пошуку місця в суспільстві. Однією з ключових умов нормального психоемоційного розвитку юнака чи дівчини є психологічний клімат родини, що визначає рівень впевненості, собівартості, почуття своєї значущості й унікальності. У роботі буде досліджено вплив внутрішньосімейних взаємин на формування Я-концепції підлітків, стиль батьківського виховання.

Хоча в науці широко представлені дослідження, які вивчають вплив сім'ї на формування Я-концепції підлітків, недостатньо уваги приділяється саме психологічному клімату сім'ї як одному з найважливіших чинників цього процесу. Саме тому дана тема залишається актуальною і стала обґрунтуванням для проведення цього дослідження.

Мета визначити вплив психологічного клімату родини на формування Я-концепції підлітків та систематизація існуючої інформації з цього питання.

Для досягнення цієї мети були поставлені наступні **завдання**:

- 1) теоретично обґрунтувати поняття психологічного клімату сім'ї, його структурні елементи та механізми впливу на підлітків,;
- 2) проаналізувати основні компоненти Я-концепції підлітків, визначити їх зв'язок з внутрішньо сімейними факторами;
- 3) розглянути вплив стилю виховання, методів дисципліни та сімейних норм на формування Я-концепції підлітків;
- 4) встановити закономірності залежності рівня позитивної самооцінки підлітків від емоційно-комфортного середовища в сім'ї;
- 5) запропонувати рекомендації для батьків щодо створення сприятливого психологічного клімату в сім'ї, спрямовані на оптимальне формування Я-концепції підлітків;
- 6) обґрунтувати педагогічні заходи та техніки роботи з підлітками, спрямовані на покращення їхньої самооцінки та розвиток позитивної Я-концепції в контексті сімейного середовища.

Об'єктом дослідження виступає процес формування я-концепції підлітків, тобто формування у підлітка самосвідомості, самооцінки, самоідентифікації, більш точного уявлення про себе та свого місця у світі..

Предметом дослідження є психологічний клімат сім'ї як чинник формування я-концепції підлітків, а саме, механізми та закономірності впливу

психологічного клімату сім'ї на розвиток уявлення підлітка про самого себе, його самосприйняття і самовиявлення.

Теоретико-методологічною основою дослідження стали значущі роботи вітчизняної та зарубіжної психології та педагогіки щодо закономірностей психологічного клімату сім'ї як чинника формування я-концепції підлітків. Так, були використані матеріали роботи О.М. Леонтьєва, чий дослідження в галузі вікової психології допомогли розвинути розуміння взаємозв'язку між діяльністю та розвитком дитини, Урсули Бронфенбреннер, яка відома теорією екологічного розвитку, наголошуючи на важливості взаємодії дитини з навколишнім середовищем для її розвитку, Лева Виготського, чий роботи у галузі розвитку дітей та психології освіти надали значний вплив на розвиток вікової психології. (Зона найближчого розвитку, Важливість гри, Виховання та навчання нероздільні, Атмосфера співпраці, Відносність оцінки)

. Важливе значення для формування методологічних засад дослідження мали також сучасні дослідження в галузі прихильності та емоційного розвитку дітей зарубіжного психолога Джеймса Марка Болбі. Ця тематика вивчається в роботах С.Л.Рубінштейна, П. Лесгафта, Д. Локка, А. Макаренка, І. Песталоцці, М. Пирогова, В. Сухомлинського, К. Ушинського, С. Шацького

Методи дослідження. Для вирішення завдань дослідження використовувалися як теоретичні, так і емпіричні методи. Теоретичні методи включали аналіз, синтез, узагальнення та систематизацію наукових джерел. Емпірична частина охоплювала психодіагностичне тестування, спостереження, інтерв'ю з дітьми та їх батьками, а також анкетування всіх членів родин. Для обробки результатів застосовувалися математичні методи, зокрема кореляційний та факторний аналіз, що дозволяє систематизувати отримані дані та зробити висновки щодо факторів, які впливають на соціальну адаптацію дітей.

Новизна дослідження полягає, по-перше, в проведенні досліджень у сьогоденні, по-другому, у комплексному підході до вивчення психологічний

клімат сім'ї як чинника формування я-концепції підлітка. Було досліджено взаємозв'язки між різними аспектами впливу на процес формування я-концепції та розроблено комплексну методику оцінки психологічного клімату в родині. Ця методика враховує не лише об'єктивні дані, але й суб'єктивні оцінки всіх членів родини, що дозволяє детальніше розуміти вплив психологічного клімату сім'ї як чинника формування я-концепції підлітка. Важливими є також нові закономірності впливу психологічних особливостей підлітка, умов сімейного виховання, стилю батьківського виховання в умовах сучасної української родини.

Теоретична значущість полягає в глибинному удосконаленні науки про формування я-концепції підлітків, упорядкуванні ключових понять і класифікації факторів, що впливають на даний процес. Його знахідки посилюють теоретичну базу формування я-концепції підлітків, залежно від психологічного клімату сім'ї і відкривають перспективи для проведення нових наукових досліджень у цій області..

Практичне значення роботи полягає у створенні конкретної методики, яка дає корисні поради для психологів, учителів і батьків щодо створення оптимальних умов для всебічного розвитку підлітків в сім'ї. Використовуючи запропоновану методикою процедуру аналізу чинників, що впливають на стан психологічного клімату в родині, фахівці та соціальні працівники отримують можливість активно допомогти сім'ям в непростих ситуаціях, що сприятиме позитивному формуванню особистої концепції підлітків.

Апробація результатів. Окремі результати дослідження за темою: «Вплив психологічного клімату у родині на становлення підлітка за умов війни. сутність гуманітарної підтримки» були представлені у статті, опублікованій у збірнику матеріалів Всеукраїнської науково-дискусійної платформи «Гуманітарна політика в умовах війни», що відбулася 21 листопада 2025 року.

Структура роботи. Магістерська робота складається зі загального вступу, чотирьох основних розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний текст дослідження поданий на 100 сторінці (основний текст складає 81 аркуш). Дипломна робота включає в себе 9 малюнків. «Список використаних джерел» - містить 59 джерел.

РОЗДІЛ І. РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНИЙ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТИ СІМ'Ї ЯК ЧИННИКА Я-КОНЦЕПЦІЇ ПІДЛІТКА

1.1. Визначення і основні компоненти психологічного клімату в сім'ї.

Значення сімейних відносин у житті підлітка. Стили батьківського виховання

Психологічний клімат сім'ї відіграє значну роль у світі, оскільки він є основою для формування особистості, емоційного благополуччя та соціальної адаптації людини. Родина — перше соціальне середовище, де людина переживає свої перші враження, набуває первинний досвід спілкування, розвиває емоційну сферу та формує почуття себе. Психологічний клімат в родині цікавий для вивчення дослідників різних галузей, зокрема психологів, соціологів, педагогіки, політології, маркетингу та інших суміжних дисциплін, це пояснюється тим, що він грає ключову роль у розкритті процесів взаємовпливу між усіма членами родини та соціумом.

Психологічний клімат у сім'ї розглядається як динамічний процес, під час якого усі члени родини повинні вміти пристосовуватися не лише до один одного з усіма індивідуальними особливостями, прислухатися до власних потреб та цінностей, та те ж саме знаходити в інших членах родини, але й до вимог соціуму.

Сімейне виховання – одна з форм виховання дітей, що поєднує цілеспрямовані педагогічні дії батьків з повсякденним впливом сімейного побуту. [8]

Видатний педагог В.О. Сухомлинський у своїй праці «Батьківська педагогіка» докладно висловив концепцію родинного виховання. Він наполягав на тому, що лише узгодженими зусиллями сім'ї та школи можливо досягти позитивних результатів у вихованні нового покоління. На його думку, всі труднощі, що виникають у процесі шкільної освіти, корені яких лежать у самих сім'ях, потребують комплексного підходу. В.О. Сухомлинський підкреслював,

що зміцнення сім'ї та покращення процесів родинного виховання є одним з найважливіших соціальних завдань, від якого залежить майбутнє суспільства та моральний стан молоді. [38]

У контексті психолого-педагогічної науки соціальна адаптація розглядається через призму різних теоретичних підходів. Системний підхід дозволяє розглядати адаптацію як складну систему взаємопов'язаних елементів, де зміна одного компонента призводить до змін у всій системі. Діяльнісний підхід акцентує увагу на активній ролі суб'єкта в процесі адаптації, підкреслюючи значення цілеспрямованої діяльності для успішного пристосування до соціального середовища. [22]

Основоположниками сімейної педагогіки А.С. Макаренка є ідеї укріплення української родини, справедливості прав та обов'язків між батьками та дітьми, а також виховання молодшого покоління на принципах однотайності між сім'єю та школою, неперервності та спадкової передачі досвіду між поколіннями. За твердженням педагога, виховуючи дітей, сучасні батьки формують майбутню історію країни, а тим самим впливають на глобальну історію світу. [8]

Безумовно важливим аспектом є стиль виховання підлітків, так, психолог Е. Шефер виділяє чотири основні стилі виховання в сім'ї (рис. 1):



Рис.1 Стилi батьківського виховання.

1. Авторитарний стиль (диктат, гіперсоціалізація), який базується на жорсткому контролю та репресіях. Взагалі тут панує диктат старших, а індивідуальність, ініціатива і почуття гідності дитини пригнічуються. Чимало чисельних заборон, строгих наказів, примусу, відсутність вибору роблять дитину пасивною, боязкою, нерідко закритою для спілкування.
2. Демократичний стиль (співробітництво, кооперація), який передбачає партнерські стосунки між батьками та дітьми, базовані на взаємоповазі та повазі. Тут важливу роль відіграють розуміння, співчуття, увага до потреб дитини, права та свободи якої беруться до уваги. Цей стиль сприяє формуванню розвиненої особистості, самостійності, соціальної адаптованості.
3. Ліберальний стиль (невтручання, неприйняття), який характеризується слабким контролем, недостатньою увагою до дитини та постійним ухиленням батьків від активної участі в її житті. Через це дитина не відчуває батьківської підтримки, що веде до появи в неї властивостей, таких як самолюбство, самотність, низька самоконтрольована поведінка.
4. Потуральний стиль (опіка, симбіоз), який означає надмірну опіку, захищеність дитини від будь-яких перешкод і турбот. Все прагнення батьків зводиться до задоволення всіх бажань дитини, причому дитина позбавлена можливості самому витрачати сили, брати відповідальність за свої вчинки. Явище інфантилізму, пасивності, безвідповідальності можуть стати результатом такого типу виховання.

Крім цих чотирьох, існує ще несталий стиль, який характеризується неспроможною переважною поведінкою батьків, коли вони раптово переходять від демократичного до авторитарного стилю і назад. Це породжує у дитини нерозуміння, страх, нестабільність у стосунках, чимало хибних установок щодо поведінки та реакцій на зовнішні подразники.

Слід зазначити важливість такого явища, як соціальна адаптація батьків та інших членів родини, що мають вплив на підлітка. Психолого-педагогічна наука розрізняє кілька форм соціальної адаптації, серед яких виділяються нормативна, девіантна і патологічна. Нормативна адаптація означає ефективне пристосування людини до прийнятих суспільством норм і вимог із збереженням її внутрішнього комфорту та добробуту. Девіантна форма адаптації проявляється як відхилення від загальноприйнятих стандартів поведінки, проте іноді це дозволяє індивідові нормально функціонувати в специфічних ситуаціях. Патологічна адаптація веде до порушень психічного стану та здатності людської особистості взаємодіяти з оточенням. [17]

Вивчення чинників, що визначають успішність соціальної адаптації, займає значне місце в психолого-педагогічній науці. До найважливіших факторів відносять особистісні психологічні властивості (такі як темперамент, складності характеру, рівень здібностей), демографічні показники (як вік, стать, рівень освіти), а також особливості оточуючої соціальної обстановки (культурна норма, економічна стабільність чи кризові періоди, політична атмосфера). Загальна картина взаємодії цих чинників необхідна для створення ефективних стратегій підтримки тих, хто знаходиться в процесі адаптації, враховуючи різні соціальні умови життя. [27].

Психолого-педагогічна наука активно досліджує процеси соціальної адаптації, зокрема, її механізми. Основними серед них є когнітивний механізм, що полягає в сприйнятті та осмисленні соціальних реалій, емоційний, що передбачає регулювання емоційних реакцій та формує емоційне ставлення до навколишнього середовища, а також поведінковий, який забезпечує формування придатних моделей поведінки. Поєднання всебічного розуміння цих механізмів дає змогу створити дієві методики, що допомагають підвищити ефективність адаптаційних процесів шляхом психолого-педагогічної підтримки. [8]

Сім'я виступає віддзеркаленням певного етапу розвитку суспільства, включаючи його економічні, моральні та духовні суперечності. Сучасні економічні труднощі, демографічні виклики та культурна криза негативно позначаються на функціонуванні сучасної сім'ї, посилюючи її дезорганізацію. [16]

Е. Ейдемільер виділяє наступні стилі батьківського ставлення:

1. Гіпопротекція — недостатня опіка над дитиною, недооцінення потреб дитини в теплі, увазі та турботі.

2. Домінуюча гіперпротекція — надмірна увага до дитини, супроводжується багатьма заборонами та обмеженнями, що призводить до формування страху самостійності або реакції незалежності у дитини.

3. Підвищена моральна відповідальність — коли дитина має нести непомірну відповідальність за родичів, що не відповідає її віку та можливостям. [17]

Педагог К. Д. Ушинський розглядав сімейне виховання як свідомий процес формування особистості, що ставить на меті не тільки навчання дитини дотримуватися норм і правил, а переважно стимулювати її внутрішню мотивацію і моралі. Головне завдання сім'ї, за Ушинським, — допомогти дитині стати зрілою особистістю, сформувати сильний характер і правильний світогляд, що дозволяють їй успішно адаптуватися до дорослого життя, самостійно робити вибори і бути корисним громадянином. [42]

Згідно з переконаннями М. Пирогова, головне право батьків — повністю розвинути усі позитивні задатки, якими дитина володіє від народження, уважаючи її особистісні межі. Часто батьки помиляються, захопившись власними чеснотами, і неправильно визначають свою роль у вихованні. Тому від самих малят слід активно займатися розвитком у дитини самоусвідомлення і пробуджувати її совість. Це веде до фундаментальних принципів сімейного

виховання: слід рухатися шляхом комплексного духовного росту, виявляючи однорідність між думкою, словом і дією. [41]

А що таке взагалі “психологічний клімат” чи “здоров’я” в цілому, здоров’я, за визначенням Всесвітньої організації охорони здоров’я (ВООЗ), — це не просто відсутність хвороб чи фізичних недоліків, а стан повноцінного фізичного, психічного та соціального добробуту.

У сучасних умовах глобалізації та швидких соціальних змін особливої актуальності набуває дослідження формування здорової психіки підлітків. Психолого-педагогічна наука звертає увагу на особливості формування я-концепції підлітків залежно від сімейного клімату, психологічного здоров’я родини. Це передбачає вивчення феномену я-концепції підлітка.

Вчасне втручання та допомога сформують сприятливі умови для розвитку підлітка, для його порозуміння з батьками чи іншими членами родини, а це стане провідником більш адаптованих умов для порозуміння з соціумом та просуванню в дорослому віці, тож розуміння процесів формування я-концепції підлітка з умов психологічного клімату в сім’ї дозволить розробити ефективні стратегії психолого-педагогічної підтримки, спрямовані на забезпечення гармонійного розвитку особистості протягом усього життя.

1.2. Основні визначення та складники Я-концепції. Етапи й особливості формування Я-концепції у підлітковому віці

Цей розділ присвячено теоретичному огляду різних підходів до розуміння сутності, структури та розвитку Я-концепції особистості. Дослідження показало, що це явище дуже багате на різні аспекти та вихідні положення, що дозволило виділити низку критеріїв, пов’язаних з формуванням Я-концепції дитини в контексті сімейного життя. Було доведено, що особистісний розвиток значною

мірою залежить від психологічного спілкування всередині сім'ї, де остання грає роль комплексу умов і засобів, що визначають її педагогічні можливості.

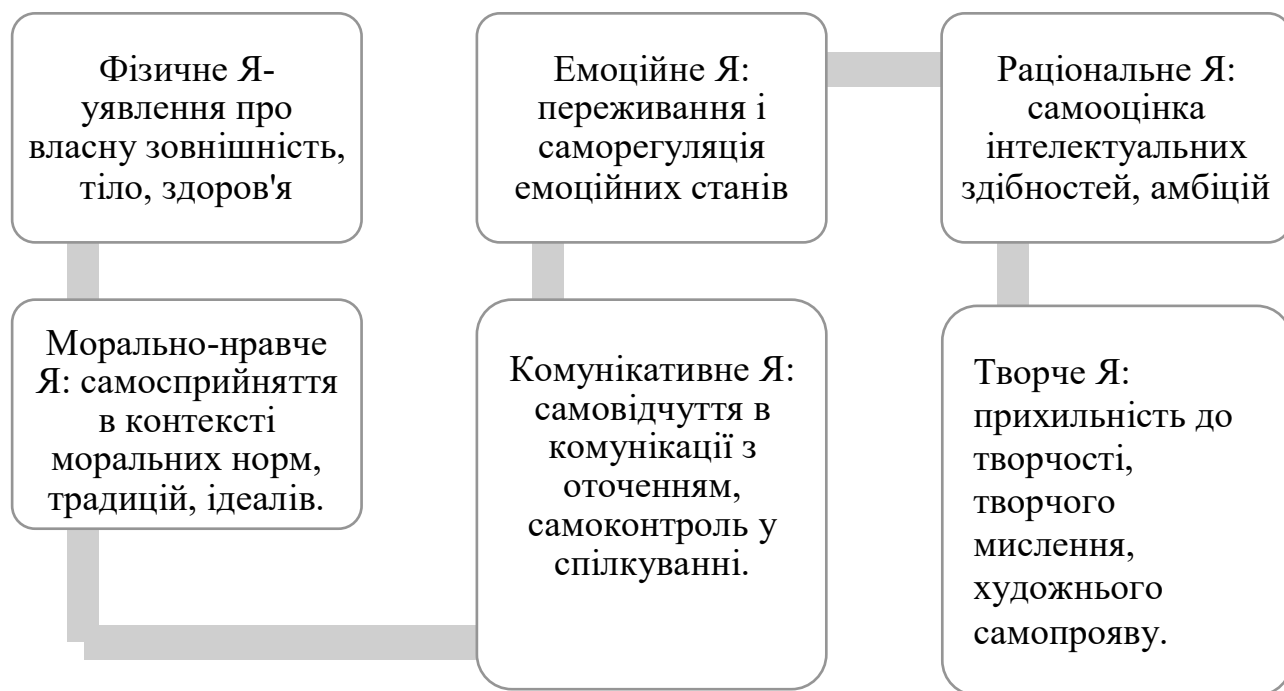


Рис. 2. Складники Я-концепції

Я-концепція — це система уявлень і переконань особистості про саму себе, яка формується на основі самооцінки, само пошани та рефлексивного осмислення власних якостей. Складники Я-концепції приведені на Рис.2

Хоча існують відмінності в окремих аспектах, вчені, що досліджують формування Я-концепції дитини (Р. Берне, К. Роджерс, А. Маслоу, М. І. Лісіна, М. Ю. Мещерякова, Б. Г. Ананьєв та інші), погоджуються, що самосвідомість є базовою людською потребою, яка полягає в бажанні людині відкрити власний потенціал і можливості, які впливають на інші її потреби. Самосвідомість — це складний психічний процес, що включає сприйняття особистістю різних «образів» сама себе та інших в різних ситуаціях, взаємодії з людьми та

сприйняття їхніх оцінок. Завдяки цьому формується поняття про цілісне Я як суб'єкта, відмінного від інших.

Вивчаючи періодизації розвитку особистості, запропоновані такими видатними психологами, як Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, И.С. Кон, С.Л. Рубинштейн та ін., було встановлено, що підлітковий вік (від 11-12 до 16-18 років) є проміжним етапом між дитинством і дорослішанням. На цьому етапі відбуваються кардинальні зміни в інтелектуальній та емоційній сферах, що призводить до формування нової самосвідомості, потреби в самоствердженні, бажання до рівноправного й відкритого спілкування з дорослими та однолітками. Водночас в підлітковому віці найважливішою видами діяльності стає інтимно-особистісне спілкування з ровесниками.

Вже Л.С. Выготский підкреслював, що основна характеристика підліткового віку полягає в непослідовності процесів статевого дозрівання, загального органічного розвитку та соціального формування. Сучасні дослідження підтверджують, що розбіжність між статевим дозріванням та іншими факторами має особливо гострий характер.

Розвиток особистості — це поступове оволодіння соціальним досвідом, внаслідок чого формуються нові мотиви, потреби, цілі, а старі переробляються. Друге «народження» особистості, як зазначав О.Н. Леонтьев, відбувається саме в підлітковий період, коли молодий людина починає усвідомлювати мотиви своєї поведінки, вивчати й реалізовувати їх.

Характерними рисами підліткового віку є поява нових переживань, емоційна напруга, почуття дорослості, формування «Я»-концепції, зростання соціальної активності, інтенсивний розвиток самосвідомості. Втім, порівняно невеликий життєвий досвід та недостатньо сформована світова картина часто призводять до суперечностей між потребою у самовихованні та неумінням її реалізувати.

Поява відчуття дорослості як основного новообразування самосвідомості стає структурним центром особистості підлітка, що відображає його нову життєву позицію щодо себе, інших людей та світу в цілому.

Соціальна ситуація розвитку підлітка кардинально відрізняється від ситуації дитинства. Хоча підліток продовжує мешкати в сім'ї, вчитися в школі, спілкуватися з однолітками, його внутрішня установка радикально змінюється, перераховуючи пріоритети і ставлячи нові акценти між сім'єю, школою та однокласниками.

Підлітковий вік — це період формування основної мети життя. Молоді люди вступають у світ дорослих з прагненням змінити його, але на шляху до цього зустрічають перешкоди з боку оточення, залишаючись залежними від нього. Система самовиховання, пізнання власного «Я» допомагає подолати кризу адаптації і завершити перехід до дорослого життя. Саме в цей період молоді визначають свої життєві цілі, пріоритети, сферу майбутньої професійної діяльності, що закладає основу для успішної кар'єри та формування самостійної, гармонійної особистості.

Підлітковий вік приносить кардинальні зміни у ставленні до школи та навчання. Утворюються нові мотиви учіння: бажання стати освіченим, прагнення знайти своє місце в житті, пройти подальше навчання.

Формування Я-концепції проходять через певні стадії, пов'язані з віковими етапами розвитку дитини. Кожна стадія має свої особливості пізнавальних можливостей та самооцінки. Лише свободний розвиток дитини, її активність і відчуття себе суб'єктом у спілкуванні з навколишнім світом забезпечує формування нормальної, адекватної та позитивної Я-концепції, необхідної для успішної соціалізації.

Ми вважаємо, що центральним чинником розвитку самосвідомості дитини є її взаємини з дорослими, перш за все в сім'ї, а продуктивним методом є

діалогічне, духовно-моральне спілкування, що сприяє формуванню впевненості, довіри та позитивної Я-концепції.

Наш аналіз структури Я-образу дитини, проведений на основі роботи різних авторів (Р. Берне, К. Роджерс, А. Маслоу та ін.) дозволив виділити такі компоненти, як самовпевненість, адекватна самооцінка, позитивне ставлення до себе, відсутність відчуття провини.

Щоб сформуванню уявлення про реально існуючу структуру і складові позитивної Я-концепції дитини, нами було проведено анкетування. Метою опитування було визначити уявлення батьків про систему якостей, що складають правильно сформований, здоровий Я-облик дитини, а також узагальнити ці дані в рамках наукового опису позитивної Я-концепції. У дослідженні взяли участь 130 сімей. Анкети містили питання про роль сімейного спілкування в формуванні дитиною свого ставлення до себе та інших, основні умови розвитку правильного сприйняття власного Я, а також про роль батьків у цьому процесі.

Формування Я-концепції у підліткового віці (10—19 років) відбувається під впливом важливих факторів:

- Соціальне оточення: роль друзів, ровесників, сім'ї, школи, соціальних мереж.
- Самооцінка: особливо чутливість до критики і схвалення.
- Конформізм і автономія: баланс між потягом до групової приналежності і пошуками власної індивідуальності.
- Гендерні стереотипи: вплив традиційних ролей і очікувань на утвердження гендерної ідентичності.
- Період пубертату: гормональні зміни, стурбованість власною зовнішністю, ростом, вагою.

Стадії формування Я-концепції:

1. Початкова фаза (10—13 років):

- Початок активного формування особистої ідентичності.

- Спостереження та підсумовування ознак і характеристик самого себе.
 - Проблеми відчуття себе частиною сім'ї, товариша у колективі.
2. Проміжна фаза (14—16 років):
- Значна нестабільність і конфлікти в процесі формування ідентичності.
 - Перетворення негативних уявлень про себе («негативне Я») в конструктивні ресурси.
 - Активний пошук професійної та соціальної ідентичності.
3. Заключна фаза (17—19 років):
- Закріплення уявлень про себе як індивіда з твердою системою цінностей.
 - Впорядкування і гармонізація уявлень про себе, покращення стабільності.
 - Роль соціальних контактів та дружби в удосконаленні позитивної Я-концепції.

Таким чином, формування Я-концепції підлітка є динамічним процесом, що підсилюється швидкими фізичними, емоційними та соціальними змінами. Для підлітка це непростий, але природний етап розвитку, який лежать в основі їх майбутньої самореалізації і успішної соціалізації.

Важливим компонентом соціальної адаптації підлітків є освоєння навичок самоорганізації та самоконтролю. Цей процес включає в себе розвиток вміння планувати свій час, визначати пріоритети та раціонально розподіляти сили для виконання різних завдань. Молодь навчається грамотно організовувати свій день, відводячи час на навчання, домашні заняття та відпочинок. Формування цих навичок пов'язано з удосконаленням волевої сфери, здатності подолати перешкоди, відмовлятися від миттєвих благ на користь довгострокових цілей. Саморегуляція емоцій та поведінки стає одним з основних чинників успішної адаптації. Цей процес може супроводжуватися напругою, адже вимагає великих зусиль і переорієнтації звичних патернів поведінки. Тому підтримка дорослих,

їхня чутливість та терплячість є вкрай важливими для розвитку цих навичок та полегшення адаптаційного періоду. [6].

Переходячи безпосередньо до розгляду феномену Я-концепції підлітка, слід зазначити, що одним з найважливіших диференціальних ознак підліткового віку є глибинні зміни в сфері самосвідомості, що має визначальний вплив на розвиток і формування особистості підлітка. За теорією Б.Г. Ананьева, саме на цьому етапі формується основа самооцінювання і ставлення до себе. У той же час, як зазначає А.А. Реан, підлітки постійно відчують гостру потребу перейти на більш високий рівень взаємодії з оточуючими дорослими, чим постає їхню сильну потребу у самозадоволенні. Нездатність до такого переходу може призвести до появи психосоціальних травм, що в свою чергу суттєво впливає на формування особистості і його Я-концепція. Окрім того, значний вплив на формування Я-концепції підлітка має сімейне оточення. Сім'я, будучи однією з найважливіших соціальних інституцій у ранньому віці, фактично є основним соціальним середовищем, в якому закладається фундамент Я-концепції. Через механізми імітації, ідентифікації та моделювання поведінки в сім'ї відбувається формування таких важливих елементів Я-концепції, як самооцінка, самовизначення і статусна самоідентифікація.

Формування Я-концепції підлітка є складним і багаторівневим процесом, на який впливають ряд психологічних чинників. Найважливіші з них включають приведені на Рис.3

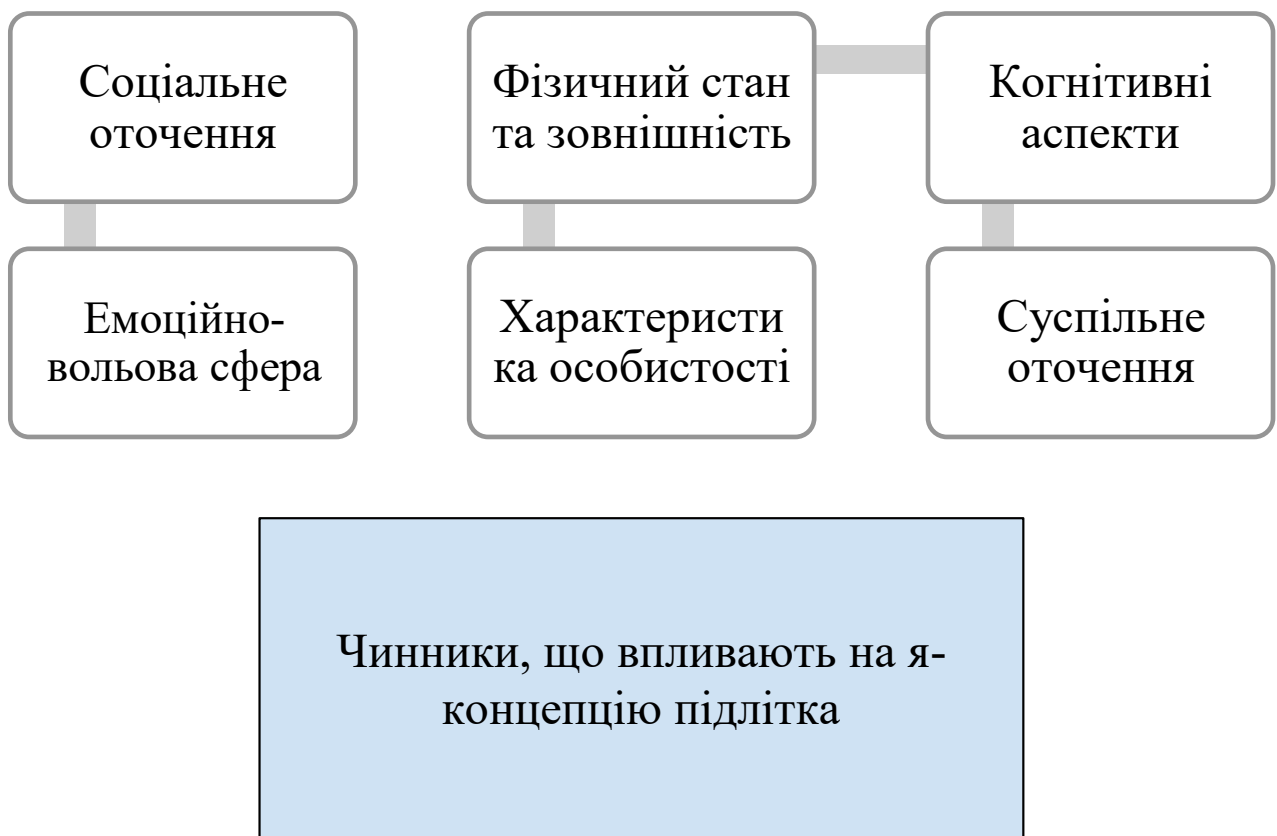


Рис. 3 Основні психологічні чинники, що впливають на формування Я-концепції підлітків

1. Соціальне оточення

- Соціальний статус сім'ї
- Психологічний клімат в сім'ї
- Типи батьківського ставлення
- Межа між особистою приватністю та контролем батьків
- Підтримка старших поколінь та ровесників

2. Фізичний стан та зовнішність

- Привабливість та харизма
- Самооцінка зовнішності
- Прийняття власного тіла

3. Когнітивні аспекти

- Вміння рефлексувати
- Самовідчуття та самооценка
- Освіта та академічні досягнення
- Розвиток когнітивної автономії

4. Емоційно-вольова сфера

- Емпатія та соціальна компетентність
- Способність до регулювання емоцій
- Усталість до стресу
- Навички саморегуляції

5. Характеристика особистості

- Темперамент
- Характера його основні риси
- Принципова установка на мир та боротьбу
- Особливості комунікативних стратегій

6. Суспільне оточення

- Школа та педагоги
- Колектив ровесників
- Культура та масмедіа
- Широке суспільне оточення (референтні групи, культура, соціальні норми)

Ці чинники взаємодіють між собою, формуючи складну картину Я-концепції підлітка, яка визначає його поведінку, соціальну адаптацію та загальний розвиток особистості. Отже на цьому етапі формування Я концепції підлітка важливими становляться не тільки сімейні відносини та атмосфера у сім'ї але й вплив мас-медіа соціальних мереж реклами та популярної культури на формування образу про себе та має визначальне значення, також закладається адекватна самооцінка чи занижена самооцінка, депресія чи страхи можуть мати

негативний вплив на формування позитивної концепції підлітка на цьому етапі розвитку, тому що з'являється надчутливість, гіперреакції на зовнішній світ.

Значним психолого-педагогічним чинником, що впливає процес адаптації дитини, є специфіка сімейного виховання та ставлення батьків до дитини. Виховання, яке відрізняється емоційною підтримкою, розумними очікуваннями та заохоченням самостійності, допомагає сформувати впевненість у собі, позитивну самооцінку та активну життєву позицію, що полегшує соціальну адаптацію. Навпаки, авторитарний чи гіперопікувальний стиль виховання здатний призвести до розвитку залежності, невпевненості чи агресивності, ускладнюючи адаптацію до шкільного колективу. Ще одним важливим елементом є ступінь залучення батьків до освітнього процесу. Регулярна участь батьків у шкільному житті дитини, спілкування з вчителями та допомога у виконанні домашніх завдань створюють сприятливі умови для успішної адаптації. Це забезпечує узгодженість вимог школи та сім'ї, допомагаючи дитині краще орієнтуватися у навчальній програмі та соціальних очікуваннях.

Так ми підійшли до вивчення стилів батьківського виховання.

Сім'я в сучасному суспільстві є унікальною маленькою групою, об'єднаною шлюбом, кровними зв'язками, спільним побутом та взаємною моральною відповідальністю. Сім'я існує через соціальну необхідність, що виникає з потреби суспільства в фізичному та духовному відтворенні населення.

По-перше, сім'я є простором для розвитку почуття любові - спочатку романтичної, а потім батьківської. Безпосередня емоційна близькість сімейних відносин сприяє турботі про найбільш вразливих членів суспільства - дітей і старих людей. По-друге, сім'я виконує одну з найголовніших функцій - репродуктивну. Наукові дослідження англійських генетиків доводять, що всі люди на Землі є дальніми родичами, оскільки походять від спільних предків. По-третє, сім'я є важливим центром передачі культурного та духовного досвіду

новому поколінню. Хороші сімейні традиції є джерелом стабільності та гуманності суспільства.

Перш за все, психологічний клімат сім'ї визначає емоційний стан кожного члена родини. Благоприятні сімейні відносини, засновані на турботі, увазі та взаєморозумінні, створюють тепло та комфорт у сім'ї. Негативні відносини, такі як байдужість або неухважність, створюють несприятливу атмосферу, що перешкоджає здоровому розвитку особистості. Сім'я повинна бути далекою від принципу «правила джунглів», де панує груба сила та ворожість.

У психолого-педагогічній науці виділяють два ключові типи міжособистісних відносин і спілкування в сім'ї, які мають значний вплив на розвиток дитини:

1. Монологічний тип. Включає різні форми взаємодії, описані дослідниками: авторитарний, примітивний, стандартний, маніпуляторний, конфліктний та ін. Ці типи характеризуються суворим дотриманням батьківського авторитету та повним підпорядкуванням дитини. Такий стиль заважає повноцінному особистісному розвитку дітей, оскільки дитина змушена витрачати енергію на захист від тиску дорослих, а не на власний розвиток.

2. Діалогічний тип. Є вищою формою комунікації, що підкреслюється всіма фахівцями. Діалогічне спілкування ґрунтується на рівноправності партнерів, визнанні унікальності та цінності кожної сторони, взаємній довірі та підтримці. Такі відносини сприяють гармонійному розвитку дитини, формують позитивну Я-концепцію та стимулюють інтелектуальні та творчі здібності.

Сучасні дослідження підтверджують, що саме діалог є найбільш ефективним засобом педагогічного впливу, що сприяє формуванню здорової та впевненої особистості дитини. Діалогічні взаємини у ній забезпечують найкращі умови для всебічного розвитку, творчого зростання та успішного соціалізації дитини.

Діалог є початковою та універсальною формою людської комунікації, що грає важливу роль у забезпеченні нормального психічного розвитку особистості. Розглянемо докладніше ключові аспекти його значення: Первинне джерело соціального досвіду.

Діалог виступає першим ступенем освоєння соціальних і культурних традицій. Через розмову та обмін думками діти отримують перші знання про світ, засвоюють досвід попередніх поколінь, формують власну картину світу та набувають необхідних соціальних навичок. Завдяки цьому забезпечується гармонійний розвиток всіх компонентів індивідуальної психіки: когнітивних здібностей, емоцій, волі та мотивації.

Головна рушійна сила особистісного зростання. Процес спілкування з близькими людьми, особливо батьками, значно впливає на розвиток унікальних рис і особливостей особистості дитини. Розмовні ситуації сприяють розкриттю потенційних можливостей, допомагають подолати внутрішні бар'єри та конфлікти, розвивають здатність до самовизначення та самостійності.

Автоматично протікає внутрішній процес. Спілкування у формі діалогу розвивається природним шляхом, дотримуючись певних закономірностей та внутрішніх правил. Це не простий акт обміну інформацією, а складний процес, що зачіпає глибинні верстви свідомості обох учасників. Їхні думки, емоції та реакції переплітаються, формуючи особливий психологічний мікроклімат, що сприяє інтелектуальному та емоційному збагаченню.

Особливий психоемоційний стан. Під час діалогу учасники перебувають у стані особливої емоційної напруги, що виникає внаслідок глибокого інтересу один до одного та прагнення до розуміння. Відчуття причетності і тісного зв'язку, що виникає, зміцнює відносини, покращує взаєморозуміння і підвищує якість взаємодії.

Високий рівень організації комунікативних зв'язків. Ефективне діалогічне спілкування є вершиною ієрархії людських комунікацій. Така форма контакту

максимально наближає дорослий світ до світу дитини, створюючи комфортні умови для засвоєння нових знань та досвіду. Під впливом відкритого та щирого спілкування розвиваються важливі особисті якості, такі як відповідальність, повага до інших та вміння співпрацювати.

Основний інструмент педагогічного впливу. Вчені-психологи вважають, що саме діалог має найбільший вплив на процеси виховання та особистісного розвитку. Здатність до діалогу розвиває здатність розмірковувати, аналізувати ситуацію, приймати виважені рішення та вести творчий пошук рішень життєвих питань.

Що стосується особливостей діалогічного спілкування, воно втілює принципи рівноцінності та партнерських відносин. Основні характеристики такого спілкування включають: обстановку взаємоповаги та свободи вираження думок, де кожен учасник почувається почутим та зрозумілим, створення атмосфери довіри та підтримки, що зміцнює прихильність та бажання продовжувати спілкування, визнання унікальної цінності кожного співрозмовника, відмова від оцінювання та упереджених суджень, створення простору для вільного прояву емоцій та ідей.

У психологічному плані діалог сприяє глибокому взаєморозумінню, встановленню глибоких емоційних зв'язків та зміцненню почуття власності. Все це позитивно впливає на формування позитивної самооцінки, впевненості в собі та загального відчуття щастя та задоволеності життям.

Підтримуємо думку відомого вченого Г.А. Ковальова, який стверджує, що справжнє особистісне спілкування досягається виключно через повноцінний діалог, перетворюючись із простого акта впливу на глибокий акт співробітництва та взаєморозуміння, що дозволяє особистості розкриватися та розвиватися повною мірою.

Володимир Гарбузов, підкреслюючи важливість виховних впливів на формування характеру дитини, виділив три основні типи неправильного

виховання: 1. Тип А (неприйняття, емоційна відчуженість) Виховання цього типу характеризується відмовою батьків від визнання індивідуальних рис дитини. Вони часто накладають жорсткий контроль, підкреслюють неприпустимість будь-яких відхилень від прийнятого стандартного типу поведінки. Проявляється упередженістю і імперативним контролем, який підкорює дитину своїй волі.

2. Тип В (гіперсоціалізуюче виховання) Цей тип виховання проявляється у тривожній та невпевненій батьківській позиції щодо фізичного здоров'я дитини, її успіху в навчанні, соціального статусу серед однолітків і перспектив професійної кар'єри. Батьки мають надмірно високі очікування, занадто сильно турбуючись про те, щоб дитина відповідає їхнім стандартам успіху.

3. Тип С (егоцентричне виховання) Третій тип неправильного виховання характеризується акцентом уваги всієї сім'ї на одній дитині, яка перетворюється на кумира. Щиро шанують всі його потреби, часто небажаючи бачити потреби інших дітей або членів сім'ї. В результаті дитина отримує надмірну увагу, яка може викликати деформацію особистості, нездатність до самовизначення та інших життєвих компетенцій.

Терміни «стиль виховання», «стиль взаємодії», «стиль батьківського ставлення», «батьківська позиція» використовуються як синоніми, оскільки всі вони характеризують методику, принципи та прийоми, які використовуються в процесі виховання дитини.

Вивчення теоретичних концепцій та практичних аспектів сімейного виховання дозволяє визначити методи сімейного виховання як сукупність заходів, які батьки застосовують у взаємодії з дітьми. Ці методи сприяють розвитку свідомості, почуттів, волі, стимулюють накопичення життєвого досвіду, організацію самостійної дитячої діяльності та забезпечують моральний і духовний розвиток дитини.

Методи сімейного виховання використовуються з урахуванням таких чинників:

Методика вибору мети та завдань виховання, визначена батьками;

Трансформація відносин у сім'ї, зміни в морально-психологічному кліматі;

Особливості індивідуалізованої форми виховання в сім'ї (один-два діти);

Особистісні якості батьків, їхні духовні та моральні цінності;

Досвід батьків в області виховання.

Аналіз досвіду показує, що однозначної класифікації методів сімейного виховання не існує через різноманітність підходів до їхнього тлумачення. Проте можна виділити наступні групи методів:

Традиційні методи

Включають усвідомлення сімейних цінностей, основу яких становить слово (бесіда, розповідь, переконання, аналогія). Ці методи представляють собою діалог між батьками та дитиною, у ході якого відбувається обмін думками, ідеями, цінностями. Крім того, традиційні методи включають організацію діяльності дитини (доручення, вимоги, примушування), що сприяють формуванню життєвого досвіду. Потрібні також методи стимулювання діяльності і поведінки, що покликані керувати, коригувати та стимулювати діяльність і поведінку дитини (довіра, покарання).

Інтерактивні методи

Ця група методів включає моделювання життєвих ситуацій, спільне вирішення проблем, рольові ігри. Такі методи сприяють формуванню навичок, вмінь, родових цінностей, створюють атмосферу співпраці, взаємодії, гармонії. До цієї групи відносяться методи діалогічної взаємодії батьків і дитини, що сприяють обміну матеріальними та духовними цінностями; методи пізнавальної взаємодії, що сприяють отриманню нових знань, їх систематизації, творчому вдосконаленню вмінь і навичок; методи діалогічної взаємодії, які дозволяють визначити власну позицію у питаннях сімейних обов'язків, ставлення до батьків та до самого себе.

Проте жоден із зазначених методів не є абсолютно універсальним. Оптимальний результат сімейного виховання досягається шляхом комплексного застосування всіх методів, які можуть частково повторюватися та доповнювати один одного.

Таким чином, сімейне виховання є процесом взаємодії батьків з дітьми, що ґрунтується на родинній близькості, сімейній гармонії, любові, турботі, повазі та захищеності дитини. Це сприяє створенню оптимальних умов для задоволення потреб у повноцінному розвитку та саморозвитку особистості підлітка.

Висновки до першого розділу

Підсумовуючи теоретичний аналіз проблеми психологічний клімат сім'ї як чинник формування я-концепції підлітка, можна зробити наступні висновки. Аналіз психологічного клімату в сім'ї та його вплив на я-концепцію підлітка є складним, багатовимірним процесом, який відіграє ключову роль у розвитку особистості підлітка та її подальшої інтеграції в соціум. У контексті підліткового віку цей процес набуває особливого значення, оскільки співпадає з періодом активного формування особистості та початком вибудовування системи взаємодії з навколишнім середовищем.

Дослідження показує, наприклад теорією Е. Еріксона, що перехід людини з однієї стадії розвитку до іншої супроводжується особистісними кризами, які виникають в процесі вирішення внутрішніх конфліктів. Формування «образу Я» відбувається непоказно, підсвідомо.

Представники гуманістичної психології розглядають «Я» як систему самосприйняття, пов'язану з особистим досвідом індивіда. Одним з перших, хто ввів поняття «Я-концепція» і визначив різні варіанти її маніфестації, стали дослідники, які встановили, що структура «Я-концепції» складається з уявлень

про свої особисті якості як суб'єкта та об'єкта, а також сприйняття ставлення інших людей до цих якостей. [16]

З точки зору К. Роджерса, «Я-концепція» виконує дві основні функції: контролювати і інтерпретувати поведінку, а також впливати на вибір конкретних форм активності людини. Таким чином, «Я-концепція» впливає на формування як позитивної, так і негативної концепції особистості, визначаючи особливості її подальшого розвитку. [38]

Розглянувши різні теорії можна виділити три основні компоненти формування уявлення про себе:

1. Фізичне сприйняття себе, обумовлене потребою підтримувати фізичне здоров'я та гарне самопочуття.
2. Соціальна ідентифікація, що виражається у потребі відчувати приналежність до суспільства і почуватися частиною соціальної групи.
3. Індивідуальне усвідомлення своєї неповторності, засноване на розумінні власних особливостей та відмінностей від оточуючих.

Процес побудови ставлення до собі здійснюється двома шляхами: перший полягає у пошуку і систематизації образів себе, другий передбачає виявлення істотних ознак, визначальних уявлення себе.

Структура самопізнання включає два етапи. Перший етап має на увазі порівняння себе з іншими людьми, формування первинних уявлень про власну поведінку та внутрішні якості, насичені емоціями. Цей етап домінує до початку підліткового віку і ґрунтується переважно на спостереженні за собою та сприйнятті своїх якостей. Другий етап характеризується розвитком здатності до внутрішнього діалогу, формування цілісного сприйняття себе, об'єднанням раніше придбаних уявлень завдяки спостереженням, сприйняттю та усвідомленому аналізу.

Особлива увага в дослідженні приділяється ролі сім'ї в формуванні Я-концепції підлітка. Встановлено, що гарна взаємодія всіх членів родини створює

сприятливі умови для ефективного формування Я-концепції. Сім'я надає емоційну підтримку, виховує основні цінності та формує зразки поведінки, що сприяє розвитку адаптивних механізмів та соціальної компетентності підлітка.

Також зазначається важливість врахування сучасних реалій, таких як вплив інформаційних технологій та глобалізаційних процесів на формування Я-концепції. Такий підхід наголошує на необхідності розвитку цифрової грамотності та міжкультурної компетентності як важливих складових успішної комунікації в сім'ї в сучасному світі.

Загалом, проведення теоретичного дослідження підкреслює багатовимірність та динамізм процесу формування Я-концепції, а також важливість налагодження психологічного клімату в сім'ї. Це стає фундаментом для подальших досліджень та розробки ефективних стратегій психологічної підтримки сімейного клімату як чинника формування Я-концепції підлітка.

РОЗДІЛ II. РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ВПЛИВУ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТИ СІМ'Ї ЯК ЧИННИКА Я-КОНЦЕПЦІЇ ПІДЛІТКА

2.1.Методологічний підхід до вивчення психологічного клімату сім'ї як чинника я-концепції підлітка

Важливим елементом методологічного підходу є врахування екологічної моделі розвитку, запропонованої Уріє Бронфенбреннером. Ця модель досліджує розвиток дитини у межах різних рівнів соціального середовища: мікросистеми (сім'я, шкільний клас), мезосистеми (взаємодія між різними мікросистемами), екосистеми (непрямий вплив соціального оточення) і макросистеми (культурні й суспільні чинники). Такий підхід дає змогу дослідити адаптивні процеси на різних рівнях соціальних взаємодій та визначити характер їхнього взаємовпливу. [56]

У дослідженні формування Я-концепції підлітків ключове значення має діяльнісний підхід, розроблений Л.С. Виготським та його учнями. За цим підходом, розвиток дитини трактується як активний процес, де вона не тільки пристосовується до навколишнього середовища, а й самостійно трансформує його, керуючись власними потребами та можливостями. Таким чином, важливо аналізувати адаптаційні процеси з точки зору основної діяльності підлітка, а саме самопізнання та самоусвідомлення.

Особлива увага приділяється врахуванню вікових особливостей підліткового періоду та характерних рис психічного розвитку. До цього належать такі чинники, як удосконалення волевого контролю над психічними функціями, розвиток здатності до рефлексії, утвердження внутрішнього плану дій, що прямо впливають на формування Я-концепції підлітків.

Методологічний підхід ґрунтується також на принципі єдності свідомості та діяльності, що передбачає вивчення процесів формування Я-концепції не тільки через зовнішні прояви поведінки, а й шляхом аналізу внутрішніх, суб'єктивних компонентів, включаючи виникнення адаптивних ставлень, стратегій та механізмів психологічної самозахисту.

Вагомим елементом методологічного підходу є поєднання кількісних та якісних методів досліджень. Кількісні методи, такі як стандартизовані анкети та тестування, дозволяють отримати об'єктивні дані щодо рівня пристосованості та відслідковувати загальні тенденції. Якісні методи, включаючи глибокі інтерв'ю, спостереження та аналіз продуктів діяльності, забезпечують детальніший погляд на особистий досвід адаптації та суб'єктивні переживання підлітків. Сполучення цих двох методів дає можливість створити більш повну та багатогранну картину процесів формування Я-концепції підлітків. [28]

Методи методологічного підходу наголошують на величезному значенні лонгітюдних досліджень, які дозволяють фіксувати динаміку адаптаційних процесів протягом значного проміжку часу. Завдяки таким дослідженням вдається виявити не тільки короткотермінові наслідки адаптації, а й довготривалі тенденції розвитку адаптаційних механізмів. Окремим напрямком є застосування методів математичного моделювання для дослідження складних зв'язків між різними факторами адаптації та прогнозування траєкторій адаптації.

Згідно з методологічним підходом, велику вагу має принцип культурно-історичної детермінації психічного розвитку, який передбачає аналіз формування підлітків у різних сімейних умовах із урахуванням певних соціокультурних умов. До цього належать фактори, такі як національні особливості системи освіти, традиції, соціально-економічні умови проживання. Крім того, велика увага приділяється дослідженню впливу цифрових технологій на соціальну адаптацію підлітків, враховуючи зростання їхньої присутності в житті молодших поколінь.

Основоположним є принцип суб'єктності, який бачить підлітка не просто як пасивного сприймача середовища, а як активного учасника адаптаційного процесу, здатного до саморегуляції та самоактуалізації. Методологічний підхід акцентує увагу не тільки на зовнішніх проявах формування Я-концепції, а й на внутрішніх, суб'єктивних аспектах, таких як розвиток адаптивних стратегій, самоконтроль та самовизначення.

Ще одним базовим положенням є принцип розвитку, який вважають я-концепцію динамічним феноменом, що проходить через різні етапи та характеризується рівномірною траєкторією. Основним завданням тут є вивчення критичних періодів та переломних моментів у процесі розвитку особистості підлітка, а також механізмів подолання труднощів, що виникають в сімейній ситуації чи всередині самого підлітка.

Методологічний підхід орієнтований на інтеграцію теоретичних моделей з різних дисциплін психології та педагогіки. Тут знаходять застосування концепції когнітивної психології для аналізу процесів сприйняття соціальної інформації, теорії соціального наuczіння для вивчення механізмів освоєння адаптивних стереотипів поведінки, а також теорії емоційного інтелекту для дослідження значущості емоційної регуляції в процесі формування Я-концепції в сімейному середовищі.

Принцип індивідуалізації полягає в врахуванні особливостей кожної окремої особистості підлітка в процесі формування Я-концепції. Аналізуються такі характеристики, як темперамент, стилі мислення, особливості роботи нервової системи, які істотно впливають на результати та успішність формування Я-концепції.

Також великий акцент робиться на дослідженні ролі сім'ї та підтримки членів родини в процесі формування Я-концепції підлітків. Для цього проводиться аналіз родинних взаємин, особливостей кожного члена родини та їх впливу на підлітка.

Ще однією вагомою ознакою методологічного підходу є принцип міждисциплінарної інтеграції, який передбачає включення даних та методів з різних наук, включаючи нейронауки, генетику, соціологію освіти. Подібний підхід дає змогу краще зрозуміти біологічні, психологічні та соціальні аспекти формування Я-концепції підлітків. У цьому контексті особливу увагу приділяють дослідженню нейрокогнітивних механізмів адаптації, вивченню ролі виконавчих функцій, емоційної регуляції та соціального пізнання в процесі формування Я-концепції підлітка в сімейному середовищі.

До речі, варто зазначити принцип екологічної валідності досліджень, який пропонує проводити дослідження в реальних умовах сімейного середовища. Такий підхід допомагає отримати більш адекватні дані про справжні процеси формування Я-концепції, уникнувши помилок, пов'язаних з штучними лабораторними умовами. [56]

Методологічний підхід також передбачає застосування методів партисипативних досліджень, що передбачають активне залучення підлітків, їхніх батьків та інших членів родини до участі в самому дослідницькому процесі. Це не тільки поповнює базу даних, а й стимулює розвиток рефлексії та самоусвідомлення дослідників щодо формування Я-концепції.

Окреме значення має дотримання етичних норм при проведенні досліджень з підлітками, включаючи забезпечення добровільної інформованої згоди, дотримання конфіденційності та мінімізацію ризиків для учасників дослідження. Останнє включає розробку методик, які є дружеськими до підлітків і відповідають їх когнітивним та емоційним можливостям.

Отже, методологічний підхід до вивчення формування Я-концепції підлітків в різних умовах психологічного клімату сім'ї відзначається високим ступенем комплексності, міждисциплінарності та орієнтацією на інтеграцію різних теоретичних і методологічних позицій. Даний підхід забезпечує отримання повного та глибокого розуміння складних процесів формування Я-

концепції в сімейному середовищі, а також сприяє розробці ефективних стратегій підтримки, спрямованих на формування здорової Я-концепції підлітка в сімейному середовищі.

2.2. Роль взаємовідносин між членами родини. Особливості спілкування і комунікації в сім'ї. Методи оцінки

Проведення аналізу різних методик дало змогу сформувати комплексний діагностичний інструмент для дослідження впливу стилю сімейного виховання на особистісне становлення підлітків. До наших процедур входили такі інструменти: Тест на виявлення стилю батьківського спілкування з дитиною (за О. Мерзляковою), проективна методика «Малюнок дерево», а також тест «Психологічний клімат сім'ї».

Дослідження проводили в 2025 році серед 130 сімей з різними життєвими умовами за допомогою БО «Молодіжного Благодійного Фонду «НЕКСТ». Роботу було спрямовано на перевірку поставлених на початку дослідження робочих гіпотез.

Тест на виявлення стилю батьківського спілкування з дитиною (за О. Мерзляковою) був обраний для визначення домінуючих стилів виховання. Тест базується на чотирьох ключових факторах: «прийняття-відторгнення», «кооперація», «симбіоз», «авторитарна гіперсоціалізація» та «маленький невдаха». Психологічна діагностика батьківського ставлення до дитини. (Дод. А)

Шкала «Прийняття дитини» та «Відторгнення дитини» служать для оцінки рівня емоційної підтримки та позитивного ставлення батьків до дитини.

- Шкала «Прийняття дитини»: Балі від 6 до 7 свідчать про те, що батьки проявляють глибоке позитивне ставлення до дитини, приймають її індивідуальність, підтримують її плани, інтереси та мрії, проводять разом багато часу, що сприяє формуванню позитивної Я-концепції.

- Шкала «Відторгнення дитини»: Високі бали за цією шкалою (6–7) означають, що батьки часто відчують негативні емоції стосовно дитини, мають занижені очікування від неї, висловлюють сумніви щодо її здібностей, або виявляють роздратування, злість, відчуття розчарування, що може негативно вплинути на психоемоційний стан дитини.

Шкала «Кооперація»

Бали від 7 до 8 за шкалою «Кооперація» свідчать про те, що батьки проявляють щирий інтерес до інтересів дитини, заохочують її ініціативу, підтримують її прагнення до самостійності, активно співпрацюють з нею, допомагаючи вирішувати життєві питання на рівних. Низькі ж бали (1–2) вказують на те, що батьки слабо уважно ставляться до потреб дитини, не надають підтримки, не проявляють співчуття, що негативно впливає на її соціальну адаптацію.

Шкала «Симбіоз»

Високі бали (6–7) за шкалою «Симбіоз» означають, що батьки не відчують психологічної дистанції між собою і дитиною, надмірно опікуються нею, часто задовольняють її потреби, захищають від всіх неприємностей. Це створює надмірну залежність, яка перешкоджає формуванню самостійності дитини. Низькі бали (1–2) за цією шкалою вказують на більшу психологічну дистанцію між батьками та дитиною, що може бути як результатом поваги до її особистості, так і проявом батьківської байдужості.

Шкала «Контроль»

Високі бали (6–7) за шкалою «Контроль» вказують на надмірно авторитарний стиль батьківського ставлення, коли батьки ставлять перед дитиною жорсткі дисциплінарні рамки, вимагаючи від неї неперекордонної слухняності. Це може призвести до розвитку пасивності, боязливого ставлення до ризику, а також знизити рівень ініціативності. Протилежна ситуація, коли батьки практично не контролюють дитину (бали 1–2), також не є оптимальною,

оскільки може призвести до відірваності від соціальних норм. Оптимальним є середній рівень контролю (3–5 балів), що дозволяє дитині розвиватися самостійно, але одночасно тримає її в межах соціально прийнятного поведінкового поля.

Шкала «Ставлення до невдач дитини»

Високі бали (7–8) за шкалою «Ставлення до невдач дитини» означають, що батьки сприймають невдачі дитини як невдачі власні, вважають її неспособною до успіху, підвищують критику, підточуючи її самовпевненість. Таке ставлення спричиняє депресію, занижену самооцінку та зниження мотивації. Навпаки, низькі бали (1–2) вказують на позитивне ставлення до невдач дитини, коли батьки вважають їх випадковими та підтримують дитину, сприяючи її подоланню труднощів.

Тест на виявлення стилю батьківського спілкування з дитиною, проведений в нашому дослідженні показав, що перше місце займає стиль батьківського спілкування “Контроль” 72%, на другому місці - симбіоз з дитиною 68%, на третьому - кооперація 57%, на четвертому - прийняття дитини - 45%, на п'ятому - відторгнення дитини 15%, та на шостому - ставлення до невдач з 12%.

Тобто тест показав, що серед опитаних сімей панує не гармонійна атмосфера психологічного клімату для формування я-концепції підлітків, симбіоз також не дозволяє окремо розвиватися підліткам, але деякі батьки мають змішану форму спілкування, наприклад, симбіоз та прийняття.

Отже, психологічна діагностика батьківського ставлення дозволяє виявити стратегії батьківського виховання, які визначають особистісний розвиток дитини та її соціальну адаптацію.

Тест «Психологічний клімат сім'ї» складається з 35 питань до кожного члена родини, щоб всебічно охопити атмосферу сім'ї, де за ключом можна подивитися психологічний стан кожного члена родини на час складання тесту. Його параметри оцінювання: - 0-8 балів: Постійно негативний психологічний

клімат. В цьому діапазоні знаходяться показники подружжя, яке ухвалило рішення про розлучення або визнає своє спільне життя «важким», «нестриманим», «ночним кошмаром», - 9-15 балів: Непостійний, мінливий психологічний клімат. Такі показники демонструють подружжя, яке частково розчаровується в спільному житті, страждає від певного ступеня напруженості, - 16-22 бали: Нерішучий психологічний клімат. В цьому режимі присутні деякі фактори, що турбуватимуть, хоча загалом панує позитивне настрій, - 23-35 балів: Постійно позитивний психологічний клімат сім'ї. Дод. Б

Проективна методика «Малюнок дерева». [Дод. В] Учасника запитують намалювати будь-яке дерево, крім ялини, та заздалегідь повідомляють, що це завдання не є тестовим на художні здібності. Малюнок виконується простим олівцем на аркуші паперу формату А4, при цьому рекомендують повернути аркуш горизонтально. Відведеного часу на виконання немає.

Опрацювання малюнка проводиться згідно з наступними рекомендаціями:

- Верхня частина малюнка означає духовно-інтелектуальну сферу, контакт із зовнішнім світом.

- Центральна зона малюнка символізує свідоме життя, емоції, почуття.

- Нижня частина малюнка відповідає матеріальній сфері, сексуальності, інстинктивними прагненням.

- Ліва сторона аркуша - інтроспекція, внутрішній світ.

- Права сторона - екстраверсія, зв'язок з іншими, орієнтація на майбутнє.

Ознаки депресії на малюнку дерев:

- Тонке, ниткоподібне коріння, намальоване легким тиском олівця.

- Дерево зламане, мертве або перевернуте.

- Немає схилу стовбура вправо.

- Листя осиплося, або гілки тонкі, в'янучі.

- Крона або дерево загалом маленькі, фрагментарні.

-Малюнок містить мало деталей, зображення стовбура й гілок одноманітне, у вигляді простих ліній.

- Зображення відсутньої поверхні землі.

- Сонячні промені, дроти чи інші техногенні об'єкти, що тягнуться до дерева.

Суцільна, різка штриховка може вказувати на тривожність, а м'яка, урвиста лінія - на симптоми астенії. У різних зонах малюнка можуть бути виражені різні психологічні параметри, що допомагає зрозуміти внутрішній стан людини. (Дод. В)

Емоційна підтримка та створення атмосфери психологічного комфорту в сім'ї є ключовими для формування стійкості дитини до стресів. Батьки, які уважно слухають, проявляють емпатію та допомагають дитині справлятися з труднощами, формують у неї впевненість у собі та позитивну самооцінку. Така всебічна турбота про здоров'я дитини створює міцну основу для її фізичного та емоційного благополуччя, що є критичним для успішної адаптації до шкільних навантажень та нових соціальних викликів. [7]

У контексті глобалізації та культурного різноманіття важливим аспектом ролі сім'ї є формування міжкультурної компетентності дітей. Це включає розвиток толерантності, поваги до різних культур, вміння взаємодіяти з представниками різних етнічних груп, що є важливим для успішної соціальної адаптації в сучасному полікультурному суспільстві. [8]

Таким чином, роль психологічного клімату у сім'ї у процесі формування як концепції підлітків є комплексною та багатогранною. Ефективна взаємодія всіх членів родини створює оптимальні умови для успішного майбутнього життя підлітків, формування їх соціальної компетентності та особистісного розвитку. Це вимагає системного підходу, який враховує індивідуальні особливості кожної дитини, специфіку сімейного виховання та особливості кожного члена родини. Лише за умови гармонійної взаємодії сім'ї можливо забезпечити формування

здорової психіки підлітків, яка стане основою для їх подальшого успішного розвитку та особистісного зростання.

Висновки до другого розділу

Обрана методологія дослідження дозволила забезпечити комплексний підхід до вивчення психологічних чинників психологічного клімату в сім'ї та я-концепції підлітків, поєднуючи кількісні та якісні методи збору та аналізу даних. Це дало можливість отримати всебічне розуміння процесу формування я-концепції підлітків, залежно від умов психологічного клімату сім'ї та факторів, що на нього впливають, враховуючи як об'єктивні показники, так і суб'єктивний досвід учасників освітнього процесу

Я-концепція являє собою складну структуру, що формується неоднорідно і асинхронно. В ній відображаються різні особливості особистості, включаючи вікові та індивідуальні характеристики, а також інші фактори, що впливають на її формування.

Я-концепція відіграє ключову роль у процесі адаптації підлітків до соціальних норм і вимог суспільства. Отже, варто звертати увагу на наступні моменти: Я-концепція є важливим ресурсом особистості підлітка, необхідним для успішної адаптації, стилі Я-концепції впливають на вибір адаптаційних стратегій, які застосовують підлітки, синергічний вплив Я-концепції та адаптаційних механізмів забезпечує більшу стійкість системи Я, послаблюючи негативний вплив стресу на організм, активні адаптаційні механізми та позитивна Я-концепція взаємно підтримують і сприяють розвитку один одного, забезпечуючи успішнішу адаптацію, пасивні адаптаційні механізми та негативна Я-концепція негативно впливають один на одного, ускладнюючи процес адаптації, у підліткової віці Я-концепція розвивається асинхронно, що означає, що різні її компоненти формуються в різний час і з різною швидкістю.

Батьківське ставлення та стиль виховання є ключовими чинниками, що впливають на формування я-концепції підлітків. Найбільш ефективним визнається демократичний стиль виховання, який поєднує високі вимоги з емоційною підтримкою. Цей підхід створює оптимальне середовище для формування я-концепції підлітків.

Демократичний стиль виховання характеризується відкритим діалогом між батьками та дітьми, чіткими, але гнучкими правилами, а також заохоченням автономії дитини. Батьки надають дитині можливість приймати вікові рішення, висловлювати власну думку та проявляти ініціативу. Це сприяє розвитку впевненості в собі, критичного мислення та здатності вирішувати проблеми. Паралельно батьки забезпечують необхідну підтримку та керівництво, допомагаючи дитині осмислювати свій досвід та вчитися на помилках. Такий підхід формує внутрішню мотивацію, відповідальність за свої дії та здатність ефективно взаємодіяти з оточуючими, створюючи міцну основу для успішної адаптації до шкільного середовища та подальшого соціального розвитку.

Відповідальність батьків за формування позитивного ставлення дитини до членів родини. Сім'я відіграє ключову роль у формуванні позитивного ставлення підлітка до соціуму згодом. Батьки, які активно цікавляться життям своїх дітей, створюють сприятливе середовище для розвитку мотивації до всебічного розвитку. Обговорення успіхів та труднощів дитини демонструє відвертість між батьками та підлітками, що створює плідний ґрунт для соціальної адаптації у майбутньому, позитивному погляду на світ.

Довідка батьків у виконанні домашніх справ не лише полегшує навантаження на батьків, але й посилює зв'язок між батьками та дитиною, коли кожен член родини має відповідальність за якусь частину домашньої праці.. Це дозволяє батькам краще розуміти здібності та потреби своєї дитини, а також виявляти можливі, проблеми за стінами дому на ранніх стадіях. Приклад батьків та їхнє ставлення до сімейних обов'язків показують дитині значущість сім'ї. Коли дитина бачить,

що її батьки цінують сім'ю та підтримують один одного, вона значно частіше розвиває внутрішню мотивацію бути частиною сім'ї.

Роль сім'ї у формуванні соціальних навичок

Сім'я є ключовим чинником у формуванні соціальних навичок дитини. Спілкування з батьками, братами та сестрами дає дитині перший досвід побудови відносин, який вона потім використовує у інших соціальних контекстах. Батьки демонструють позитивні моделі спілкування, навчають дитину ефективно висловлювати свої думки та почуття, вирішувати конфлікти мирним шляхом, знаходити компроміси та поважати думки інших. Це формує у дитини навички, необхідні для успішної взаємодії з однолітками та суспільством взагалі.

Колективна діяльність в сімейному колі, наприклад, виконання домашніх обов'язків, розвиває у дитини вміння працювати в команді. Позитивний сімейний досвід соціальної взаємодії підвищує впевненість дитини у собі, що допомагає їй легше знаходити друзів та будувати відносини у житті. Отже, сім'я закладає фундамент соціальних навичок, необхідних для успішної особистості підлітка.

Забезпечення сім'єю фізичного та психологічного здоров'я дитини

Сім'я відіграє фундаментальну роль у забезпеченні фізичного та психологічного здоров'я дитини, що має критичне значення для її подальшого формування. Правильно організоване харчування, багате на необхідні поживні речовини, сприяє розвитку мозку та підтримує енергійність дитини протягом дня. Збалансований режим дня, що включає достатній сон та відпочинок, допомагає дитині відновлюватися та бути готовою до нових викликів. Фізична активність, яку заохочують батьки, не тільки зміцнює здоров'я, але й покращує концентрацію уваги та когнітивні здібності.

РОЗДІЛ III. Емпіричне дослідження впливу психологічного клімату сім'ї на Я-концепцію підлітків

3.1. Методи проведення емпіричної діагностики

Методологічний підхід до аналізу психологічного клімату родини як чинника формування Я-концепції підлітків ґрунтується на всебічному і міждисциплінарному розумінні цього непростого явища. Він спирається на досягнення різних наук, включаючи психологію, педагогіку, соціологію, нейронауки, вікову фізіологію, культурну антропологію та інші суміжні дисципліни. Завдяки такому інтегрованому підходу Я-концепція розглядається як багатогранний процес, що охоплює когнітивні, емоційні, поведінкові й соціальні компоненти розвитку дитини. Враховуючи вплив різних факторів, від особистісних характеристик дитини до широких соціокультурних умов, цей підхід забезпечує повне і глибоке усвідомлення механізмів, закономірностей і факторів формування Я-концепції підлітків.

Основні методологічні напрямки, використовувані у дослідженнях Я-концепції підлітків, ілюстровані на Рис. 4. Воно показує різноманіття і взаємозв'язок основних теорій і методологічних концепцій, що складають фундамент комплексного вивчення даної проблеми.



Рис. 4 Основні методологічні підходи до вивчення формування Я-концепції підлітків

Для детальнішого пояснення методологічних підходів, що застосовуються у дослідженні Я-концепції підлітків, слід виділити кілька найважливіших перспектив:

1. Психологічний підхід. Основним є психолого-педагогічний підхід, який визначає Я-концепцію як сукупність уявлень підлітка про себе самого, свої здібності, характеристики та значущості в навколишньому середовищі. В рамках цього підходу детально вивчається роль внутрішньосімейних стосунків, стилем батьківського виховання, уподобань і мотивацій підлітка.

2. Соціальний підхід. Соціальна перспектива наголошує на важливості позасімейних впливів: школи, друзів, свого оточення та загального соціокультурного контекста. Особлива увага приділяється ролі соціалізації,

впливу колективу сверстників, норм і стандартів громадянства, релігійних переконань, національно-культурних традицій.

3. Нейропсихологічний підхід. Тут основою є біологічні механізми, що відповідають за формування самоусвідомлення і самовідчуття. Розглядається функціонування мозку, неврологічні бази емоційно-когнітивного розвитку, генетична передумови.

4. Педагогічний підхід. Акцент робиться на шляхах активізації процесів формування позитивної Я-концепції шляхом правильного виховання, оптимальної організації освітнього простору, створення умов для творчої реалізації молодшого покоління.

5. Культурна антропологія. Дана перспектива розглядає вплив культурних кодів, символів, етнокультурних аспектів на форму і зміст Я-концепції підлітка. Значення має ідентичність, стереотипи поведінки, народні звичаї та традиції, характерні для певної територіальної чи національної групи.

Таким чином, методологічні підходи до вивчення Я-концепції підлітків включають широкий спектр взаємопов'язаних напрямів, що допомагає посилити зрозумілість складних процесів розвитку самоусвідомлення юнака. Рис. 4 у нашому дослідженні графічно демонструє ті самі принципи та пересічність між ними.

Фундаментальною основою даного підходу є системний погляд на процес взаємодії психологічного клімату у сім'ї та я-концепції підлітків, який розглядає його як складну, багаторівневу систему взаємопов'язаних елементів, що функціонує в контексті більш широких соціальних та освітніх систем. Такий підхід дозволяє враховувати множинність факторів, що впливають на формування я-концепції підлітків, та їх динамічну взаємодію.

У рамках системного підходу психологічний клімат у сім'ї як чинник формування я-концепції підлітків розглядається не як лінійний процес, а як складна адаптивна система, здатна до самоорганізації та саморегуляції під

впливом зовнішніх та внутрішніх факторів. Це передбачає аналіз не лише окремих компонентів я-концепції, але й їх взаємозв'язків та взаємовпливів, що дозволяє отримати цілісне уявлення про формування я-концепції підлітків в сімейних умовах. [34]

За результатами тесту «Психологічна атмосфера сім'ї» було встановлено, що близько 45% підлітків проживають у сім'ях із сприятливою обстановкою та нормальною психологічною атмосферою. Відповіді цих підлітків містять сприятливі відгуки про усіх членів сім'ї, вони бачать себе як дитину зображену в центрі, оточену батьками, що свідчить про гармонію в сімейній атмосфері.

Протилежна тенденція спостерігається у 50% підлітків, чия психологічна обстановка в сім'ї має негативні ознаки. Що відображають невдоволення та незадоволеність дитиною своїми сімейними взаєминами. У відповідях цієї категорії часто відсутній хтось із членів сім'ї, підліток представляє себе грустним, подальше від батьків, проявляючи страх, смуток або занепокоєння.

Особливо варто зазначити, що значна доля сімей характеризуються недостатньою батьківською увагою. У відповідях цих підлітків помітно відчуття страху, неспокою або агресії щодо батьків. Емоційна напруга, панічний страх, що говорять про високий ступінь конфліктів та стресу в сім'ї.

У дослідженні застосовувалась Госпітальна шкала тривоги та депресії (HADS), яка була створена в 1983 році англійськими психіатрами Зигмундом (Zigmond A.S.) та Снайтом (Snaith R.P.), спеціально для оперативного визначення рівня тривоги та депресії серед пацієнтів загальноомедичних закладів.

Опис шкал

Шкала складається із 14 пунктів, що охоплюють два напрямки:

- Підшкала А («тривога»): включає непарні пункти (№ 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13). Тут переважають питання, пов'язані з нервозністю, стриманими почуттями страху чи неспокою.

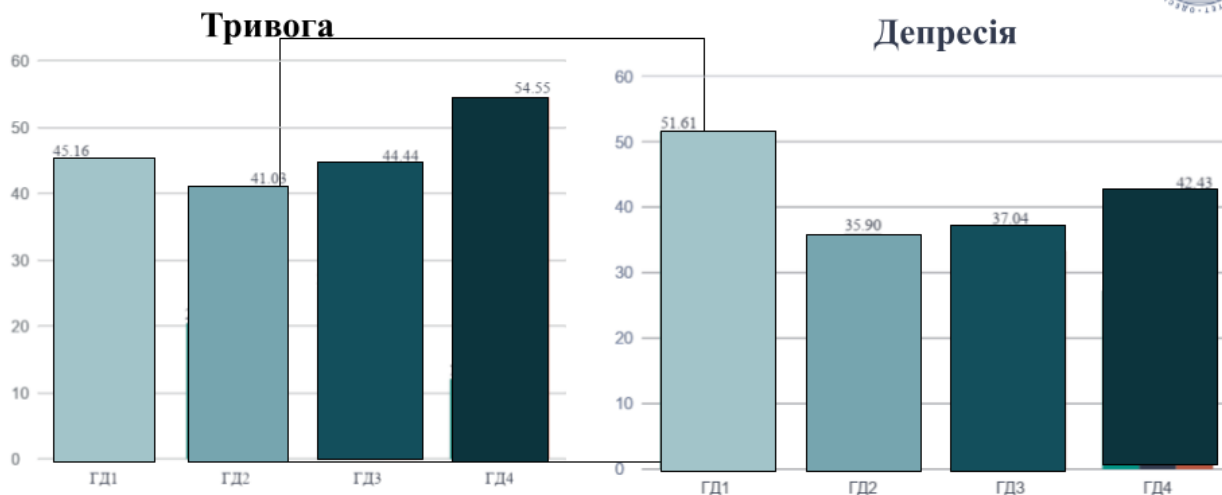
- Підшкала D («депресія»): містить парні пункти (№ 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14). У цих пунктах відбивається стан пригніченості, втрати енергії, незадоволеності життям.

Щодо кожного пункту пропонуються чотири варіанти відповідей, що відображають ступінь прояву певного симптому, починаючи від незначного (код 0) до максимального (код 4).

Інструкція для респондента

Опитувальник має бути запропонований особі для самостійного заповнення. Перед респондентом ставлять наступну інструкцію: емоції значно впливають на здоров'я. Додаткові дані про ваше внутрішнє становище можуть допомогти лікареві вибрати оптимальний метод лікування. Вам необхідно прочитати всі пункти анкети і відмітити ті, що найкраще відповідають вашим відчуттям протягом останнього тижня. Спочатку свідомо не фокусуватися на числах і позначках поруч з пунктами. Ваш спонтанний вибір буде найточнішим показником. Таким чином, Госпітальна шкала тривоги і депресії дає змогу легко і оперативно провести експрес-діагностику психологічного стану, забезпечивши лікаря корисною інформацією для подальше консультування.

Госпітальна шкала тривоги та депресії (HADS)



ГД1 (родина де батьки вживають алкоголь чи ін.) ГД2 (родина з середнім рівнем доходу, де виховується одна дитина) ГД3 (родина з середнім рівнем доходу, де виховується дві дитини) ГД4 (родина з одним батьком)

Рис.5 Госпітальна шкала тривоги та депресії (HADS)

З 130 сімей у вибірку було взято сім'ї за чотирма параметрами:

1.ГД1 Родина з несприятливими умовами, де батьки вживають алкоголь або інше. Серед цієї категорії найбільш підлітків з депресією 51,6% та друге місце вони посідають за тривожністю.

2.ГД4 Родини, де в сім'ї лише один з батьків, ця група має також сумні показники - 54,5% підлітків з тривожністю та 42,4% з депресією.

3.ГД2 Родини з середнім рівнем доходу, де виховується одна дитина. За результатами дослідження це найбільш спокійні умови для формування підлітків, так, лише 35,9% депресії та 40,3% тривожності.

4.ГД3 Остання вибіркова група присвячена родинам з середнім рівнем доходу, де виховується дві дитини, рівень депресії тут 37,04% та тривожності 44,4%

Треба зробити зауваження, що тести робилися в Україні за воєні часи, тому, ми вважаємо, показники стресу та депресії значно завищені з цього приводу.

Також для виявлення показників стресу та його рівня застосовувався Тест на визначення стресу (за В.Ю. Щербатих) Анкетування проводиться за допомогою тестових запитань, що охоплюють різні ознаки стресу. Респондентам пропонується вибрати одну або кілька відповідей, які найбільше відповідають їхній поведінці та самопочуттю протягом останніх двох тижнів, включаючи сьогоднішній день.

Трактування результатів

Результати анкетування оцінюються за сумою набраних балів. Розташовані від низького до високого рівня стресу, вони мають таку інтерпретацію:

- 0–10 балів: Низький рівень стресу. Ваша душевна гармонія стабільна, а організм добре пристосовується до зовнішніх факторів. Постарайтесь зберегти баланс у повсякденному житті, щоб утримати це позитивне стан.

- 11–24 бали: Помірний рівень стресу. Через деякі стресові фактори Ви можете відчувати невеликий дискомфорт, але належне відпочинок і правильне планування дозволяють компенсувати негативні ефекти. Будьте уважні до своїх потреб і сигналів організму.

- 25–48 балів: Видний рівень стресу. Стресова ситуація настільки серйозна, що Ви можете відчувати труднощі з управлінням емоціями та настроєм. В такому випадку рекомендую звернутися до психолога для отримання професійної консультації та рекомендацій.

- 49–80 балів: Сильний рівень стресу. Організм перебуває в стані постійного напруження, що призводить до суттєвого пошкодження адаптивного ресурсу. Незабаром потрібно звернутися до фахівця-психолога, оскільки самотійно подолати такий рівень стресу складно.

- 81–132 бали: Критичний рівень стресу. Потрібно миттєво звернутися до кваліфікованої допомоги, бо відкладення може призвести до посилення психологічних проблем і формування хронічних захворювань. Вчасне звертання до фахівця є ключовим фактором успішного одужання.

Тест на визначення рівня стресу				
Шкала	Родина з критично низьким доходом	Родина з одним батьком	Родина де один з батьків військовий	Багатодітна родина
Стрес відсутній	19,35	12,82	18,52	9,09
Помірний стрес	32,26	18,51	18,52	22,18
Виразний стрес	35,58	15,64	17,22	24,25
Сильний стрес	32,35	15,21	15,93	27,27
Виснажливий стрес	21,46	9,82	12,81	14,21

Рис.6 Тест на визначення стресу (за В.Ю. Щербатих)

Вибірку для Тесту на визначення стресу (за В.Ю. Щербатих) склали чотири групи родин, де виховуються підлітки.

Перша група - це родини з критично низьким рівнем доходу, у цієї групи найбільші показники за всіма рівнями стресу.

Друга група - це родини з одним батьком, у цієї групи найнижчі показники за виснажливим стресом 9,82, та у цілому.

Третя група - це родини де один з батьків військовий, за показниками вона займає тре місце з усіх рівнів стресу.

Четверта група - це багатодітна родина, вона займає середні показники з цієї вибірки сімейних умов.

Несподіваним відкриттям цього дослідження було посідання на першому місці з усіх рівнів стресу родини з критичним рівнем доходу.

Аналіз результатів проективної методики «Дерево» дозволив отримати додаткову інформацію про емоційний стан підлітків та їх позицію в сім'ї. Найбільша кількість досліджуваних (44%) обрали позиції, що відповідають

комфортному стану та нормальному розвитку. Це корелює з результатами тестування “Моя сім’я” та свідчить що більшість підлітків демонструють адекватний рівень соціальної адаптації. Однак, значна частина підлітків (36%) обрали позиції, що свідчать про відчуття невпевненості та потребу в підтримці. Це може вказувати на наявність прихованих труднощів у процесі формування я-концепції, які потребують уваги з боку батьків та психологів.

Сукупність використаних методик дозволило виявити деякі закономірності, так в сім’ях з низьким доходом високий рівень стресу, також неповні сім’ї мають схожі показники, це свідчить що в таких умовах підлітки не можуть розвиватися і формувати здорову я-концепцію та потребують допомоги соціальних служб, психологів, а також потрібна робота з батьками.

Важливо зазначити, що результати психодіагностичного тестування виявили значну індивідуальну варіативність показників соціальної адаптації, що підкреслює необхідність індивідуального підходу у роботі з кожною дитиною. Це особливо актуально для учнів з високим рівнем тривожності та трудними сімейними обставинами, які потребують додаткової психолого-педагогічної підтримки.

Таким чином, результати першого етапу дослідження, проведеного за допомогою психодіагностичного тестування, надали цінну інформацію про відмінності формування я-концепції підлітків та що на нього впливає. Ці дані створюють основу для подальшого глибшого аналізу та розробки ефективних стратегій підтримки підлітків та батьків.

Також були проведені напівструктурованих інтерв’ю з підлітками та їхніми батьками. Цей метод дозволяє отримати глибинну якісну інформацію про індивідуальний досвід кожного підлітка в сімейному середовищі та фактори, що впливають на цей процес. Важливо зазначити, що частина транскриптів інтерв’ю, які містять найбільш показові та інформативні відповіді респондентів, представлена у додатку Г даної роботи.

Аналіз результатів напівструктурованих інтерв'ю виявив ряд ключових тенденцій та закономірностей у процесі формування я-концепції підлітків. Перш за все, варто відзначити високу варіативність індивідуального досвіду формування я-концепції підлітків, що підкреслює необхідність диференційованого підходу до кожної дитини та родини в цілому.

Одним з найбільш значущих факторів, що впливають на успішність формування здорової психіки підлітка, виявилася емоційна готовність батьків слухати дітей та відвертість дітей з батьками. Сім'ї, в яких батьки демонстрували позитивне ставлення до дітей та виражали ентузіазм щодо проведення з ними часу, як правило, мали менше труднощів з формуванням я-концепції у підлітків. Наприклад, підліток Максим (16 років, в родині батько, мати та молодша сестра) висловлював позитивне ставлення до сім'ї: «В нас дуже дружня сім'я, я завжди можу поділитися з батьками своєю проблемою та знаю, що вони мене підтримують». Така позитивна установка сприяла більш швидкому та ефективному пристосуванню до нових умов.

Водночас, дослідження виявило, що значна частина підлітків стикається з емоційними труднощами в сім'ї. Зокрема, було зафіксовано прояви тривожності, страху перед новими ситуаціями та невпевненості у собі. Підліток Марія (12 років, в родині самотня мати та молодший брат) зазначила: «Не дуже люблю спілкуватися з матір'ю, вона частіше роздратована та в неї бракує часу займатися моїми проблемами чи проводити зі мною час». Ця інформація корелює з результатами психодіагностичного тестування, яке виявило підвищений рівень тривожності у родин з одним батьком, та повільний рівень стресу в родині з обома батьками.

Найбільш поширеною проблемою виявились нестача часу для комунікації з підлітком (67%), обмежені фінансові ресурси (57.5% відповідей), недостатня обізнаність у сфері підліткової психології (42%). Звісно це проблема державного рівня та місцевих самоврядувальних організацій, які повинні складати програми

для підтримки сімей та підлітків, забезпечувати наявність психологів, кваліфікованих для роботи з сім'ями та підлітками.

Переважає більшість батьків (64%) вважають роль психолога дуже важливою, а ще 22.5% - важливою. Це свідчить про високу оцінку професійної допомоги психолога у процесі розвитку підлітка та усвідомлення необхідності психологічного супроводу цього процесу. Лише 9% батьків оцінюють роль психолога як помірно важливу, що може вказувати на потребу у додатковому інформуванні батьків про можливості психологічної підтримки у процесі розвитку дітей.

Оцінка ролі психолога у процесі формування я-концепції підлітків в сімейному середовищі представлена на Рис. 7:

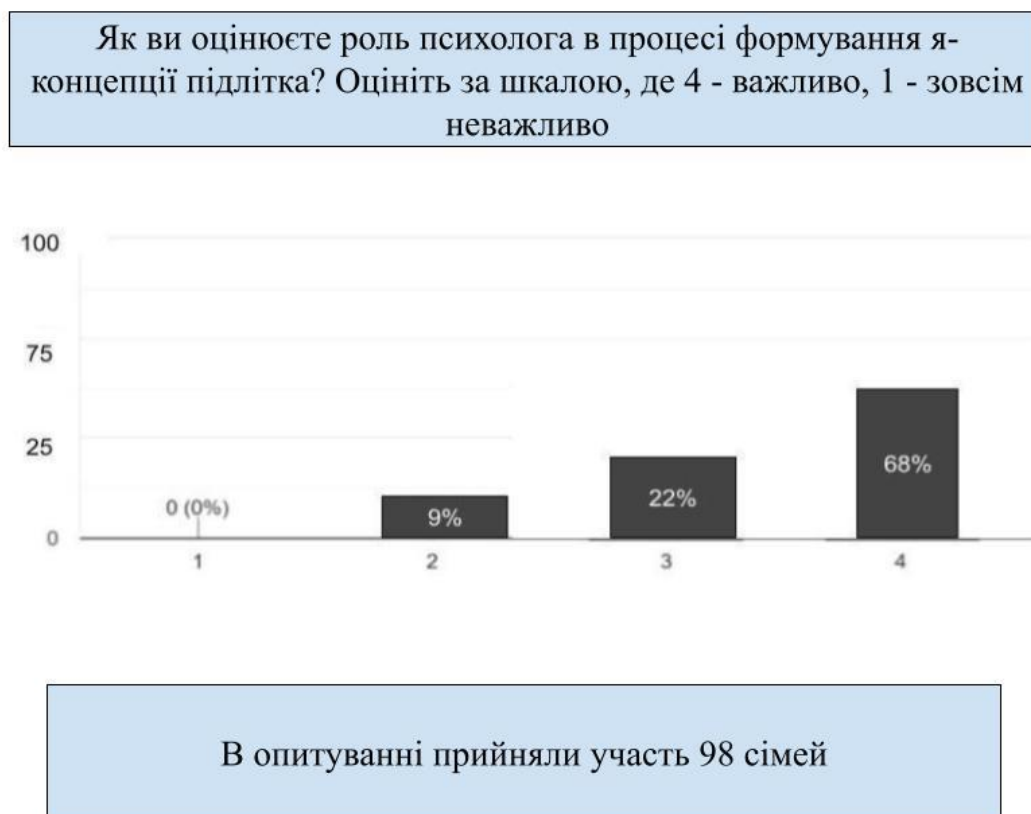


Рис. 7 Оцінка ролі сімейного психолога у процесі роботи з підлітками

Аналіз додаткових ресурсів чи підтримки, необхідних для покращення процесу формування я-концепції підлітків, представлений на Рис. 8:

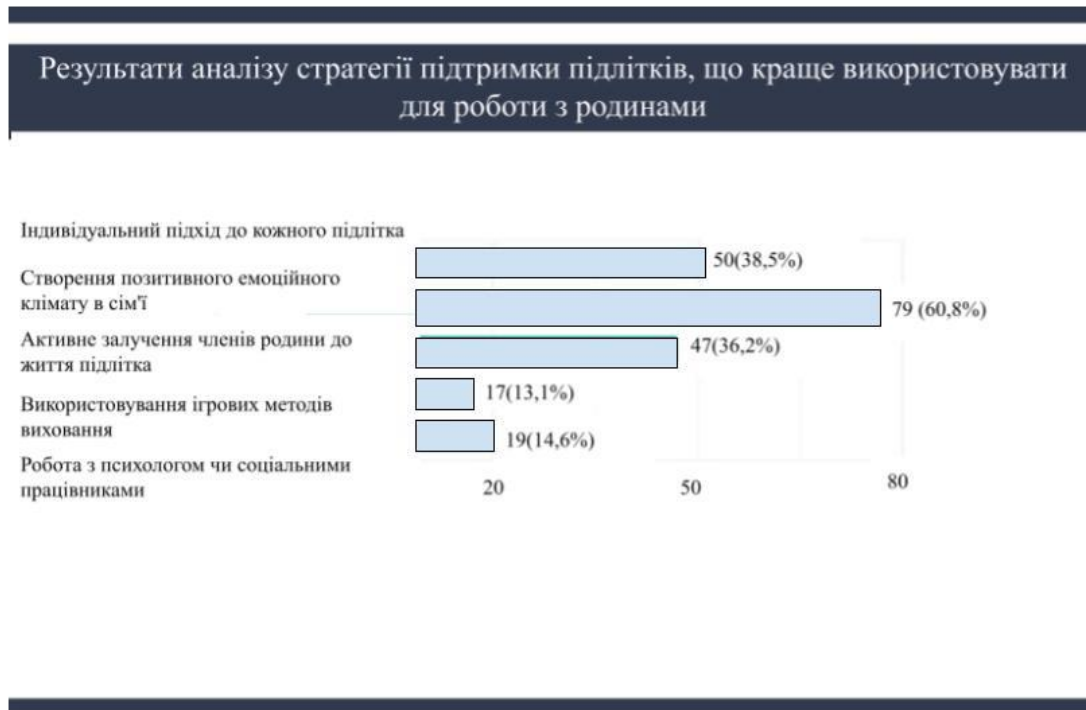


Рис. 8 Додаткові ресурси та підтримка, необхідні для формування здорової я-концепції підлітків

Найбільш важливими виступили створення позитивного емоційного клімату в сім'ї (60,8% відповідей), що корелює з високою оцінкою ролі сім'ї, всіх членів родини у попередньому питанні. Індивідуальний підхід та активне залучення членів родини до життя підлітків також вважається важливою, що вказує на необхідність роботи з сім'ями та психологами, розробки програм та тренінгів для більшої обізнаності сімей.

Звісно, в питанні формування я-концепції та психологічного клімату в сім'ї в сучасних умовах складно очікувати поліпшення ситуації, тривожність батьків за життя родини, за майбутнє не може не накладатися на загальну атмосферу в сім'ї.

3.2. Виявлення ключових психолого-педагогічних чинників, що впливають на формування Я-концепції підлітків

Комплексні дослідження психологічного клімату в сім'ї дозволили виділити основні психолого-педагогічні чинники, які значним чином впливають на розвиток я-концепції підлітка в домашньому середовищі. Використання різних методів досліджень, зокрема психодіагностичних тестів, напівструктурованих інтерв'ю та онлайн-анкетувань усіх членів сім'ї, дало змогу скласти повну картину тих чинників, від яких залежить ефективність формування я-концепції підлітків.

Фактори, які визначають успішність становлення самосвідомості підлітків і їх я-концепції:

1. Емоційно-психологічний клімат в сім'ї:

Розуміння, довіра й емоційна підтримка батьків.

Культура взаєморозуміння та гармонійне спілкування всередині сім'ї.

2. Стилi виховання та поведінкові стратегії батьків:

Авторитетний стиль виховання, що передбачає свободу вибору, посилення відповідальності та самовизначення підлітка.

Адекватне ставлення до особистісних потреб дитини, стимулювання її активної позиції.

3. Особистісні характеристики батьків:

Емоційна стабільність та самоконтроль дорослих.

Психологічно позитивний приклад особистого життя батьків.

4. Суспільно-культурні умови:

Умови навколишнього соціального середовища: школи, кола друзів, інформаційне просторе оточення.

Характер соціально-значущих зв'язків, дружби та партнерства підлітка.

5. Освітні аспекти:

- Організація освітнього процесів, підтримка професійного самоусвідомлення та навчання.

Якість педагогічної роботи, індивідуалізований підхід до розвитку особистості учня.

6. Здоров'я й фізичний стан підлітка:

Фізична активність, харчування, загальна культура здоров'я.

Формування я-концепції підлітка відбувається в складному переплетенні багатьох факторів, які в сукупності визначають ступінь адекватності й психологічної комфортності підліткової особистості.

Одним з найбільш значущих чинників, виявлених у ході дослідження, є індивідуально-психологічні особливості підлітка та родини. Результати психодіагностичного тестування та тестувань показали, що такі характеристики як рівень спокійна привітлива атмосфера в сім'ї, підтримка та довірливі взаємовідносини та індивідуальні характеристики тривожності, самооцінка, здатність до емоційної саморегуляції та комунікативні навички мають прямий вплив на формування я-концепції підлітків. [49]

Важливим чинником, що впливає на формування я-концепції підлітків, виявилася готовність батьків йти на компроміс, розмовлять, обговорювати, знаходити рішення сумісно. Як показали проведені дослідження, підлітка з нормальними сімейними умовами - з достатнім рівнем доходу батьків. коли в родині для батька, немає війських рівень стресу та тривожності не великій.

Сімейне виховання та підтримка з боку батьків, всіх членів родини, стилів батьківського виховання виявилися критично важливими чинниками формування я-концепції підлітків. Аналіз результатів напівструктурованих інтерв'ю з

батьками та дітьми показав, що активна залученість батьків у повсякденне життя підлітка, регулярне спілкування, проведення часу разом та надання емоційної підтримки значно покращують процес формування я-концепції підлітків. Зокрема, діти, чиї батьки регулярно цікавляться життям дитини та допомагають з повсякденними справами, демонструють вищий рівень емоційного комфорту та впевненості в собі, та соціальної адаптованості.

Одним з важливих чинників є батьківський приклад поведінки. Так в сім'ях, де батьки вживають нецензурну лексику це є нормою. Підлітки копіюють її поведінку батьків, так старші діти можуть неповажно вести себе з молодшими, якщо така тенденція є на прикладі батьків. Так, Натан (15 років, в родині обидва батька, мати не працює, батько військовослужбовець, молодший брат 8 років) - "В нашій родині батько часто кричить на мати та не поважно ставиться до неї і я також почав помічати, що можу підвищити голос на мати чи брата, потім мати плаче, а мені ніяково"

Сімейне середовище та його організація також виявилися важливими чинниками формування я-концепції підлітків. Аналіз результатів опитування показав, що наявність своєї кімнати, де підліток може займатися своїми справами - це повага до його приватного життя, комфортних зон для відпочинку з сім'єю разом, де вони можуть збиратися на вихідні, обговорювати щось чи грати, чітка структура дня та зрозумілі правила поведінки сприяють формуванню я-концепції підлітків в сприятливому руслі. Це підтверджується і результатами проективної методики «Дерево», де діти, які обрали позиції, що відповідають комфортному стану та нормальній адаптації, частіше описували сімейне середовище як приємне та безпечне.

Взаємодія з іншими членами сім'ї виступає вагомим фактором, що визначає формується я-концепцію підлітка. Отримані в ході проведених спостережень та інтерв'ю результати свідчать, що діти, які легко знаходять контакт із усіма членами своєї родини та активно беруть участь у сімейній діяльності, показують

вищі показники соціальної адаптації порівняно з однолітками, яким бракує такої можливості.

Додатково було виявлено, що існування та якість психологічного супроводження адаптаційних процесів грають критично важливу роль у формуванні позитивної я-концепції підлітків. За результатами проведеного онлайн-опитування серед батьків та інших членів сімей, близько двох третин респондентів (63%) стверджують, що робота психолога має велике значення для успішного формування осмислення собою у підліткового віці. Більше половини батьків зазначають необхідність вдосконалення системи психологічної підтримки молодих людей протягом найбільш важкого періоду переходу до зрілості.

Окремо варто наголосити на думці респондентів щодо недостатньої підтримки з боку держави в питаннях формування здорових внутрісімейних відносин. Так, майже три чверті опитаних (84%) відмітили необхідність збільшення участі державних структур на всіх рівнях влади, що могло би стати потужним ресурсом для поліпшення загального психологічного клімату в сім'ях України. Держава, за словами респондентів, має надати ширший доступ до кваліфікованої психологічної допомоги, створити більш комфортні умови для функціонування родинних центрів, де члени сім'ї могли б отримати консультації спеціалістів чи пройти психологічне просвітлення. Таким чином, забезпечення належної кількості послуг з психологічної підтримки для підлітків та їх сімей буде сприяти реалізації потенціалу кожного юнака та залучення його до продуктивного життя в суспільстві.

Результати проведеного дослідження виявили вагомість врахування вікових особливостей підлітків при формуванні їх я-концепції. Особливо важливим є налагодження психологічно комфортного середовища в сім'ї на ранніх етапах виховання. Чим раніше будуть створені оптимальні умови для розвитку підлітка, тим меншим буде ризик появи травматичних переживань та

упереджень, які можуть негативно вплинути на формування здорового відчуття себе.

Окремо слід звернути увагу на важливість психологічного супроводу та присутності у дитини активного досвіду участі в сімейних заходах та психологічних тренінгах. Дослідження показало, що діти, які регулярно беруть участь у різноманітних активностях разом з батьками, проявляють менші ознаки тривожності, краще відчують себе в межах сім'ї, мають вищий рівень самовпевненості та більшою мірою впевнені в власних силах.

Також важливими факторами стали фізичне здоров'я та рівень фізичного розвитку дитини. Установлено, що діти з хронічними захворюваннями або невеликим рівнем фізичної витривалості частіше страждають від труднощів соціальної адаптації, особливо в ситуаціях, пов'язаних з фізичною активністю та рухливістю. Це вказує на необхідність особливого підходу до таких дітей, що містить дотримання певних рекомендацій щодо фізичного розвитку та догляду за здоров'ям.

Наявність інтересів та захоплень поза рамками сім'ї виявилася однією з головних умов благополучного розвитку я-концепції підлітка. Респонденти зазначили, що діти, які систематично займаються у різних гуртках, клубах чи спортивних секціях, набагато краще орієнтовані в соціальному просторі, відчують себе сильнішими та впевненішими в комунікації з ровесниками, що істотно сприяє їх успішній адаптації в шкільному середовищі.

Значущою характеристикою, яка впливає на соціальну адаптацію, стало соціально-економічне становище сім'ї. Діти з сімей, що перебувають у нижчому економічному шарі, часто стикаються з проблемами соціальної адаптації, оскільки вони можуть мати обмежений доступ до освітніх можливостей, культурних заходів та інших джерел розвитку. Така ситуація призводить до появи психологічних проблем та дискомфорту, що негативно впливає на я-концепцію підлітка.

Незамінною роллю володіє рівень розвитку емоційного інтелекту, як у самих батьків, так і в дітей. Результатами анкетування було доведено, що емоційно мудрі діти та батьки краще здатні до розуміння емоцій інших людей, вміють правильно управляти власними емоціями, влаштовують конструктивні взаємини, що в свою чергу сприяє формуванню доброякісної я-концепції.

Невід'ємною складовою стає також попередній досвід боротьби з стресовими ситуаціями, накопичений сім'єю. Респонденти підкреслили, що сім'ї, які пройшли аналогічні кризові періоди в минулому, виявляють вищу рівень стресостійкості, краще пристосовуються до нових викликів, ведуть конструктивну співпрацю та краще врегульовують конфлікти, що додає їм переваги в процесі адаптації.

Наприкінці слід зазначити, що лінія поведінки підлітка та його схильність до саморегуляції теж є важливим чинником, який впливає на його здатність успішно пристосовуватися до сімейних обставин. Виявилось, що діти, які володіють високим рівнем саморегуляції, краще адаптуються до норм і вимог сім'ї, вміють ефективно організовувати власний час, користуються довірою старших і поводяться з мінімумом агресії чи негативного поведіння. Всі ці чинники, узяті в сукупності, сприяють формуванню ясної та адекватної я-концепції підлітка, яка буде служити основою для подальшого психоемоційного росту та соціальної компетентності.

3.3. Практичні рекомендації для поліпшення психологічного клімату в сім'ї. Перспективи подальших досліджень проблеми та наслідки не вирішення проблеми сім'ї в масштабі країни

Український психолог М. Боришевський наголошує, що виховання дитини є надзвичайно трудомістким і складним заняттям, результат якого залежить від

багатьох факторів різного походження. Найголовніші серед них, за його твердженням, включають:

- якісні взаємини всередині сім'ї
- відповідний стиль спільного способу життя всіх членів сім'ї
- взаємини між самими батьками зв'язки між батьками та старшими поколіннями, такими як дідусь і бабуся ставлення дорослих до дитини безпосередньо.

Отже, благополуччя і успішність виховання дитини визначаються комплексом внутрішньосімейних взаємин, сприяючих розвитку її особистості. [6]

На основі проведеного комплексного дослідження та виявлених ключових психолого-педагогічних чинників, що впливають на формування я-концепції підлітків, можна сформулювати ряд рекомендацій щодо оптимізації цього процесу. Ці рекомендації спрямовані на створення сприятливих умов для успішного формування психологічного клімату в сім'ї як чинника я-концепції підлітків та мінімізацію потенційних труднощів, з якими вони можуть стикатися.

Психологічний клімат в сім'ї являє собою систему взаємин, настроїв та психологічних процесів, які формують внутрішнє середовище, необхідне для оптимального соціально-психологічного розвитку підлітка. Формування я-концепції, тобто уявлення про себе, базується на якості цього середовища. Сприятливий психологічний клімат допомагає підліткам уникнути травм, розвинути самоперсонознавання, ідентифікуватися з роллю члена сім'ї та сприймати себе позитивно.

За змістом дослідження були розроблені практичні рекомендації для поліпшення психологічного клімату в сім'ї як головного чинника формування я-концепції підлітків:

- Створення сприятливого внутрісімейного середовища. Забезпечення атмосфери взаємної довіри, доброзичливості та уважності в сім'ї.

Активно прислухайтеся до дитини, проявляти інтерес до її поглядів, почуттів, проблем і справ, створювати простір для свободи самовираження.

- Запровадження ефективних стратегій виховання. Вибрати стиль виховання, який буде враховувати індивідуальні особливості підлітка. Проявляти раціональність, справедливість, сумлінність у вихованні, створювати атмосферу відповідальності. Заборонити жорстоке поводження, шкодування чи насильство будь-якого виду.

Впровадження регулярних практик психологічного супроводу. Обрати спеціалістів, що проводять консультативну роботу з підлітком та його сім'єю. Приймати участь у тренінгових програмах, спрямованих на розвиток компетенцій сім'ї в розумінні психологічних законів. Створювати перспективи для активних форм взаємодії з психологом, направлених на зменшення негативних тенденцій у формуванні я-концепції.

Організація різноманітних сумісних активностей та занять. Регулярно проводьте сімейні вечори, туристичні походи, культурно-дозвільні акції, які підвищують відчуття причетності до сім'ї. Захищати право підлітка на зайняття спортом, мистецтвом, творче заняття. Побудувати (за потреби) графік режиму денного життя таким чином, щоб підліток мав достатньо часу на релаксацію та відпочинок.

Привабливість здоров'я та фізичного розвитку. Удосконалити психологічний та фізичний стан підлітка завдяки посиленню їх фізичної активності. Проводити різноманітні фізкультурні заходи, включаючи спорт, туризм, хобі. Заважати формуванню нездорових звичок, контролюйте ритм життя підлітка.

Рационалізація сімейного бюджету та підтримка соціально-економічного статусу. Щиро обговорюйте сімейний бюджет, оглядаючи витрати та доходи.

Включайте підлітка в процес вирішення сімейних економічних питань. Визначайте принадні способи отримання матеріальної допомоги для сім'ї.

Профілактика стресу та розвиток емоційного інтелекту. Навчайте підлітка методикам розвитку емоційного інтелекту, що дозволить йому ефективно керувати власними емоціями. Допомагайте підлітку розробити персональні стратегії опанування стресу. Реалізуйте програми групової терапії, в рамках яких підлітки освоїть навички співпереживання та координації дій.

Принципова увага до фізичного здоров'я. Проводить регулярні медичні огляди, забезпечте контроль над здоров'ям дитини. Засвоїть методи фізичної активності, спортсменських вправ, оздоровчих практик. Залучайте підлітка до зайняття різними видами спорту та оздоровчих курсів.

Треба зауважити, що виконання цих рекомендацій має визначальне значення для оптимізації психологічного клімату в сім'ї та успішного формування я-концепції підлітків. Правильне поєднання індивідуального підходу, психологічної підтримки та правильних стратегій виховання створює сприятливі умови для психологічного процвітання підлітка, зменшуючи ризики появи проблем у формуванні позитивної я-концепції.

Активне залучення батьків до процесу формування я-концепції підлітків є критично важливим фактором її успішності. Рекомендується організовувати регулярні батьківські збори, індивідуальні консультації та семінари, спрямовані на підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків у питаннях порозуміння складної психології підлітків. Важливо створити систему ефективної комунікації між підлітками та батьками, використовуючи як традиційні методи (щоденники, батьківські збори), так і сучасні технології (електронні щоденники, групи в месенджерах). Проведення спільних заходів для дітей та батьків, таких як сімейні свята, спортивні змагання, творчі майстер-класи, сприятиме формуванню позитивного ставлення до школи та зміцненню зв'язків між сім'єю та освітнім закладом. Звісно, робити індивідуальні та спільні

зустрічі, де можна обговорювати всі складні питання та непорозуміння в ігровій або тестовій формах.

Оптимізація педагогічного підходу батьків є ключовим аспектом покращення процесу формування я-концепції.

Сім'я грає ключову роль у формуванні системи цінностей, яка потім визначає місце дитини в суспільних відносинах. І. С. Кон підкреслював, що будь-який соціальний чи психологічний аспект поведінки підлітків суттєво залежить від умов, якими володіє їхня сім'я. Таким чином, сімейне середовище виступає основним фактором, що формує особистість юнака, впливає на його ставлення до життя, соціальних норми та загалом на процес соціалізації. [23]

Створення сприятливого сімейного середовища є важливим фактором успішної соціальної адаптації молодших школярів. Рекомендується організувати простір родини таким чином, щоб він відповідає потребам дітей різного віку та рівня розвитку, але був орієнтований на всіх членів родини, щоб не робити образ “бога” з дитини. У підлітка повинна бути своя кімната, де він може спілкуватися з друзями, займатися хоббі чи просто відпочивати, також може включати створення комфортних зон для відпочинку, облаштування ігрових майданчиків, забезпечення доступності всіх приміщень для дітей за індивідуальними потребами та характеристиками підлітків. Важливо розробити та впровадити чіткі правила поведінки в сім'ї, які будуть зрозумілими для дітей та сприятимуть формуванню почуття безпеки та передбачуваності підліткового життя.

Розвиток соціальних навичок та сприяння позитивній взаємодії між членами родини є ще одним важливим напрямом позитивного формування я-концепції. Рекомендується впроваджувати спеціальні програми розвитку соціальних навичок, які можуть включати тренінги з комунікації, вирішення конфліктів, емпатії та командної роботи. Організація групових проєктів, рольових ігор та інших форм спільної діяльності сприятиме формуванню дружніх стосунків між членами родини та розвитку їхніх соціальних компетенцій.

Посилення ролі психолога чи соціальних робітників, а за потреби, психотерапевта чи психіатра, є критично важливим для формування я-концепції підлітків, особливо якщо є яких негаразди. Рекомендується поспілкуватися разом з підлітком з кваліфікованими спеціалістами, щоб зрозуміти, чи підійде саме вам цей спеціаліст, чи є між вами довіра, як він ставиться до підлітка, поспілкуватися з підлітком та запитати, чи сподобався йому спеціаліст, чи він не може працювати з цією людиною. Це може включати проведення групових та індивідуальних консультацій, психодіагностичних обстежень, корекційно-розвивальних занять. Важливо організувати ефективну співпрацю між психологом, підлітками та батьками для створення комплексної системи підтримки адаптаційних процесів. [48]

Теоретичні та методологічні засади оптимізації процесу формування я-концепції підлітків

Оптимізація процесу формування я-концепції підлітків вимагає комплексного підходу, що враховує психологічні та фізіологічні особливості кожного віку. Для ефективного впливу на формування адекватної самооцінки необхідно враховувати особливості психофізичного розвитку учнів, їхні індивідуальні потреби та можливості.

Одним з найважливіших аспектів є розробка диференційованих програм адаптації для учнів різних вікових груп. Склад родини, особливості кожного члена родини, їх психологічні характеристики та взаємини між ними мають визначальне значення для формування я-концепції підлітків. Окремо слід звернути увагу на сім'ї з особливими характеристиками, такими як багатодітні сім'ї, сім'ї з одним батьком, де психологічний клімат може значно впливати на особистісний розвиток підлітка.

Важливим компонентом оптимізації є підтримка фізичного здоров'я та розвитку дітей. Рекомендовано впроваджувати програми фізичного виховання, що враховують індивідуальні особливості та можливості кожної дитини.

Особливу увагу слід приділити організації регулярних фізкультхвилинок на уроках, рухливих ігор на перервах, спортивних секцій після уроків, що сприятиме підвищенню фізичної активності дітей та їх загальної адаптивності. Наразі, коли популярність цифрових технологій дедалі більше впливає на образ життя підлітків, рекомендовані різноманітні активності, що дозволяють брати участь у спільних заняттях, зокрема подорожі, велоспорт, змагання та інші активності, які допомагають розвиватися одночасно тілесно та духовно.

Формування інтересів та захоплень дітей поза родиною є важливим ресурсом для оптимізації процесу формування я-концепції підлітків. Для цього рекомендується створювати умови для різноманітної діяльності дітей, організовуючи гуртки, секції, творчі майстерні, налагоджуючи співпрацю з позашкільними закладами. Головне завдання полягає в тому, щоб створити сприятливі умови для розвитку талантів та інтересів підлітків, що суттєво вплине на формування їхньої самооцінки та емоційної культури.

Підтримка дітей з сімей з низьким соціально-економічним статусом є важливим аспектом оптимізації процесу формування я-концепції підлітків. Найбільш ефективним методом є розробка системи соціальної підтримки таких сімей, яка може включати надання безкоштовного харчування, забезпечення необхідним шкільним приладдям, організацію додаткових занять для подолання можливих сімейних труднощів. Особливу увагу слід приділити просвітницькій роботі з батьками щодо важливості спілкування та можливостей підтримки дитини в навчанні навіть за умов обмежених ресурсів.

Розвиток емоційного інтелекту учнів є ще одним важливим напрямом оптимізації процесу формування я-концепції підлітків. Рекомендується впроваджувати спеціальні програми з розвитку емоційного інтелекту, які можуть включати вправи на розпізнавання та вираження емоцій, розвиток емпатії, управління стресом. Потрібно інтегрувати елементи розвитку емоційного

інтелекту в повсякденний навчальний процес, заохочуючи дітей до рефлексії своїх емоційних станів та розуміння емоцій інших.

Формування навичок саморегуляції та самоконтролю у дітей є важливим аспектом оптимізації процесу формування я-концепції. Треба впроваджувати техніки уваги, адаптовані для молодого покоління, проводити заняття з тайм-менеджменту, вчити дітей планувати свою діяльність та оцінювати її результати. Важливо створювати ситуації, в яких діти можуть практикувати навички самоконтролю та отримувати позитивне підкріплення за їх успішне застосування.

Окремим напрямом є використання цифрових технологій у процесі адаптації. Запропоновано розробити інтерактивні онлайн-програми та мобільні додатки, спрямовані на підтримку адаптаційних процесів, які можуть включати ігрові елементи, віртуальні приклади домашньої роботи, завдання на розвиток соціальних навичок, ігри для всієї родини. Паралельно необхідно забезпечити безпечне та контрольоване використання цифрових технологій, навчаючи дітей основам цифрової грамотності та кібербезпеки.

Загалом, комплексний підхід до оптимізації процесу формування я-концепції підлітків дозволяє максимізувати ефективність впливу на їх психологічний розвиток, забезпечуючи оптимальні умови для формування позитивної самооцінки та емоційної культури. Успішна реалізація запропонованих заходів може стати значним вкладом у подальше благополуччя підлітків та їх соціальну адаптацію. [9]

Формування я-концепції підлітка є важливим фактором їхнього подальшого розвитку, що визначає ступінь впевненості у собі, здатність адаптуватися до соціального середовища та інших важливих аспектів психологічного благополуччя. Одним з ключових чинників є стан внутрісімейних відносин, які визначають якісний рівень психологічного клімату та забезпечують умови для адекватного самовизначення підлітка.

У процесі формування я-концепції необхідно враховувати соціальні та психологічні особливості підліткового віку, які визначають характер відносин підлітка з оточенням, стилем поведінки та сприйняттям власної ролі в сім'ї та суспільстві. Особливості поведінки підлітків визначаються не тільки їх віковими особливостями, але й впливом сімейного середовища, в якому відбувається виховання.

Важливим елементом оптимізації процесу формування я-концепції є розробка системи моніторингу та оцінки, яка дозволяє детально відстежувати динаміку адаптації підлітка та сім'ї в цілому. Для цього рекомендується розробити комплексну систему показників, що включає як кількісні, так і якісні показники. Кількісні показники представлені результатами психодіагностичних тестів, проведених психологами, а якісні — спостереженнями батьків, відгуками друзів родини та іншими суб'єктивними даними.

Регулярний аналіз цих показників дозволяє своєчасно виявляти проблеми та вживати необхідні заходи для їх подолання. Це передбачає коригування стратегій формування я-концепції, оптимізацію психологічного клімату в сім'ї та проведення профілактичних заходів.

Формування адекватної я-концепції підлітка потребує комплексного підходу, який враховує всі аспекти сімейного середовища. Оптимізація процесу має ґрунтуватися на принципах психологічної культури, гуманістичного ставлення до дитини, позитивної комунікації та емоційної підтримки всередині сім'ї. Надзвичайно важливим є запровадження діалогу між усіма учасниками цього процесу — психологами, соціальними працівниками, батьками та самими підлітками.

Ефективна реалізація запропонованих рекомендацій вимагає системного підходу, активного використання різних методів та інструментів психологічної підтримки, а також підвищення рівня компетентності батьків та професіоналів у галузі психології та соціальної роботи.

Надане впровадження рекомендацій дозволить створити сприятливі умови для гармонійного розвитку підлітків, знизити ризики травмуючих ситуацій та забезпечити гармонійний розвиток кожної особистості в сімейному середовищі. Поєднання теоретичних підходів з практики дозволяє створити надійну основу для успішного формування я-концепції підлітків та покращення психологічного клімату сім'ї.

Висновки до третього розділу

Проведене емпіричне дослідження психологічних чинників психологічного клімату родини як чинника формування я-концепції підлітків дозволило отримати комплексну картину адаптаційних процесів та виявити ключові фактори, що впливають на їх успішність. Застосування чотирьох методів дослідження - психодіагностичного тестування, напівструктурованих інтерв'ю, онлайн-опитування підлітків, членів родин та друзів та анкетування - забезпечило всебічний аналіз проблеми та високу надійність отриманих результатів.

Результати психодіагностичного тестування виявили, що більш за все негативно впливає на психологічний клімат сім'ї асоціальний зразок життя батьків (пияцтво, наркотики) серед опитаних у підлітків з цієї групи найвищий рівень депресії (51,61), також у групі ризику сім'ї, де один батько чи мати, рівень тривоги (55,5) у підлітків з таких сімей вищий за рівень дітей військовослужбовців.

Цікавим стали результати дослідження, що сім'їх, в яких виховується тільки одна дитина, рівень стресу менший за рівень підлітка, який виховується в сім'ї з двома дітьми чи більше.

Напівструктуровані інтерв'ю з підлітками та батьками дозволили виявити індивідуальні особливості формування я-концепції в різних сімейних умовах. Зокрема, було встановлено, що емоційна підтримка батьків, їх активна участь у

повсякденному житті дитини та створення сприятливої атмосфери вдома значно полегшують процес адаптації. Водночас, виявлено, що надмірна тривожність та перфекціонізм можуть ускладнювати адаптаційні процеси.

Опитування підлітків надало цінну інформацію щодо вагомих проблем в сімейному середовищі, де на першому місці посіла нестача часу, проведенню с батьками та іншими членами родини з дітьми.

Онлайн-опитування батьків надало цінну інформацію про проблеми, з якими стикаються батьки при вихованні підлітків в сьогоденні, так, нестача кваліфікованих спеціалістів з психології, відсутність підтримки держави розвитку в цьому напрямку. Більш ніж 60% опитаних вважають, що підтримка психологів дуже важлива.

Встановлено, що створення позитивного психоемоційного клімату в сім'ї, індивідуальний підхід до кожної дитини, повага до її індивідуальних вад та проведення часу разом, налагодження стилю батьківського виховання є ефективними стратегіями формування я-концепції підлітків.

Розроблено комплекс рекомендацій щодо психологічного клімату родини як чинника формування я-концепції підлітків, які включають: впровадження програм розвитку емоційного інтелекту у всіх членів родини та соціальних навичок, створення сприятливого сімейного середовища, активне залучення батьків до життя підлітків, тренінги та інтерактивні ігри для родин, посилення ролі психологічної служби, соціальних робітників, державних органів.

Отримані результати створюють міцну основу для розробки ефективних стратегій психологічної підтримки сімей та підлітків та підкреслюють необхідність комплексного підходу, який враховує індивідуальні особливості кожного члена родини та її специфіку.

Оптимізація процесу формування я-концепції підлітків вимагає комплексного підходу, що враховує психологічні та фізіологічні особливості кожного віку. Для ефективного впливу на формування адекватної самооцінки

необхідно враховувати особливості психофізичного розвитку учнів, їхні індивідуальні потреби та можливості.

Одним з найважливіших аспектів є розробка диференційованих програм адаптації для учнів різних вікових груп. Склад родини, особливості кожного члена родини, їх психологічні характеристики та взаємини між ними мають визначальне значення для формування я-концепції підлітків. Окремо слід звернути увагу на сім'ї з особливими характеристиками, такими як багатодітні сім'ї, сім'ї з одним батьком, де психологічний клімат може значно впливати на особистісний розвиток підлітка.

Важливим компонентом оптимізації є підтримка фізичного здоров'я та розвитку дітей. Рекомендовано впроваджувати програми фізичного виховання, що враховують індивідуальні особливості та можливості кожної дитини. Особливу увагу слід приділити організації регулярних фізкультурних уроків на уроках, рухливих ігор на перервах, спортивних секцій після уроків, що сприятиме підвищенню фізичної активності дітей та їх загальної адаптивності. Наразі, коли популярність цифрових технологій дедалі більше впливає на образ життя підлітків, рекомендовані різноманітні активності, що дозволяють брати участь у спільних заняттях, зокрема подорожі, велоспорт, змагання та інші активності, які допомагають розвиватися одночасно тілесно та духовно.

Формування інтересів та захоплень дітей поза родиною є важливим ресурсом для оптимізації процесу формування я-концепції підлітків. Для цього рекомендується створювати умови для різноманітної діяльності дітей, організовуючи гуртки, секції, творчі майстерні, налагоджуючи співпрацю з позашкільними закладами. Головне завдання полягає в тому, щоб створити сприятливі умови для розвитку талантів та інтересів підлітків, що суттєво вплине на формування їхньої самооцінки та емоційної культури.

Підтримка дітей з сімей з низьким соціально-економічним статусом є важливим аспектом оптимізації процесу формування я-концепції підлітків. Найбільш

ефективним методом є розробка системи соціальної підтримки таких сімей, яка може включати надання безкоштовного харчування, забезпечення необхідним шкільним приладдям, організацію додаткових занять для подолання можливих сімейних труднощів. Особливу увагу слід приділити просвітницькій роботі з батьками щодо важливості спілкування та можливостей підтримки дитини в навчанні навіть за умов обмежених ресурсів.

Розвиток емоційного інтелекту учнів є ще одним важливим напрямом оптимізації процесу формування я-концепції підлітків. Рекомендується впроваджувати спеціальні програми з розвитку емоційного інтелекту, які можуть включати вправи на розпізнавання та вираження емоцій, розвиток емпатії, управління стресом. Потрібно інтегрувати елементи розвитку емоційного інтелекту в повсякденний навчальний процес, заохочуючи дітей до рефлексії своїх емоційних станів та розуміння емоцій інших.

Формування навичок саморегуляції та самоконтролю у дітей є важливим аспектом оптимізації процесу формування я-концепції. Треба впроваджувати техніки уваги, адаптовані для молодого покоління, проводити заняття з тайм-менеджменту, вчити дітей планувати свою діяльність та оцінювати її результати. Важливо створювати ситуації, в яких діти можуть практикувати навички самоконтролю та отримувати позитивне підкріплення за їх успішне застосування.

Окремим напрямком є використання цифрових технологій у процесі адаптації. Запропоновано розробити інтерактивні онлайн-програми та мобільні додатки, спрямовані на підтримку адаптаційних процесів, які можуть включати ігрові елементи, віртуальні приклади домашньої роботи, завдання на розвиток соціальних навичок, ігри для всієї родини. Паралельно необхідно забезпечити безпечне та контрольоване використання цифрових технологій, навчаючи дітей основам цифрової грамотності та кібербезпеки.

Загалом, комплексний підхід до оптимізації процесу формування я-концепції підлітків дозволяє максимізувати ефективність впливу на їх

психологічний розвиток, забезпечуючи оптимальні умови для формування позитивної самооцінки та емоційної стабільності. Успішна реалізація запропонованих заходів може стати значним вкладом у подальше благополуччя підлітків та їх соціальну адаптацію.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження психологічного клімату сім'ї як чинника я-концепції підлітка дозволило отримати комплексне уявлення про цей складний та багатогранний процес, виявити ключові фактори, що впливають на його ефективність, та розробити рекомендації щодо сприяння кращого психологічного клімату сім'ї. Результати дослідження підтверджують гіпотезу про те, що формування я-концепції підлітка залежить від психологічного клімату сім'ї, взаємодії між всіма членами родини, стилю батьківського виховання, фінансової ситуації родини, складу родини, які створюють унікальну я-концепцію підлітка.

Теоретичний аналіз психологічного клімату сім'ї як чинника формування я-концепції дитини в психологічній науці дозволив розкрити та розширити розуміння цього феномену в контексті підлітків віком від 10 до 19 років та 130 сімей з різними умовами проживання. Виявлено, що формування я-концепції в сімейному середовищі є динамічним процесом, який передбачає не лише постійну співпрацю між родиною та підлітком і адаптацію їх до нових умов всередині родини, та до зовнішніх впливів. Особливості формування я-концепції підлітків обумовлені специфікою цього складного переходного вікового періоду, який характеризується інтенсивним розвитком нових навичок, формуванням нової соціальної позиції та зміною провідної діяльності, пізнаванням себе, свого місця в сім'ї, в колі друзів та в світі загалом, .

Емпіричне дослідження, проведене з використанням комплексу методів, включаючи психодіагностичне тестування, напівструктуровані інтерв'ю, онлайн-опитування батьків та підлітків та анкетування, дозволило отримати багатогранну картину формування я-концепції підлітків в різних сімейних умовах. Результати психодіагностичного тестування виявили, що більшість сімей має авторитарний стиль виховання (72%) та симбіоз (68%), ці обидва стилі демонструють, що потрібна комплексна робота з родинами.

Однак, враховуючи ситуацію в країні на час проведення дослідження загальний рівень тривоги та депресії, різних рівнів стресу серед підлітків не завищені та, згідно, з опитуванням, підлітки дивляться оптимистично на розвиток свого майбутнього.

Напівструктуровані інтерв'ю з підлітками та батьками дозволили виявити індивідуальні особливості адаптаційних процесів та роль сімейного фактору. Встановлено, що емоційна підтримка батьків, їх активна участь у шкільному житті дитини та створення сприятливої атмосфери вдома значно полегшують процес адаптації. Водночас, виявлено, що надмірна тривожність батьків та їх завищені очікування можуть негативно впливати на адаптацію дитини, підвищуючи рівень її стресу та знижуючи впевненість у власних силах.

Та все ж, як показало дослідження, головною проблемою феномену психологічного клімату сім'ї як чинника формування я-концепції, є нестача часу проведеного батьками з підлітками, незацікавленність в індивідуальних особливостях особистості своїх дітей, авторитарність у взаємовідносинах та неповажання думки підлітків, що не сприяє формуванню здорової я-концепції підлітків, а саме не формує впевненість в собі, самоповагу до себе, бо не поважають батьки, які є представниками первинного соціального кола, на яке спирається підліток.

Онлайн-опитування батьків та підлітків надало цінну інформацію про психологічні аспекти формування я-концепції підлітків. Встановлено, що створення позитивного емоційного клімату в сім'ї, індивідуальний підхід до кожного члена родини та спілкування, проведення часу разом, встановлення своїх правил та звичок позитивно впливають на формування я-концепції підлітка та на психологічний клімат сім'ї в цілому. Батьки також зазначають на важність участі державних органів в процесі розвитку програм помочі сім'ям з дітьми.

З огляду на специфіку підліткового періоду, важливо підкреслити вагомість системи взаємин підлітка в сімейному середовищі, яка визначає

напрямок його подальшого розвитку. Особливості поведінки та прояви підліткової пори обумовлені соціальними умовами життя та зміною ролі підлітка в сім'ї та в суспільстві в цілому. Вступаючи у нові стосунки з дорослим світом, змінюється його позиція в родині та шкільному середовищі. У процесі спілкування зі сверстниками підлітки активно оволодівають нормами, цілями та методами поведінки, формують критерії оцінки своїх вчинків та дій інших осіб. Тільки в умовах нормальної взаємодії з соціальним оточенням, а воно безперечно починається з родини, можливе формування адекватної самооцінки та здатності витримувати невдачі чи стреси.

Отже запропоновано нами програма сприйняття психічному здоров'ю підлітків передбачають дві ключові складові: безпосередньо роботу з самими підлітками, яку направлено на розвиток їх емоційного інтелекту, позитивних рис характеру, комунікативних навичок, адекватної самооцінки та рефлексії, та робота з всієї родинноюю, що включає створення сприятливого психологічного клімату в сімейному середовищі, приведення освітніх заходів для всіх членів родини, метою якої є покращення їхньої компетентності, щодо особливостей підліткового віку та впливу соціального середовища на психологічне благополуччя підлітка.

Важливим результатом дослідження стало виявлення ролі психологічного психологічної підтримки в процесі формування я-концепції підлітка, виявлено, що можливість спілкуватися з кваліфікованим спеціалістом психологом, психіатром чи психотерапевтом, або соціальним робітником значно полегшує процес формування гарних відносин всередині родини що говорить о необхідності розвитку системи психологічної підтримки в усіх центрах врядування, таких як, школа, розвиваючі центри, шпиталі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Про повну загальну середню освіту : Закон України від 16.01.2020 р. № 463-IX : станом на 24 берез. 2024 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text> (дата звернення: 09.10.2024).
2. Про охорону дитинства : Закон України від 26.04.2001 р. № 2402-III : станом на 6 жовт. 2024 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2402-14#Text> (дата звернення: 09.10.2024).
3. Про соціальні послуги : Закон України від 17.01.2019 р. № 2671-VIII : станом на 20 верес. 2024 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2671-19#Text> (дата звернення: 09.10.2024).
4. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 р. № 2145-VIII : станом на 16 серп. 2024 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> (дата звернення: 24.09.2024).
5. Про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю : Закон України від 21.06.2001 р. № 2558-III : станом на 3 серп. 2023 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2558-14#Text> (дата звернення: 09.10.2024).
6. “Обери потрібне обличчя” (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен). Психолого-педагогічна скарбничка. URL: <http://testik.com.ua/obery-potribne-oblychchya-r-temml-m-dorki-v-amen/> (дата звернення: 09.10.2024).
7. Бех І. Д. Виховання особистості: У 2 кн. Кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-методологічні основи: Навчальний метод. видання/І. Д. Бех. - К.: Либідь, 2003 - 280 с.
8. Боришевський М.Й. Сімейне виховання як гарант морального становлення особистості / М. І. Боришевський // Початкова школа. - 1995 - №4. - С. 4-5.
9. Варнавська І. Фактори емоційного вигорання педагогів. Наука і техніка сьогодні. 2024. № 14(28). URL: [https://doi.org/10.52058/2786-6025-2023-14\(28\)-340-349](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2023-14(28)-340-349) (дата звернення: 09.10.2024).

10. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посібник. / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук. - К.: Просвітництво, 2001 - 416с.
11. Виховний потенціал сім'ї у сучасних умовах / Т.Алексєєнко Т. Ф. Ф. Алексєєнко // Український соціум. - К., 2008 - С. 63-67.
12. Выготский Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский.
13. Гаміна Т. С., Гончар О. Ю. Педагогіка сімейного виховання : Навчальний Посібник / Т. С. Гаміна, О. Ю. Гончар. – Луганськ : Альма-матер, 2012 –523 с.
14. Гарбузов В. І. Нервові діти / В. І. Гарбузов. - Л.: Медицина, 1990 -172 с. (Наук.-попул. мед. літ. для матерів).
15. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник / С. У. Гончаренко. К: Либідь, 1997 – 376с.
16. Гупаловська В. Питання самореалізації особистості у теоріях А. Маслоу і К. Роджерса. Вісник Львівського університету ім. Івана Франка. Серія філософські науки. 2001. Вип. 3. С. 474–483.
17. Діяльнісна теорія (Л. С. Виготський, А. Н. Леонт'єв, Д. Б. Ельконін). Stud. URL: https://stud.com.ua/77395/psihologiya/diyalnisna_teoriya_vigotskiy_leontyev_elkoni n (дата звернення: 09.10.2024).
18. Діяльнісний підхід. StudFiles. URL: <https://studfile.net/preview/8989713/page:11/> (дата звернення: 09.10.2024).
19. Для класовода 1 класу. Адаптація першокласників до умов навчання у початковій школі. URL: <https://vbud.school.org.ua/dlya-klasovoda-1-klasu-adaptaciya-pershoklasnikiv-do-umov-navchannya-u-pochatkovij-shkoli-21-41-01-19-10-2020/> (дата звернення: 09.10.2024).
20. Долгачова О. В. Методика "Обери обличчя". URL: <https://emotsijno-osobistisnij-rozvitok-ditej-v-umovakh-sim-ji.webnode.com.ua/bilshe-testiv2/> (дата звернення: 09.10.2024).

21. Дорослі ігри. Інтерактивні методи навчання/уклад. Л. Галіцина. - К.: Ред. загальнопед. газ., 2005 - С. 8-16.
22. Духневич В. Створення безпечного освітнього середовища: «Шість кроків до безпеки». Проблеми політичної психології. 2022. Т. 26. URL: <https://doi.org/10.33120/porp-vol26-year2022-105> (дата звернення: 09.10.2024).
23. Ерінсон, Е. Дитинство та суспільство. М. Літній садок. 2005 416 с.
24. Ерніязова В. Стиль сімейного виховання майбутнє дитини/В. Ерніязова // Педагогіка і психологія професійної освіти. – №3. – 2002 – С. 224-228.
25. Інтерпретація методики “Малюнок дерева”. Дитячий психолог. URL: <https://dytpsyholog.com/2015/02/22/інтерпретація-методики-малюнок-дере/> (дата звернення: 09.10.2024).
26. Історія педагогіки / за ред. М. С. Гриценка. – К. : Вища школа, 1973
27. Кемпбел Ріс. Як по-справжньому любити свою дитину/Р. Кемпбел. - Пров. з англ. - 8-е вид., Перероб. - СПб. : Мірт, 2004 – 155с. – (Срібна серія: Батькам – про дітей).
28. Карсканова С. В. Опитувальник "Шкали психологічного благополуччя" К. Ріфф: процес та результати адаптації. Практична психологія та соціальна робота. 2011. № 1 (142). С. 1–9.
29. Каряка І., Хорощак Ю. Пісочна терапія як засіб зниження тривожності у дітей старшого дошкільного віку. Психологія: реальність і перспективи. 2021. № 16. С. 80–88. URL: <https://doi.org/10.35619/praprv.v1i16.220> (дата звернення: 09.10.2024).
30. Кириленко Т., Мамай Ю. Індивідуальні особливості емоційного вигорання вчителів. KELM (knowledge education law management). 2022. № 5. С. 81–89. URL: <https://doi.org/10.51647/kelm.2022.5.14> (дата звернення: 09.10.2024).

31. Кривоконь Н. І. Теорія соціальної адаптації в контексті психології соціальної роботи. Проблеми політичної психології та її роль у становленні громадянина Української держави. 2011. Вип. 11. С. 13–21.
32. Кон И. С. Родители и дети / И. С. Кон // Психология ранней юности. – М. :Просвещение, 1989 – С. 16–19.
33. Кузнецова О. Ю., Штефан Л. А., Сімонок В. П. Підвищення кваліфікації вчителів: зарубіжний вимір. Теорія та методика навчання та виховання. 2021. № 50. С. 98–113. URL: <https://doi.org/10.34142/23128046.2021.50.09> (дата звернення: 09.10.2024).
34. Леонтьев А. Н. Проблеми розвитку психіки / А. Н. Леонтьев // Діяльність. Свідомість. Особистість. – М.: [б. в.], 1975 – 304 с.
35. Макаренко А. С. Книга для батьків/А. С. Макаренко. - К.: Рад. шк., 1980 - 327 с.
36. Марченко Н. Форми підвищення кваліфікації вчителів. Humanities science current issues. 2019. Т. 2, № 24. С. 148–153. URL: <https://doi.org/10.24919/2308-4863.2/24.176839> (дата звернення: 09.10.2024).
37. Матвієнко О., Ведмеденко Н., Химич М. Особливості прояву тривожності у дітей молодшого шкільного віку в умовах війни. Освітньо-науковий простір. 2024. № 6 (1). С. 76–85. URL: [https://doi.org/10.31392/onp.2786-6890.6\(1\).2024.08](https://doi.org/10.31392/onp.2786-6890.6(1).2024.08) (дата звернення: 09.10.2024).
38. Методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда. Психологічний онлайн-журнал. URL: <https://psymag.info/tests/metodika-diaagnostiki-sotsialno-psihologichnoy-adaptatsiy-k-rodzhersa-ta-r-daymonda-1674313098/> (дата звернення: 09.10.2024).
39. Михайлов Б. В., Колеснік Н. М. Модифікація тесту тривожності Р. Теммла, М. Доркі, В. Амен (методика «Обери потрібне обличчя») для

поглибленого дослідження тривожності у дітей дошкільного віку. Український журнал «Чоловіче здоров'я, гендерна та психосоматична медицина». 2016. С.41-48. URL: https://ujmh.org/pdf/2_2016/9.pdf (дата звернення: 07.10.2024).

40. Мітченко К. В. Зниження тривожності батьків дітей раннього віку за допомогою проведення психологічних консультацій. Актуальні проблеми психології в закладах освіти. 2022. Т. 1. С. 216–220. URL: <https://doi.org/10.31812/psychology.v1i.7593> (дата звернення: 09.10.2024).

41. Особливості роботи в балінтовській групі. StudFiles. URL: <https://studfile.net/preview/9926133/> (дата звернення: 09.10.2024).

42. Поведінково-мотиваційний компонент готовності дитини до школи. Освітній проект «На Урок» для вчителів. URL: <https://naurok.com.ua/povedinkovo-motivaciyniy-komponent-gotovnosti-ditini-do-shkoli-125752.html> (дата звернення: 07.10.2024).

43. Проективна методика "Дерево". МегаЗнайка. URL: <https://megaznaika.com.ua/proektyvna-metodyka-derevo/> (дата звернення: 09.10.2024).

44. Проективна методика “Дерево”. Дитячий психолог. URL: <https://dytpsyholog.com/2015/09/03/проективна-методика-дерево/> (дата звернення: 07.10.2024).

45. Проективна методика «Дерево». ГІМ ДВНЗ "ДДПУ". URL: <https://edu.forlan.org.ua/?p=55457> (дата звернення: 09.10.2024).

46. Протокол групового дослідження (проективна методика «Дерево»). Всеосвіта. URL: <https://vseosvita.ua/library/protokol-hrupovoho-doslidzhennia-proektyvna-metodyka-derevo-739716.html> (дата звернення: 09.10.2024).

47. Процес соціальної адаптації особистості: онтогенетичний аспект / А. Марченко та ін. Теоретичні і прикладні проблеми психології. 2022. № 1(57)Т2. С. 134–141. URL: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2022-57-1-2-134-141> (дата звернення: 24.09.2024).

48. Психологічні тренінги для педагогів: різновиди тренінгової практики. Реферат. Освіта.UA. URL: <https://osvita.ua/vnz/reports/psychology/29251/> (дата звернення: 09.10.2024).
49. Первін, Л. Психологія лічності: теорії та дослідження /Л.Первін, О.Джон; пров. з англ. В.С.Магуна. М. Аспект Прес. 2000 607 с.
50. Роджерс, К. Становлення особистістю. М. Ексмо. 2001 416 с.
51. Рубінштейн С. "Основи загальної психології"
Соціальна адаптація дітей у дитячому центрі розвитку. Аутизон+. URL:<https://aytuzon.com.ua/socialna-adaptaciya-ditey/#:~:text=Соціальна%20адаптація%20—%20це%20процес,%20який,соціальні%20норми,%20і%20встановлювати%20границі.> (дата звернення: 09.10.2024).
52. Самойленко О. В. Створення ефективного мотиваційного середовища закладу освіти. Research Notes. 2024. № 2. С. 154–162. URL: <https://doi.org/10.31654/2663-4902-2024-pp-2-154-162> (дата звернення: 09.10.2024).
53. Теорія екологічних систем Урі Бронфенбреннера. ПСИХОЛОГІС - енциклопедія практичної психології. URL: http://psychologis.com.ua/teoriya_ekologicheskikh_sistem_uri_bronfenbrennera.htm (дата звернення: 07.10.2024).
54. Сухомлинський В. О. Батьківська педагогіка / В. О. Сухомлинський. – К. :Радянська школа, 1978 – 264 с.
55. Терелянська, І.В. Монородительська сім'я у минулому та сьогодні // Logos et Praxis. 2017 №4. 105-112 с.
56. Фрейд, З. Введення у психоаналіз. Лекції/З.Фрейд; пров. з ним. Г.В. Баришнікова; за ред. Є.Є Соколової, Т.В. Родіоновою. М. Азбука-Аттікус. 2011 480 с.

57. Хорні, К. Нові шляхи у психоаналізі. М. Канон+РООІ "Реабілітація". 2014 р. 240 с.
58. Школа Балінтовських груп. "Ранні Пташки" - Асоціація батьків передчасно народжених дітей. URL: <https://ranniptashky.org/ua/balint-groups/> (дата звернення: 09.10.2024).
59. Як вчителю запобігти емоційному вигоранню – журнал. Освіторія Медіа. URL: <https://osvitoria.media/experience/yak-vchytelyu-zapobigty-emotsijnomu-vygorannyu-2/> (дата звернення: 09.10.2024).

ДОДАТКИ

Додаток А

ТЕСТ НА ВИЯВЛЕННЯ БАТЬКІВСЬКОГО СТИЛЮ СПІЛКУВАННЯ З ДИТИНОЮ (за Оленою Мерзляковою)

Основні завдання батьківського виховання:

- розвиток талантів дитини;
- навчання взаємодії – соціалізація;
- моральне виховання: життєві цінності, базові принципи самовияву;
- формування навичок саморегуляції і регуляції (управління) власною життєвою ситуацією.

Щоб реалізувати поставлені завдання, батькам необхідно:

- розуміти психологічні особливості своєї дитини;
- знати і враховувати особливості вікового розвитку;
- чітко усвідомлювати, яку «модель соціалізації» вони дитині прищеплюють;

- усвідомлювати, за якими принципами відбувається сімейна взаємодія;
- прогнозувати, які наслідки може мати їхній педагогічний вплив.

• ТЕСТ НА ВИЯВЛЕННЯ БАТЬКІВСЬКОГО СТИЛЮ СПІЛКУВАННЯ З ДИТИНОЮ (за Оленою Мерзляковою)

Щоб ви могли перевірити найпоширеніші способи спілкування з власною дитиною – пропонуємо виконати такий тест. Запропонована методика – спрощений і дещо модифікований варіант відомого в середовищі психологів тесту батьківського ставлення.

У нашому випадку її результати можна використовувати як додатковий привід для роздумів, але не як повноцінний психодіагностичний інструмент.

Нижче запропоновані деякі твердження, які відображають можливе

ставлення батька або матері до власної дитини. Якщо ви згодні з тим чи іншим твердженням – зафіксуйте у бланку для відповідей поруч з номером твердження позначку «+» або «так». Якщо не згодні – відповідно позначку «-» або «ні».

Текст	опитувальника
1. Моя дитина подобається мені такою, яка вона є.	
2. Основна причина капризів моєї дитини – це егоїзм, лінощі і впертість.	
3. Я завжди зважаю на думку дитини.	
4. Я завжди співчуваю своїй дитині.	
5. Я мрію про те, щоб моя дитина досягла того, що особисто мені не вдалося в житті.	
6. Моя дитина росте непристосованою до життя.	
7. Я поважаю свою дитину.	
8. Моя дитина часто робить такі вчинки, що заслуговують на осуд.	
9. Батьки повинні не тільки вимагати від дитини, але і самі пристосовуватися до неї, ставитися до неї з повагою, як до особистості.	

10. Потрібно якнайдовше тримати дитину подалі від реальних життєвих проблем, якщо вони її травмують.
11. Дитину з дитинства варто тримати у жорстких рамках, тільки тоді з неї виросте гарна людина.
12. Стосовно своєї дитини я часто відчуваю досаду.
13. Я охоче проводжу з дитиною свій вільний час.
14. Якщо проводити відпустку з дитиною, то неможливо нормально відпочити.
15. Я завжди беру участь в іграх і справах дитини.
16. Гарні батьки захищають дитину від труднощів життя.
17. Суворі дисципліна в дитинстві розвиває сильний характер.
18. Мені здається, що інші діти глузують з моєї дитини.
19. Я люблю, коли друзі моєї дитини приходять до нас додому.
20. Коли я порівнюю свою дитину з її однолітками, то вони здаються мені вихованішими і розсудливішими.
21. Я дуже цікавлюся життям своєї дитини,
22. Я намагаюся виконувати всі прохання і побажання моєї дитини.
23. Я вважаю своїм обов'язком знати все, про що думає моя дитина.
24. Моя дитина, як губка, усмоктує в себе все найгірше.
25. Я відчуваю дружні почуття стосовно дитини.
26. Моя дитина спеціально поводить себе погано, щоб дошкулити мені.
27. Діти рано починають розуміти те, що батьки можуть помилятися.
28. Я часто шкодую про те, що моя дитина дорослішає, і з ніжністю згадую той час, коли вона була ще зовсім маленькою.
29. Дитина повинна дружити з тими, хто подобається її батькам.
30. До моєї дитини постійно «липне» все погане.
31. Я поділяю захоплення моєї дитини.
32. Виховання дитини – це суцільні нерви.
33. Я часто визнаю, що у своїх вимогах і претензіях дитина по-своєму права.

34. Я захоплююся своєю дитиною.
35. Дитина не повинна мати секретів від батьків.
36. Я невисокої думки про здібності моєї дитини і не приховую цього від неї.
37. Прикрасі моєї дитини мені завжди близькі і зрозумілі.
38. Коли в компанії говорять про дітей, мені іноді стає соромно, що моя дитина не така розумна і здібна, як інші.
39. При прийнятті рішень в родині варто враховувати думку дитини.
40. Найголовніше – щоб у дитини було спокійне, безтурботне дитинство.
41. За суворе виховання діти потім дякують своїм батькам.
42. Моя дитина не в змозі зробити щось самостійно, і якщо вона це робить, то обов'язково щось виходить не так.

Обробка результатів: підрахуйте кількість позитивних відповідей «так» за кожним рядком у вашому бланку-таблиці. У правій колонці ви можете прочитати, що означають бали за кожною з обраних 6 шкал.

Підрахуйте кількість «+» в кожному рядку

1.	7.	13.	19.	25.	31.	37.	Σ «+»	Прийняття дитини
2.	8.	14.	20.	26.	32.	38.	Σ «+»	Відторгнення дитини
3.	9.	15.	21.	27.	33.	39.	Σ «+»	Кооперація
4.	10.	16.	22.	28.	34.	40.	Σ «+»	Симбіоз з дитиною
5.	11.	17.	23.	29.	35.	41.	Σ «+»	Контроль
6.	12.	18.	24.	30.	36.	42.	Σ «+»	Ставлення до невдач

Шкала «Прийняття дитини» та «Відторгнення дитини». В ідеалі шкала «Прийняття дитини» повинна набрати якнайбільше балів, а шкала «Відторгнення» – якнайменше або зовсім не набрати. Та в реальному житті не все буває ідеально. Порівняйте кількість набраних балів за цими показниками. Яка тенденція переважає у вашому випадку? Високі бали за шкалою (6–7)

«Прийняття» свідчать про те, що батько або мати має виражене позитивне ставлення до дитини. Дорослий приймає дитину такою, яка вона є, поважає і визнає її індивідуальність, схвалює її інтереси, підтримує плани, проводить з нею чимало часу і не шкодує про це.

Високі ж бали за шкалою «Відторгнення» свідчать про те, що доросла людина відчуває стосовно дитини частіше негативні почуття: роздратування, злість, досаду. Такий дорослий частіше вважатиме дитину невдахою, не вірить у її майбутнє, низько оцінює її здібності і нерідко своїм ставленням травмує дитину.

Шкала «Кооперація». Високі бали за шкалою «кооперація» (7–8 балів) є ознакою того, що дорослий виявляє щирий інтерес до того, що цікаве дитині, високо оцінює її здібності, заохочує самостійність та ініціативу, намагається бути з нею на рівних. Такі батьки, як правило, довіряють своїм дітям та намагаються зрозуміти їхню точку зору під час вирішення суперечливих питань. Низькі бали по цій шкалі (1–2 бали) свідчать про те, що дорослий стосовно дитини поводить навпаки і не може претендувати на роль гарного педагога.

Шкала «Симбіоз». Високі бали за шкалою «симбіоз» (6–7) балів достатні для того, щоб зробити висновок про те, що ця доросла людина не встановлює психологічну дистанцію між собою і дитиною, намагається завжди бути ближче до неї, задовольняти її потреби, захищати від неприємностей. Батько або мати нібито відчуває себе одним цілим з дитиною. У таких батьків тривога за дитину значно підвищується, коли дитина починає відстоювати «власну автономію». За власною волею ця категорія батьків ніколи не дасть дитині самостійності, чим, безумовно, заважатиме її розвитку.

Низькі ж бали за цією шкалою (1–2 бали) є ознакою того, що дорослий, навпаки, встановлює значну психологічну дистанцію між собою і дитиною. Що це – повага до особистості дитини чи батьківська байдужість – зрозуміти допоможуть інші показники методики.

Шкала «Контроль» Високі бали за шкалою «контроль» (6–7 балів) свідчать про те, що доросла людина поводиться занадто авторитарно стосовно дитини, вимагаючи від останньої незаперечної слухняності і задаючи дитині жорсткі дисциплінарні рамки. Вона нав'язує дитині майже в усьому свою волю. Така поведінка батьків далеко не завжди може бути корисною для дітей, тому що сприяє розвитку пасивності, психологічної загальмованості та інфантилізму.

Низькі бали за цією ж шкалою (1–2 бали) навпаки, свідчать про те, що контроль за діями дитини з боку дорослої людини практично відсутній. Це може бути не дуже добре для навчання і виховання дітей. Найкращим варіантом оцінки педагогічних здібностей дорослої людини за цією шкалою є середні оцінки, від 3 до 5 балів.

Шкала «Ставлення до невдач дитини». Високі бали за шкалою «ставлення до невдач дитини» (7–8 балів) є ознакою того, що доросла людина вважає дитину маленькою невдахою і ставиться до неї як до нетямущої істоти. Інтереси, захоплення, думки і почуття дитини здаються дорослій людині несерйозними, і вона ігнорує їх.

ТЕСТ Психологічний клімат сім'ї

Психологічний клімат – це міжособистісні стосунки, типові для будь-кого колективу, що визначають його основний настрій.

Прочитайте такі твердження. Якщо Ви згодні із твердженням поставте "так", якщо незгодні - поставте "ні".

1. Наша сім'я є дуже дружньою.
2. По суботах та неділях у нас прийнято снідати, обідати та вечеряти всім разом.
3. Присутність деяких членів сім'ї зазвичай виводить мене з рівноваги.
4. У своєму будинку я відчуваюся дуже затишно.
5. У житті нашої сім'ї є обставини, які дуже дестабілізують стосунки.
6. Найкраще я відпочиваю у домашній обстановці.
7. Якщо в сім'ї трапляються розбрати, то про них швидко забувають.
8. Деякі звички когось із членів сім'ї мене дуже дратують.
9. З повною підставою я можу вважати: мій дім – моя фортеця.
10. Візити гостей зазвичай благотворно впливають на стосунки у сім'ї.
11. У сім'ї є дуже неврівноважена людина.
12. У сім'ї хоча б хтось мене завжди втішить, підбадьорить, надихне.
13. У нашій сім'ї є члени з дуже важким характером.
14. У нас у сім'ї всі добре розуміють одне одного.
15. Помічено: візити гостей зазвичай супроводжуються дрібними чи значними конфліктами у ній.
16. Коли я надовго їду з дому, то дуже сумую за "рідними стінами".
17. Знайомі, відвідавши нас у гостях, зазвичай відзначають мир і спокій у нашій сім'ї.
18. Іноді у нашому будинку виникають сильні скандали.
19. Домашня атмосфера часто впливає на мене гнітюче.
20. У сім'ї я відчуваюся самотнім і нікому не потрібним.
21. У нас прийнято відпочивати влітку всією родиною.
22. Трудомісткі відносини ми зазвичай виконуємо колективно - генеральне прибирання, підготовка до свята, робота на дачній ділянці тощо.
23. Члени сім'ї часто співають або грають на музичних інструментах.
24. У сім'ї переважає радісна, весела атмосфера.

25. Обстановка швидше тяжка, сумна чи напружена.
26. У сім'ї мене дратує те, що всі або майже всі говорять у будинку на підвищених тонах.
27. У сім'ї прийнято вибачатися один перед одним за допущені помилки або заподіяні незручності.
28. На свята у нас зазвичай веселе застілля.
29. У сім'ї настільки дискомфортно, що часто йти додому не хочеться.
30. Мене часто кривдять вдома.
31. Мене завжди радує порядок у нашій квартирі.
32. Коли я приходжу додому, у мене часто буває такий стан: нікого не хочеться бачити.
33. Відносини у сім'ї дуже натягнуті.
34. Я знаю, що дехто в сім'ї почувається незатишно.
35. До нас часто приходять гості.

Обробка даних.

Визначається кількість правильних відповідей щодо "ключа":

"так" - 1, 2, 4, 6, 7, 9, 10, 12, 14, 16, 17, 21, 22, 23, 24, 27, 28, 31, 35;

"ні" - 3, 5, 8, 11, 13, 15, 18, 19, 20, 25, 29, 30, 32, 33, 34.

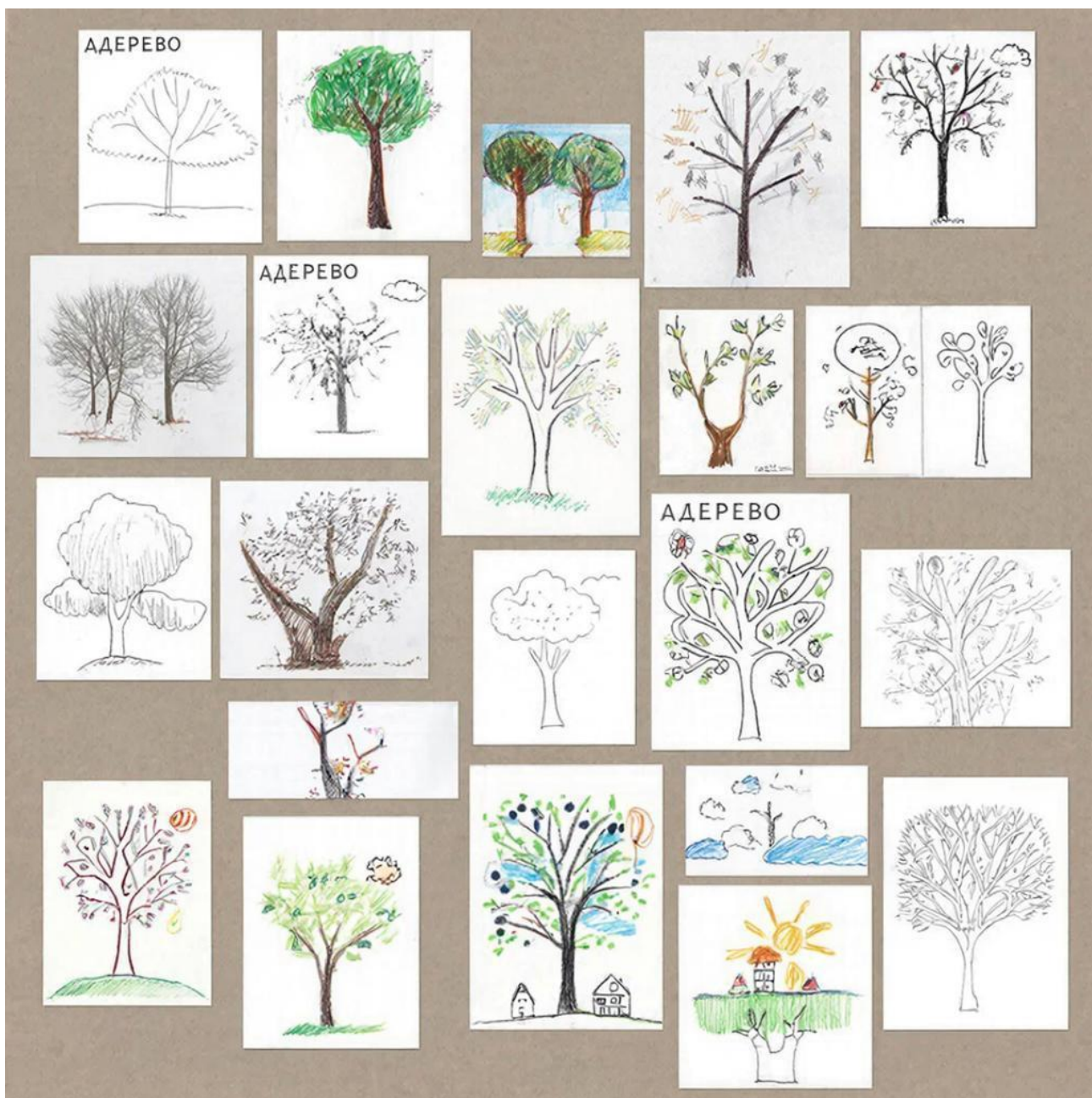
За кожен відповідь, що збігається з ключем, нараховується бал.

Результати:

Показник "характеристика біополя сім'ї" може змінюватись від 0 до 35 балів.

0-8 балів. Стійкий негативний психологічний клімат. У цих інтервалах знаходяться показники подружжя, яке ухвалило рішення про розлучення або визнає свою

Малюнки до тесту “Дерево”



Інтерв'ю з підлітками та батьками.

1. *Максим, 13 років (склад родини: батько інженер, мати бухгалтер, молодша сестра):* «Мені подобається проводити час з моєю родиною. Коли народилася моя сестра, пам'ятаю, я дуже ревнував, особливо матусю до неї, але зараз, я задоволений, що в мене є сестра. На свята ми збираємось разом, приїжджають наші бабусі з дідусями. Влітку ми можемо відпочивати разом за городом.»

Мама Максима: «Максим добре навчається, спокійний, любить сестру, хоча вона йому часто заважає. В нас є у кожного свої обов'язки щодо домашніх справ. У кожного є свої інтереси і друзі.»

2. *Еліна, 10 років (склад родини: батько):* «Мені не подобається вчитися. Частіше я сиджу вдома та граю в комп'ютерні ігри.»

Тато Еліни: «Еліна замкнута. Можливо це частково моя провина, мені не вистачає часу займатися з нею.»

3. *Антон, 18 років (склад родини: батько електрик, мати продавець, молодший брат та сестра):* «Школа нормальна, але іноді нудно. Люблю фізкультуру. Куди хочу поступати ще не вирішив, можу піду одразу працювати чи в армію. Так, в мене є друзі. Ми не дуже часто ходимо разом з батьками кудись, в них бракує часу.»

Мама Антона: «У Антона є певні труднощі з навчанням. Він не дуже цікавиться подальшим майбутнем, йому важко концентруватися на уроках. Ми хотіли би працювати з психологом. У школі намагаємось співпрацювати з вчителькою, шукаємо індивідуальний підхід. В нас не вистачає зараз сил на все, Антон це відчуває.»

4. *Маша, 15 років (склад родини: батько п'є, частіше безробітний, мати працює продавцем в кіоску, молодший брат):* «Хочу скоріше з'їхати та почати заробляти самостійно гроші. Люблю свого брата. Вчуся середньо, іноді батько п'є і заважає нам жити.»

Мама Машин: «Маша даже розумна дівчинка, вчителі гарної про неї думки. В неї небагато друзів. Ми інколи їздемо в парк чи на озеро разом.»

5. *Віктор, 10 років (склад родини: батько програмист, мати дизайнер):* «В мене багато друзів і в школі, і на вулиці. Мені подобається інформатика і англійська, література. Ми з батьками часто подорожуємо та бували в різних країнах. Хочу бути як батько програмистом, мені подобається займатися за компом.»

Тато Віктора: «Віктор добре навчається, гадаю, в нього не має проблем з друзями, ми завжди раді, та в нас часто хтось залишається з ночовкою, ми товаришуємо з батьками його друзів також. Він ще займається спортом. Ми намагаємося допомогти йому правильно розподіляти час, вчимо планувати. Він ходить у різноманітні гуртки.»

6. *Максиміліан, 12 років (склад родини: батько дизайнер, батько викладач):* «В мене дуже багато друзів. Спочатку мені було складно, тощо в мене два батька. Діти дражнили мене і батьки перевели мене в іншу школу. Зараз в мене немає проблем. Я займаюся музикою, ходжу в басейн. Ми з батьками часто граємо разом вдома чи з друзями. Ми також часто подорожуємо.»

Тато Максиміліана: «Максиміліан добре вчиться, але якщо б він і не мав гарних відміток, то це б було не критично. Ми дуже переймаємося за нього, тому що в нашому суспільстві не має толерантного ставлення до одностатевих шлюбів. Ми дуже любимо Максиміліана і хочемо щоб він ріс щасливим, це найголовніше. Він дуже розумний хлопчик. В нього багато друзів, він дуже талановитий.»