

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ІЗМАЇЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра загальної та практичної психології

**ВПЛИВ СТИЛЮ БАТЬКІВСЬКОГО ВИХОВАННЯ НА
РІВЕНЬ ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО
ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Кваліфікаційна робота здобувача

освітнього ступеня _____ бакалавр

спеціальності 053 Психологія

освітньої програми Психологія

(шифр і назва спеціальності (спеціалізації, освітньої програми))

Бургоч Веронія Шакірівна

(прізвище, ім'я, по батькові здобувача вищої освіти)

Керівник д.психол.н., проф. Кічук А.В.

(науковий ступінь, вчене звання, прізвище, ініціали)

Рецензент завідувач кафедри загальної педагогіки

і спеціальної освіти, к.пед.н., доц. Звєкова В.К.

(науковий ступінь, вчене звання, прізвище, ініціали)

Робота допущена до захисту
на засіданні кафедри загальної та практичної
психології

протокол № від «28» травня 2026 р.

Завідувач кафедри

Мазоха І. С.
(підпис) (прізвище, ініціали)

Робота пройшла публічний захист

на відкритому засіданні ЕК

«22» серпня 2026 р.

Оцінка 88 балів добре

(за стобальною шкалою) (за традиційною шкалою)

Голова ЕК

Мазоха І. С.
(підпис) (прізвище, ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП	2
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ДИТЯЧОЇ ТРИВОЖНОСТІ ТА СТИЛІВ БАТЬКІВСЬКОГО ВИХОВАННЯ.....	6
1.1. Поняття тривоги та тривожності в психології: сутність, види та вікові особливості прояву в дітей.....	6
1.2. Стилї батьківського виховання: теоретичні підходи, класифікації та їх психологічні характеристики.....	15
1.3. Аналіз наукових досліджень проблеми впливу батьківського виховання на емоційний розвиток та формування тривожності дитини.....	22
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1.....	32
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СТИЛЮ БАТЬКІВСЬКОГО ВИХОВАННЯ НА РІВЕНЬ ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ.....	33
2.1. Організація та методи дослідження.....	33
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження.....	35
2.3. Психолого-педагогічні рекомендації батькам щодо профілактики (пропедевтики) та зниження рівня тривожності у дітей.....	44
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2.....	48
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.....	49
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	51
ДОДАТКИ.....	54

ВСТУП

Актуальність дослідження. В умовах сучасних соціально-економічних та культурних трансформацій суспільства зростають вимоги до психоемоційного здоров'я підрастаючого покоління. Молодший шкільний вік є сенситивним періодом для формування особистості, становлення самооцінки та розвитку емоційно-вольової сфери. Вхідження дитини в нову соціальну ситуацію розвитку, пов'язану з початком систематичного шкільного навчання, часто супроводжується підвищенням психологічного напруження та, як наслідок, зростанням рівня тривожності. Провідним інститутом соціалізації, що детермінує психічний розвиток дитини, залишається сім'я. Саме в родині закладаються основи емоційного реагування та патерни поведінки. Батьки виховують дитину за власним прикладом, задовольняють її базові потреби, навчають, підтримують у починаннях та дбають про її безпеку. Дитина, у свою чергу, довіряє батькам, інтегрує їхні звички та пристосовується до сімейної системи.

Таким чином, формування особистості дитини залежить не тільки від спадковості, але й значною мірою від середовища і, зокрема, виховання. Те, як батьки виховують своїх дітей, впливає на їхній емоційний розвиток, світогляд і психологічну стійкість у довгостроковій перспективі. Особливо чутливим цей вплив стає у молодшому шкільному віці. В цей період одним із поширених чинників, що провокують емоційне напруження, є страх дитини розчарувати батьків або не відповідати їхнім уявленням та очікуванням. Хоча на прояви тривожних станів можуть впливати й інші фактори (індивідуальні особливості нервової системи, психологічні травми, загальні ситуації, генетична схильність та ін.). Саме стиль батьківського виховання виступає

ключовою детермінантою, яка або створює умови для формування емоційної стійкості, або стає джерелом фрустрації та підвищеної тривожності.

Актуальність цього дослідження посилюється в умовах сучасної соціально-політичної кризи, зокрема війни, що виступає потужним стресовим фактором. Емоційний стан батьків та їхня здатність підтримувати стабільний виховний процес безпосередньо впливають на емоційний стан дитини, формуючи її сприйняття світу та механізми реагування на стрес.

Незважаючи на значну кількість праць, присвячених вивченню тривожності (зокрема, у роботах З. Фрейда, К. Хорні, Ч. Спілбергера та ін.) та проблем сімейного виховання (відображених у класифікаціях Д. Баумрінда, Е. Ейдеміллера, Е. Макобі та Дж. Мартіна та ін.), питання специфічного впливу батьківських виховних стратегій на рівень тривожності саме у дітей молодшого шкільного віку в контексті сучасних соціальних викликів потребує подальшого поглибленого вивчення.

Мета дослідження – здійснити теоретичне обґрунтування та емпіричну верифікацію специфіки детермінації рівнів тривожності молодших школярів під впливом варіативних моделей батьківського виховання.

Для досягнення поставленої мети було сформульовано такі **завдання дослідження**:

1. З'ясувати психологічний зміст понять «тривога» та «тривожність», визначити їх види й вікові особливості прояву у дітей молодшого шкільного віку.
2. Проаналізувати основні теоретичні підходи та класифікації стилів батьківського виховання у сучасній психології.
3. Емпірично дослідити та проаналізувати взаємозв'язок між стилями батьківського виховання та рівнем тривожності молодших школярів.

4. Розробити психолого-педагогічні рекомендації для батьків щодо профілактики та зниження рівня тривожності у дітей молодшого шкільного віку.

Об'єктом дослідження є процес формування та прояву тривожності у дітей молодшого шкільного віку.

Предметом дослідження є вплив стилів батьківського виховання на рівень тривожності у дітей молодшого шкільного віку.

Ефективність дослідження впливу стилю батьківського виховання на рівень тривожності у дітей значною мірою залежить від правильного підбору методик та засобів діагностики. До таких засобів належать опитувальники для батьків та дітей для визначення стилю виховання та рівня тривожності у дитини. Також необхідним є спостереження за поведінкою дитини в сім'ї та поза її межами, фіксація реакції дитини та батьків на стресові ситуації та емоційну взаємодію, а також проведення інтерв'ю для глибшого розуміння сімейних динамік. Також цікавим методом діагностики є малюнкові тести, які можуть допомогти виявити приховані почуття та переживання дитини.

Методи дослідження – теоретичні методи: аналіз, синтез та систематизація наукової психолого-педагогічної літератури (для уточнення сутності понять «тривога», «тривожність», «стилі батьківського виховання» та аналізу теоретичних підходів до проблеми); узагальнення (для формулювання теоретичних висновків та розробки методичних рекомендацій). Емпіричні методи: психодіагностичне тестування (констатувальний етап), яке проводилося за допомогою наступних методик: Опитувальник «Вимірювання батьківських установок і реакцій» (PARI) Е. Шефера (для діагностики особливостей батьківського виховання та установок); проєктивний «Тест тривожності» (Р. Темпл, М. Доркі, В. Амен) (для визначення рівня та характеру тривожності у дітей молодшого шкільного віку);

Практичне значення дослідження – запропоновані методичні рекомендації для батьків можуть бути використані практичними психологами та соціальними педагогами для профілактики та зниження рівня тривожності у дітей. Отримані результати можуть бути застосовані у діяльності психологічної служби закладів загальної середньої освіти, а також у процесі індивідуального консультування батьків.

Експериментальна база дослідження - Опорний заклад освіти Кілійський заклад загальної середньої освіти №4 Кілійської міської ради. У дослідженні взяли участь 30 осіб: 10 учнів молодшого шкільного віку (4 клас) та 20 їхніх батьків.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати дослідження були представлені та обговорені на XII Всеукраїнській науково-практичній конференції (м. Ізмаїл, 27.04.2026). За матеріалами дослідження опубліковано наукову статтю: «Деякі аспекти формування тривожності у дітей молодшого шкільного віку в контексті сімейного виховання». Збірник наукових праць. Випуск 12: «Сучасна психологія: проблеми та перспективи».

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел (який налічує 27 позицій) та додатків. Загальний обсяг роботи становить 59 сторінки. Робота містить 3 таблиці та 3 рисунки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ДИТЯЧОЇ ТРИВОЖНОСТІ ТА СТИЛІВ БАТЬКІВСЬКОГО ВИХОВАННЯ

1.1. Поняття тривоги та тривожності в психології: сутність, види та вікові особливості прояву в дітей

Проблематика тривоги й тривожності посідає важливе місце у сучасній психологічній науці, оскільки ці феномени безпосередньо пов'язані з емоційним благополуччям особистості, особливостями її адаптації до умов соціального середовища та характером реагування на зовнішні й внутрішні труднощі [10]. Особливої актуальності дослідження тривожності набуває у дитячому віці, коли відбувається інтенсивне становлення емоційної сфери, формування механізмів саморегуляції, самооцінки, базового відчуття безпеки та способів взаємодії зі значущими дорослими. У цьому контексті молодший шкільний вік є одним із найбільш чутливих періодів психічного розвитку, оскільки саме на цьому етапі дитина входить у нову соціальну ситуацію розвитку, пов'язану з навчальною діяльністю, розширенням кола соціальних контактів, підвищенням вимог з боку дорослих і необхідністю пристосування до шкільних норм та правил [8; 10; 17].

У психології поняття «тривога» і «тривожність» не є тотожними, хоча в науковій та навчальній літературі вони нерідко розглядаються у взаємозв'язку. Тривога переважно трактується як емоційний стан, що виникає в ситуації невизначеності, очікування небезпеки або загрози, тоді як тривожність розглядається як відносно стійка індивідуально-психологічна

властивість особистості, яка виявляється у схильності до частого переживання тривоги, підвищеної напруженості, занепокоєння та передбачення негативного розвитку подій. Таке розмежування має принципове значення для дослідження дитячої психіки, адже дозволяє відрізнити ситуативні емоційні реакції, зумовлені конкретними обставинами, від стійких особистісних тенденцій, що формуються під впливом умов виховання, стилю сімейної взаємодії та загального емоційного клімату в родині [20; 24].

Отже, для розкриття проблеми впливу стилю батьківського виховання на рівень тривожності у дітей молодшого шкільного віку необхідним є насамперед теоретичне осмислення сутності понять «тривога» і «тривожність», визначення їх основних видів, функцій та психологічних проявів, а також урахування вікової специфіки емоційного розвитку дітей. Такий підхід дає змогу сформуванню цілісного теоретичного підґрунтя для подальшого аналізу взаємозв'язку між особливостями сімейного виховання та емоційним станом дитини [17; 24].

Існує чимало авторитетних напрацювань наукового розгляду чинників тривожності, які беруть початок у методах дослідження несвідомого З. Фрейда, який дотримувався думки, що «тривога є наслідком неадекватної розрядки енергії лібідо». Базис формування тривоги З. Фрейд розпізнав у когнітивній та фізичній неспроможності дитини керувати оточенням. У теоретичних напрацюваннях В. Райха було розширено динамічну модель психіки З. Фрейда, врахувавши не лише чинник лібідо, а й кожну з фундаментальних біопсихічних функцій. За біоенергетичною теорією Вільгельма Райха, задоволення — це стан, коли життєва енергія вільно рухається від центру (ядра) організму до всього тіла (периферії). Саме цей вільний рух допомагає людині жити в гармонії з навколишнім світом. Тривожність у межах даної концепції трактується як інгібіція (гальмування) енергетичного обміну із зовнішнім середовищем. Коли людина спрямовує

свою енергію не назовні, а ховає її всередині себе, у тілі виникають м'язові затиски. Через це психічна тривога перетворюється на фізичні хвороби (соматизацію), а людина втрачає здатність природно сприймати та відчувати своє тіло й навколишній світ. Отже, головна заслуга Вільгельма Райха у вивченні тривожності полягає в тому, що він показав, як тілесна скованість і м'язові затиски блокують справжні почуття та емоції людини. Це сковує активність людини і заважає їй керувати своїми внутрішніми бажаннями та зовнішніми потребами [8; 15].

Отже, у межах психоаналітичного та психодинамічного підходів тривожність переважно розглядалася як наслідок внутрішньоособистісного конфлікту, напруження та порушення природної регуляції психічної енергії. Водночас подальший розвиток психологічної думки зумовив перехід до розгляду тривожності не лише як внутрішнього конфлікту, а і як явища, пов'язаного з соціальними умовами розвитку особистості та її взаємодією з оточенням [20].

Теоретичний підхід А. Адлера визначає тривожність як наслідок дисгармонії між прагненням до самоствердження та реальним досвідом соціальної невзаємодії, де ключовим чинником виступає усвідомлення суб'єктом своєї недостатньої компетентності у соціальному просторі. У ситуаціях, коли соціальне середовище висуває перед людиною певні нормативні вимоги або зовнішні завдання, виникає необхідність актуалізації його адаптаційних ресурсів та підтвердження власної компетентності. За умов сформованого комплексу неповноцінності, будь-яка ситуація успіху чи конкуренції трактується як загроза статусу "Я". Це зумовлює виникнення надлишкової афективної напруги, яка перешкоджає продуктивному вирішенню навіть когнітивно простих завдань [15; 16].

Новий погляд на тривожність з'явився завдяки Карен Хорні. Вона обґрунтувала соціокультурний підхід, довівши, що тривога та характер людини формуються під впливом суспільства, культури та стосунків із

близькими. Ці розбіжності з класичним психоаналізом Зигмунда Фрейда виникли насамперед через кардинально різне розуміння причин та походження тривожності. Теорія Карен Хорні наголошує на тому, що саме суспільство та культура відіграють вирішальну роль у розвитку людини та формуванні її особистості [9, с. 142]. У науці тривожність розуміють дуже по-різному. Її розглядають як: прихований фактор, що впливає на поведінку; тимчасовий емоційний стан через стрес; результат того, що людина не може задовольнити свої соціальні потреби; постійну рису характеру, яка проявляється як зовні, так і внутрішньо; або ж як наслідок конфлікту внутрішніх мотивів. Водночас учені погоджуються щодо кількох головних речей. Це дозволяє чітко визначити спільні причини появи тривожності. Зокрема, учені одностайні в тому, що потрібно розділяти тривогу як тимчасовий стан і як постійну рису характеру. Також вони згодні щодо аналізу її функцій (як реакції на конкретну ситуацію) та визначення різних типів тривожних людей [16; 22].

На наше переконання, багатогранність поняття «тривожність» актуалізується насамперед у двох абсолютно різних значеннях. Перший аспект — це емоційна реакція на стрес. Вона проявляється в тому, що людина відчуває сильне розумове напруження, коливання настрою, а її серце починає битися частіше через активну роботу вегетативної нервової системи. Цей стан виникає як природна реакція тіла та психіки, коли людина оцінює конкретну ситуацію як небезпечну або таку, що загрожує її життю та благополуччю. Друге значення тривожності пов'язане з індивідуальними особливостями людини. Це її постійна схильність переживати такі стани, яка проявляється як незмінна риса характеру [13]. У контексті дитячої психології зазначена диференціація набуває особливої гостроти. Феноменологія тривожності в онтогенетичному періоді молодшого шкільного віку посідає домінантне місце в системі пріоритетів сучасної психологічної науки. Актуальність даного питання детермінована тим, що тривожність у цьому

віці виступає не лише симптомом дезадаптації, а й чинником, що гальмує гармонійний розвиток особистості. Через повномасштабну війну та постійну небезпеку психологи мають якнайбільше уваги приділяти дослідженню тривожності. Адже її руйнівний вплив стрімко зростає серед усіх людей, і особливо — серед дітей. Ця проблема стає ще гострішою, тому що в молодших школярів механізми самовладання ще не дозріли. Діти цього віку просто не можуть самотійно впоратися з тривогою. Зазначене актуалізує необхідність проактивного фахового та виховного супроводу з боку дорослих, на яких покладено юридичну та морально-етичну відповідальність за забезпечення психосоціального благополуччя дитини. Це покладає особливу відповідальність на дорослих, які мають стати зовнішньою опорою для дитини. Отже, вивчення тривожності на різних етапах дорослішання дитини є надзвичайно важливим. Це допомагає зрозуміти саму суть проблеми, побачити, як саме вона впливає на особистість, та розробити дієві способи її подолання [12, с. 101].

Для глибшого розуміння механізмів виникнення тривожності необхідно розглянути її через призму вікової динаміки. Психіка дитини розвивається поетапно. З кожним новим кроком вона стає складнішою, організованішою та починає працювати як єдина злагоджена система. Коли дитина росте, у її психіці з'являються нові, складніші здібності. Це відбувається тому, що старі психічні процеси розділяються на окремі спеціалізовані функції, які потім об'єднуються знову, але вже на набагато вищому, якісно новому рівні. При цьому психічний розвиток не є механічним накопиченням елементів; це перехід від структурно простіших до системно складних утворень. Кожен етап розвитку «вбирає» в себе попередній досвід, трансформуючи його. Центральною ланкою, що забезпечує стабільність або, навпаки, провокує деструктивні стани в цій системі, є дитячо-батьківські відносини. Вони виступають одним із основних чинників, що формують характер дитини і особливості її поведінки [14]. Сучасна соціальна ситуація в

Україні, зумовлена війною, внесла радикальні корективи у цю динамічну систему за законом інтервенцій екосистем. У цьому контексті доречно звернутися до теорії екосистем Урі Бронфенбренера. Вона пояснює, як різні рівні суспільства — від найближчого оточення дитини до масштабних змін у країні — разом впливають на те, як дитина росте та розвивається. Зазначені чинники найбільше впливають на стосунки між батьками й дітьми, що зрештою визначає конкретні методи та стилі виховання. Відповідно, тривожність у дітей виникає не лише через завищені очікування батьків, помилки у вихованні чи проблеми в стосунках із ними [17]. На неї також сильно впливають зовнішні фактори: радикальна зміна цінностей у родині, життєві кризи, переживання втрати близьких, а також постійна тривога, яку дитина отримує з новин та інтернету [3, с.142].

Крім загального емоційного фону, молодший шкільний вік специфікується через виникнення шкільної тривожності. Вона включає різні аспекти сталого шкільного емоційного неблагополуччя: хвилювання в навчальних ситуаціях, у класі, очікування негативної оцінки з боку педагогів чи однолітків. Для дитини характерна перманентна рефлексія власної некомпетентності та меншовартості, що супроводжується стійкою когнітивною невпевненістю щодо адекватності патернів своєї поведінки та прийнятих рішень. Узагальнюючи вищезазначене, шкільна тривожність виникає на перетині трьох головних факторів: особистих якостей самої дитини, умов її навчання в школі та того, як її родина ставиться до цього навчального процесу [3, с.145].

Теоретичний базис дослідження тривожності як особистісного утворення був закладений ще Г. Салліваном, який розглядав її як явище міжособистісного характеру. На його думку, тривожність народжується через проблеми у спілкуванні з іншими. Водночас прагнення подолати або повністю позбутися її пов'язане з базовою потребою людини почуватися в безпеці, мати стабільне життя та відчувати душевний спокій серед людей.

Тому запобігти тривожності у дитини можна, якщо побудувати з нею стосунки на основі довіри, розуміння та повної психологічної безпеки.

Згідно з дослідженнями О. Бондаренко, Ш. Бюллер та А. Варги, тривожність визначається як складне й багатогранне явище, яке проявляється як через тілесні відчуття (симптоми), так і в поведінці людини. Для наукової класифікації доцільно виокремити рівні прояву цього феномену:

1). Респонденти із високим рівнем тривожності перебувають у стані перманентного психоемоційного напруження, мають виражене відчуття вразливості та схильність до постійного очікування негативних наслідків. Зазначений стан проявляється у тому, що людина схильна інтенсивно втрачати внутрішню рівновагу навіть під час звичайного, нейтрального спілкування. Окрім цього, виявлено надмірну чутливість до власних невдач та зауважень збоку. Це пов'язано з мінливістю настрою, вразливістю та сильною нерішучістю під час вибору. Дефіцитарність самооцінки у зазначеної категорії дітей проявляється у постійній невпевненості, сором'язливості та прагненні уникати спілкування в групах, що зрештою призводить до пасивної поведінки. Консеквентно, у зазначеної групи респондентів спостерігається брак ініціативи у спілкуванні та значне зниження емоційної виразності під час взаємодії. Однолітки здебільшого не приймають або ігнорують таких людей у групі, що вказує на серйозні труднощі з їхнім пристосуванням до колективу. Процес соціальної адаптації зазначеного контингенту в умовах нового або несприятливого колективу триває довго і відбувається важко. Це пов'язано з сильним психологічним стресом і невпевненістю у власних діях, що підтверджується практичними дослідженнями проявів дитячої тривожності [17; 20; 24].

2). Респонденти із середніми показниками тривожності демонструють вибірковий характер емоційних реакцій, пов'язаний із конкретними стресогенними чинниками. Психічне напруження у таких дітей виникає лише час від часу: під час оцінювання їхнього навчання, виконання складних

розумових завдань та при знайомстві з новими людьми. Ця група людей також чутлива до власних невдач, але, на відміну від високотривожних дітей, вони краще вміють опановувати свої емоції. Завдяки цьому вони можуть частково стримувати свої бурхливі емоції та діяти значно рішучіше, коли потрібно приймати рішення. У спілкуванні ці діти проявляють ініціативу лише вибірково, проте загалом вони налаштовані позитивно і прагнуть підтримувати добрі стосунки як з однолітками, так і з дорослими. Суспільна активність цих осіб відзначається постійними зв'язками та вмінням успішно працювати в команді, що вказує на їхню добру здатність пристосовуватися. Самооцінка цих людей є трохи заниженою, що проявляється в їхній обережній поведінці та певній несміливості. Попри це, у колективі вони зазвичай мають статус прийнятих, оскільки підлаштовуються під більшість і не стикаються з серйозними проблемами у спілкуванні. Особливість їхнього спілкування в тому, що вони частіше реагують на чужі дії, ніж діють самі: хоч вони й люблять спілкуватися, самі першими розмову зазвичай не починають. У цих дітей помітно трохи занижену самооцінку, яка постійно проявляється у стриманій поведінці та несміливості. Однолітки в групі загалом приймають цих дітей, оскільки ті підлаштовуються під більшість. Процес їхньої ігрової діяльності характеризується поведінковою рівноваженістю, а спілкування з однолітками відзначається стабільністю та відсутністю конфліктогенних проявів. За необхідності отримання підтримки зазначені діти вдаються до запитів про допомогу, адресованих педагогу чи іншим дорослим, проте цей процес характеризується певним ступенем комунікативної невпевненості [17; 20; 24].

3). Люди з низьким рівнем тривожності хвилюються дуже рідко — їхнє занепокоєння виникає лише тоді, коли з'являється реальна, об'єктивна загроза. Це свідчить про те, що їхній психологічний захист працює правильно, і вони не схильні вигадувати чи накручувати себе через уявні небезпеки. Зазначена група дітей характеризується адекватністю

самосприйняття та високим рівнем суб'єктивної впевненості у власних ресурсах і когнітивних можливостях. У процесі комунікації досліджувані демонструють виражену ініціативність та активно взаємодіють з іншими. Для вказаної категорії дітей характерна адекватність емоційного реагування на неуспіх, що поєднується з установкою на подолання труднощів та вираженою активністю у реалізації запропонованих видів діяльності. Досліджувані мають високу здатність пристосовуватися, тому почуваються психологічно комфортно як у колі друзів, так і серед незнайомців, якщо немає реальної загрози [17; 20; 24].

Підсумовуючи, зазначимо, що розуміння видів та форм тривожності у молодшому шкільному віці є стратегічно важливим. По-перше, діти цього віку можуть ще погано розуміти власні емоції та не вміти розрізняти, що саме вони відчують. Тому батькам і вчителям вкрай важливо вміти помічати ознаки тривожності у молодших школярів, адже самі діти через вік ще не можуть чітко пояснити й висловити словами те, що вони відчують. По-друге, розуміння та відстеження рівня тривожності у дітей є основою для того, щоб вчасно помітити проблеми й підтримати їхнє психічне здоров'я. Молодший шкільний вік — це період, коли дитина дуже чутлива до всього, що її оточує. Тому висока тривожність у цей час може сильно зашкодити та порушити правильний розвиток її особистості. Знання видів тривожності допомагає батькам і вчителям стежити за емоційним станом дітей, вчасно надавати їм правильну психологічну допомогу та підтримувати з розумінням. По-третє, розуміння причин дитячої тривожності допомагає покращити виховання та зробити навчання в молодшій школі значно ефективнішим. Розуміння особливостей тривожності допомагає обрати правильні методи виховання, які підтримають розвиток дитини та допоможуть їй упоратися зі своїми страхами й переживаннями. По-четверте, такий підхід гарантує, що дитина почуватиметься емоційно захищеною та в безпеці в освітньому середовищі. Психологічна поінформованість батьків та педагогів про дитячу

тривожність допомагають створити для дитини безпечні умови, де вона почувається захищеною та отримує підтримку, щоб упоратися зі своїми страхами й переживаннями [12, с. 33- 35].

Отже, генезис тривожності значною мірою зумовлюється соціальним середовищем, де провідне місце посідає сім'я. Саме в родинному колі закладаються механізми реагування на стрес. У цьому контексті особливого значення набуває стиль батьківського виховання як система вимог, контролю та підтримки. З огляду на це, подальший аналіз потребує детального розгляду конкретних класифікацій стилів сімейного виховання та їхнього диференційованого впливу на емоційний генезис дитини.

1.2. Стили батьківського виховання: теоретичні підходи, класифікації та їх психологічні характеристики.

Сімейне виховання відіграє важливу роль у процесі формування особистості дитини та суттєво впливає на її подальший психічний і соціальний розвиток. Саме у сімейному середовищі закладаються основи ціннісних орієнтацій, емоційної сфери, моделей поведінки та особливостей взаємодії з іншими людьми [3]. У процесі щоденної взаємодії з батьками дитина засвоює соціальні норми, способи реагування на різні життєві ситуації, а також формує уявлення про себе та власні можливості. Важливе значення при цьому має не лише зміст виховних впливів, а й особистий приклад дорослих, який виступає одним із найефективніших засобів соціального навчання. Як зазначають дослідники, діти значною мірою засвоюють моделі поведінки через спостереження за діями значущих дорослих, насамперед батьків, що обумовлює вагомий вплив сімейного виховання на процес психологічного розвитку особистості [18].

Проблема сімейного виховання та його впливу на розвиток дитини є предметом дослідження багатьох вітчизняних і зарубіжних учених. Значний

внесок у вивчення особливостей дитячо-батьківських відносин, психологічних механізмів сімейного виховання та формування особистості дитини зробили такі дослідники, як І. Бех, О. Бондаренко, Ш. Бюллер, А. Варга, А. Дмитренко, С. Ковальов, І.Кон, О.Кононко, В.Котирло, В. Кравець, М. Лісіна, П. Мармазинська, В. Нефьодов, М. Сова, В. Столін, Ю. Щербань, Р. Шпрангер та ін.

Наукові дослідження доводять: батьки мають насамперед дбати про те, щоб створити вдома затишну, підтримувальну та безпечну атмосферу. Адже саме це є основою для того, щоб дитина виросла психічно здоровою та гармонійною особистістю. Будь-які проблеми чи конфлікти в стосунках між рідними в сім'ї обов'язково проявляться в поведінці дитини, коли вона підростатиме. Це може змінити її характер, знизити самооцінку та вплинути на інші важливі психологічні риси. У зазначеної категорії дітей часто помічають різні ознаки дезадаптації: вони сильно тривожаться (як загалом по життю, так і в конкретних ситуаціях), важко звикають до школи та мають труднощі із засвоєнням навчального матеріалу. Зазначена проблематика проявляється особливо гостро в молодшому шкільному віці. Саме в цей період дитина активно починає розуміти себе та формувати свою самооцінку, що надалі визначатиме розвиток усієї її особистості. З огляду на вищезазначене, наукове дослідження того, як саме стиль сімейного виховання впливає на розвиток особистості молодшого школяра, залишається надзвичайно важливою та актуальною темою для психологів і педагогів [16; 23; 24].

У науці є багато різних теорій про те, які методи виховання є найкращими. Усі вони залежать від того, скільки часу та сил батьки готові вкладати в розвиток своєї дитини. Булл (2001) акцентує увагу на тому, що життєві цінності подружжя, які складаються під час створення та життя сім'ї, визначають характер стосунків між рідними, впливають на те, як батьки спілкуються з дітьми, і загалом формують увесь домашній уклад. Коли

батьки закріплюють неадекватні патерни ставлення до дитини, це руйнує їхнє спілкування. У таких випадках виховання зводиться лише до формального виконання батьківських обов'язків. Це призводить до виникнення психологічного бар'єру, емоційного відчуження та повного зникнення взаєморозуміння в сім'ї [21, с. 2].

Те, як саме батьки виховують дітей, залежить від багатьох зовнішніх та внутрішніх причин, які тісно й складно пов'язані між собою. Батьки вибирають спосіб виховання насамперед через свій характер і темперамент, через те, як їх самих виховували в дитинстві, а також завдяки своїм знанням, які вони отримують із книг та наукової літератури [21, с. 2].

У кожній сім'ї складається своя унікальна система виховання. Вона об'єднує всі зусилля батьків, які прагнуть розвинути у дитини конкретні риси характеру та практичні навички для життя. Стиль сімейного виховання визначається тим, як батьки спілкуються з дитиною, які методи виховання вони використовують, а також тим, наскільки сильно вони її контролюють і як багато дарують їй тепла та любові [14, с. 6].

Аналіз наукових праць демонструє, що стилі сімейного виховання є відображенням того, як батьки реагують на потреби дітей та які вимоги вони до них висувають. У науковій термінології розрізняють виховні практики як конкретні поведінкові акти та стилі виховання, що виступають комплексними моделями, які об'єднують широку сукупність батьківських стратегій. Сім'я вважається головною соціальною інституцією, яка відіграє вирішальну роль у розвитку особистості дитини та її успішній інтеграції в суспільство. Найкращі умови для розвитку дитини створюються в рівноправних сім'ях. У таких родинах кожен відчуває себе повноцінною особистістю, а думку та позицію кожного члена сім'ї щиро поважають. У такій родині дитина є рівноправним членом із чітко визначеними правами та обов'язками. Водночас батьки з глибоким розумінням та увагою ставляться до її емоцій, труднощів і переживань. Такі умови сприяють формуванню

взаєморозуміння. Завдяки цьому авторитет батьків стає дуже важливим для дитини, що спонукає її позитивно сприймати досвід та поради дорослих [15].

Класифікація батьківських підходів базується на двох головних критеріях: рівні вимогливості та ступені емоційної близькості. Завдяки цьому виділяють чотири основні стилі виховання: авторитетний, авторитарний, ліберальний (попустливий) та байдужий. Авторами цієї класифікації є дослідники Д. Баумрінд та Е. Маккобі. Стиль сімейного виховання є ключовим фактором, який визначає не лише розвиток мислення та здібностей дитини, а й формує її життєвий шлях у майбутньому. Окрім позитивного впливу на мислення та емоції дитини, цей стиль виховання є надійним захистом від негативних чинників. Він суттєво знижує ризик того, що підліток почне проявляти агресію, порушувати правила або вчиняти правопорушення [26]. Сучасні психологічні дослідження підтверджують, що стиль виховання в сім'ї безпосередньо впливає на розумовий розвиток дитини. Авторитетний (рівноправний) підхід стимулює гнучкість мислення. Водночас жорсткий контроль або надмірне потурання, навпаки, призводять до часткового уповільнення розвитку мовлення, погіршення концентрації уваги та зменшення обсягу пам'яті [5, с. 23,24].

У своїй праці Д. Баумрінд визначила три основні моделі виховання, які стали класичними в психології: авторитетну, авторитарну та ліберальну (дозвільну). Е. Маккобі та Дж. Мартін розвинули теорію Д. Баумрінд. Вони об'єднали три початкові моделі виховання у систему, що базується на двох головних показниках: рівні вимогливості (контролю) та ступені чуйності (прийняття дитини). Поєднання цих двох критеріїв дало змогу визначити чотири основні стилі виховання:

1. Авторитетний (або демократичний) стиль виховання поєднує в собі щире емоційне тепло та належний контроль з боку батьків. У таких родинах дорослі беруть на себе роль відповідальних керівників, стаючи для дитини справжнім прикладом у почуттях та вчинках. Цей підхід до спілкування

передбачає, що батьки приділяють особливу увагу формуванню індивідуальності дитини, її самоусвідомленню, а також заохочують самостійність та активність у родині. У такій родині дитина розвивається як самостійна та неповторна особистість. Тут повністю виключені фізичне насильство та словесні образи, а спілкування базується на логічних аргументах і прагненні досягти взаємної згоди [6, с. 16].

Авторитетні батьки глибоко розуміють емоційні та інтелектуальні потреби дитини. У вихованні вони віддають перевагу не покаранням, а переконанню: пояснюють моральні норми та допомагають дитині усвідомити наслідки її вчинків. Дана модель батьківства допомагає дитині діяти усвідомлено, оскільки поєднується з високою чуйністю батьків. Дорослі завжди готові підтримати дитину та уважно ставляться до її поточних потреб. Батьки встановлюють для дітей чіткі й обґрунтовані правила поведінки. При цьому вони детально пояснюють суть цих обмежень та причини їх запровадження. Оскільки рішення батьків є прозорими й обґрунтованими, дитина не вважає їх свавільними чи несправедливими. Це допомагає досягти взаємної згоди, і дитина охоче дотримується встановлених правил [5; 14]. У межах цієї виховної стратегії батьки відкриті до діалогу: вони дозволяють дитині висловлювати незгоду і готові змінити свої рішення, якщо аргументи дитини є логічними та розумними. Батьки сприяють формуванню дитячої автономії та самостійності, встановлюючи для неї гнучкі й розумні межі поведінки. Діти, яких виховують у такий спосіб, допитливі, прагнуть аргументувати свою думку, а не нав'язувати її, та відповідально ставляться до своїх обов'язків. Такі діти активні та ініціативні, мають стійку впевненість у собі й розвинену самоповагу. Вони товариські та вміють легко знаходити спільну мову з однолітками [14, с. 13].

2. Авторитарний стиль виховання вирізняється суворими вимогами до дитини, покараннями за помилки, тотальним контролем за її особистим життям та придушенням самостійності через примус. Людина, з нахилом до

владного виховання, схильна нехтувати позицією дитини та її здатність до розкриття свого потенціалу. Авторитарна система виховання орієнтована на закриття конфліктів механізмом «батога і пряника», використовуючи категоричні заборони й ультиматуми замість пошуку порозуміння [6, с. 16].

Батьки з авторитарним підходом зазвичай не вбачають необхідності в наданні будь-яких аргументів чи пояснень стосовно власних вимог. Ця виховна модель характеризується тотальним контролем над діями дитини, застосуванням суворих табу, постійними зауваженнями та частою практикою тілесних покарань. Найбільш поширеним методом дисциплінарного тиску в такому випадку є залякування та використання погроз. Такі батьки уникають душевної близькості з дітьми та рідко висловлюють схвалення, через що між ними та нащадками майже не формується емоційна прив'язаність.

За такого типу взаємодії у дітей закладається виключно механізм зовнішньої регуляції, натомість розвивається відчуття провини чи страху перед санкціями, що зазвичай призводить до недостатнього формування внутрішнього самоконтролю. Діти в сім'ях з авторитарним укладом стають відстороненими, боязкими та недовірливими. Їм притаманні пригніченість, високий рівень тривоги та дратівливість, що провокує конфліктність і, як наслідок, призводить до глибокого відчуття незадоволеності життям. У пубертатний період хлопці часто виявляють гострі емоційні реакції на систему заборон і покарань, що проявляється в агресивній поведінці, тоді як дівчатка здебільшого схиляються до пасивності та формування залежності від оточення [14, с. 13].

3. Індиферентний підхід до виховання визначається: емоційним відстороненням, принизливим поведінням та системним ігноруванням емоційної сфери дитини [6, с. 16]. Вихованці байдужих родин схильні до нестриманості, конфліктності, вони демонструють явну схильність до деструктивних дій. Аналіз поведінки юних правопорушників свідчить про те,

що у більшості ситуацій виховання цих дітей базувалося на поєднанні байдужої терпимості та ворожого ставлення [13, с. 13].

4. Ліберальний підхід до виховання орієнтований на політику мінімального впливу на дитину, головною рисою якої є ментальна відстороненість від внутрішнього світу та негараздів дитини. Подібними рисами ліберальної та авторитарної моделей взаємодії є емоційна дистанція, дефіцит щирості, взаємна ізоляція та навмисне демонстрування батьківського домінування [6, с. 16]. Попри те, що дії дітей можуть провокувати роздратування та позбавляти самовладання, ліберальні вихователі намагаються ігнорувати внутрішній дискомфорт, відмовляючись від встановлення дисциплінарних кордонів. Для таких дітей характерні проблеми із самоконтролем, їхні вчинки часто стають непередбачуваними, а схильність до миттєвих бажань бере гору над дисципліною [14, с. 13].

А. Шведовська, досліджуючи особливості батьківської позиції в межах комунікації з дітьми молодшого шкільного віку, диференціює п'ять моделей дитячо-батьківської взаємодії: конфліктну, гармонійну, дистанційну, модель домінування батьків над дитиною та модель домінування дитини за умови батьківського потурання.

Модель «домінуючі батьки – підкорена дитина» визначається тотальним контролем з боку батьків над усіма аспектами життєдіяльності та ситуаціями, у яких перебуває дитина. У взаєминах відсутнє відкрите протистояння, проте, зіставляючи цей підхід із попереднім, варто підкреслити ще вищий рівень непослідовності в управлінських діях батьків. Результати дитини отримують адекватну оцінку, проте батьки нерідко вдаються до неконструктивних методів підтримання взаємодії з нею. У моделі взаємовідносин «домінуюча дитина – потураючі батьки» дитяча позиція подібна до позиції дитини конфліктного типу, проте в цьому разі вона не спрямована на завоювання лідерського статусу. Потураючі батьки виявляють достатню послідовність у своїх діях, орієнтуються на внутрішній

стан дитини та координують її діяльність, акцентуючи увагу на актуальних помилках, що піддаються самостійному виправленню. За гармонійного стилю виховання батьки прагнуть до згоди, тому узгоджують свої правила та вимоги з потребами й думкою дитини. Те, як розподіляються ролі між батьками та дітьми, залежить від конкретної ситуації та завжди відповідає поточним потребам родини. Батьки постійно спрямовують діяльність дитини та допомагають їй у разі потреби. Це дозволяє дитині почуватися впевнено, адже вона знає, що завжди може розраховувати на пораду та захист дорослих. Водночас такий підхід не обмежує її самостійності, а лише створює безпечні умови для розвитку [18, с. 2].

Згідно з цими теоретичними підходами, стиль виховання в сім'ї безпосередньо впливає на самооцінку дитини. Саме від неї залежать активність дитини, її прагнення до саморозвитку та рівень успішності в спілкуванні з однолітками. У молодшому шкільному віці самооцінка дитини формується переважно під впливом її успіхів у навчанні та думок авторитетних дорослих. Самооцінку поділяють на адекватну (реалістичну) та неадекватну (завищену або занижену) — залежно від того, наскільки уявлення дитини про себе збігаються з її реальними можливостями [8].

1.3. Аналіз наукових досліджень проблеми впливу батьківського виховання на емоційний розвиток та формування тривожності дитини

Сучасні психологічні дослідження зосереджені на тому, як атмосфера в сім'ї та виховання впливають на емоційний розвиток і психіку дитини. Наукова значущість дослідження полягає в тому, що сім'я розглядається як ключовий інститут, який визначає емоційний розвиток особистості, її світосприйняття та Я-концепції [3; 5; 6]. Результати контент-аналізу наукових праць підтверджують, що стилі сімейного виховання є ключовим чинником, який визначає рівень тривожності в дітей молодшого шкільного віку. Теоретичне підґрунтя зазначеної проблематики становлять праці вітчизняних та зарубіжних науковців, як В. С. Бліхар, Н. М. Бойко, Н. В.

Бортнік, Н. М. Гончарук, Л. А. Онуфрієва, Т. Ю. Степаненко, Н. А. Зобенько, С. Д. Спілбергер, J. Bowlby, D. Baumrind та ін.

У науковому дискурсі вплив сім'ї на онтогенез особистості дитини розглядається як багатоаспектне явище. Зокрема, С. Абдултайрова наголошує, що сімейне виховання відіграє визначальну роль у формуванні самооцінки дитини, її соціального статусу та подальшої життєвої траєкторії. Авторка підкреслює, що саме в сім'ї як первинному інституті соціалізації закладаються основи характеру, індивідуально-психологічних властивостей та національної ідентичності особистості [1, с. 7–8]. Водночас брак позитивних емоцій з боку батьків призводить до порушення гуманістичної спрямованості особистості, викликає когнітивні спотворення в оцінці психічних станів дитини та створює деструктивні бар'єри в її житті [1, с. 9].

Важливою частиною дослідження є розгляд стилів сімейного виховання як цілісної, взаємопов'язаної системи. Сімейне виховання виступає сукупністю різнопланових емоцій, спрямованих на дитину, сталих поведінкових шаблонів, що застосовуються під час взаємодії з нею, специфічних рис сприйняття і розуміння цілісного образу особистості дитини та характеру її взаємодії з навколишнім світом [21, с. 355]. Згідно з Т. Ю. Степаненко, стиль сімейного виховання є головним чинником розвитку особистості. Він відображає особливості батьківського реагування та їхні очікування щодо дитини [21, с. 355]. У зв'язку з цим варто зробити порівняльний аналіз класифікацій стилів сімейного виховання, які представлені в сучасних психологічних дослідженнях.

Основою для класифікації сімейного виховання стала праця Д. Баумрінд. Авторка визначає виховний стиль як комплекс взаємин між батьками й дітьми, що охоплює характер контролю, особливості вимог, а також систему заохочень і покарань. Головними чинниками, за якими розділяють стилі сімейного виховання, є рівень емоційного прийняття дитини батьками та особливості здійснення ними контролю. У класичній

концепції виокремлюють чотири основні стилі виховання: авторитетний, авторитарний, ліберальний (поблажливий) та індиферентний (байдужий) [3, с. 143].

Авторитетний стиль поєднує в собі емоційне прийняття дитини та належний контроль, що гармонійно поєднуються із заохоченням її особистісної автономії. В основі авторитетного батьківства лежить демократичне спілкування та гнучка зміна виховних вимог залежно від вікових та психічних особливостей дитини. Як наслідок, діти з таких родин є соціально активними, мають високу самооцінку та розвинену здатність до самоконтролю [3, с. 143–144]. В основі авторитарного підходу лежить брак емоційного тепла та прийняття дитини на тлі жорсткого, домінантного контролю з боку батьків. Авторитарні батьки спілкуються з дітьми у формі наказів і вимог. Створені ними правила є абсолютно суворими, а будь-які компроміси чи зміни в них виключені. Застосування такої стратегії призводить до появи у дитини постійної тривожності, глибокого страху перед покаранням та глибокого засвоєння почуття провини [3, с. 144].

Для ліберального стилю виховання властиве поєднання вираженого емоційного тепла з майже повною відсутністю поведінкових обмежень, що призводить до вседозволеності. Оскільки за такого виховання батьки практично не встановлюють правил, дитина опиняється в ситуації повної відсутності орієнтирів та чітких норм поведінки. Через таке виховання дитина виростає інфантильною та тривожною. Їй бракує самостійності, тому вона панічно боїться діяти без сторонньої допомоги та досягати чогось власноруч [3, с. 144]. При індиферентному стилі батьки майже не займаються дитиною і залишаються емоційно байдужими до неї. Вони не забезпечують її базових життєвих потреб та не цікавляться її розвитком і спілкуванням з іншими. Такий підхід руйнує психіку дитини і призводить до багатьох проблем. У неї можуть з'явитися схильність до правопорушень та агресії,

залежності, втрата розуміння власного «Я», а також різноманітні страхи й фобії [3, с. 144].

Огляд вітчизняних наукових досліджень підтверджує актуальність вивчення взаємозв'язку між моделями сімейного виховання та особливостями становлення емоційної сфери дитини. Теоретичний аналіз показує, що емоційний зв'язок дитини з батьками чи іншими близькими дорослими безпосередньо впливає на те, як легко вона пристосується до навчання у школі [3, с. 145]. Варто підкреслити, що причиною дитячої тривожності є не лише надмірні вимоги та деструктивне виховання, а й порушення взаємодії у системі «батько–дитина». Саме цей фактор є базовим у розвитку дитячих фобій [3, с. 142].

До прикладу, за даними емпіричного аналізу В. С. Бліхара, існує безпосередній зв'язок між показниками дитячої тривожності та мірою батьківського тиску. Інтенсифікація контролю й очікувань з боку батьків (що характерно для авторитарного та авторитетного стилів) виступає чинником підвищення тривожності в учнів початкової школи [3, с. 150]. Порівняльний аналіз доводить, що жорсткі поведінкові обмеження та суворя дисципліна є чинниками, які суттєво посилюють вразливість дитини до формування тривожних і фобічних станів [3, с. 148–149]. Важливий висновок дослідження полягає в тому, що коли батьки не мають спільної думки щодо виховання і діють неузгоджено, це стає головною причиною посилення тривожності у молодших школярів [3, с. 150].

Факторний аналіз В. С. Бліхара демонструє, що на емоційний стан дитини впливають два протилежні чинники. З одного боку — це надмірний контроль і гостра реакція батьків на інтелектуальні помилки (перфекціонізм). З іншого — це емпатія та співпраця, які, навпаки, захищають дитину від появи тривожності [3, с. 150–151]. Окреслені результати узгоджуються з теорією прив'язаності Дж. Боулбі, за якою ранній досвід взаємодії зі

значущими дорослими визначає особливості емоційного реагування особистості в онтогенезі [20, с. 481].

У своєму дослідженні Н. М. Бойко також перевіряла, як саме моделі батьківських очікувань та виховання пов'язані з емоційним станом дітей молодшого шкільного віку. Науковий доробок авторки засвідчує, що дисгармонійні стилі виховання (особливо авторитарний та потуральний) суттєво підвищують рівень тривожності в учнів молодших класів [5, с. 112–113]. Дослідження Н. В. Бортнік підтвердило зв'язок між батьківськими стратегіями та формуванням самооцінки молодших школярів. Оскільки самооцінка виступає медіатором тривожності, її неадекватне заниження під впливом авторитарного тиску стає причиною розвитку хронічної тривожності [6, с. 18–19].

Н. М. Гончарук та Л. А. Онуфрієва у своїх роботах підкреслюють, що саме в сім'ї закладаються основи емоційного стану дитини. Вони розглядають сімейне виховання як головний інструмент, який вчить дитину керувати своїми емоціями. Вони зосереджені на визначенні причин дитячої емоційної депресії. Вони з'ясували, що брак батьківського тепла (депривація) у поєднанні з жорстким контролем є головним фактором, який провокує розвиток серйозних тривожних розладів у дітей дошкільного та молодшого шкільного віку [10, с. 148–150].

Вивчення міжнародного досвіду допомагає збагнути, як світові тренди та місцеві культурні традиції у вихованні дітей разом впливають на розвиток їхнього емоційного інтелекту та психологічної стійкості. За даними Н. М. Дороніної, стиль сімейного виховання є ключовим чинником формування емоційно-вольових якостей у старших дошкільників та молодших школярів. Авторитаризм батьків призводить до зростання тривожності та зниження здатності до вольового контролю у дітей [21, с. 53–55].

У межах вивчення теоретико-методологічного базису зазначеного питання варто звернутися до класичних психологічних концепцій, на які

спираються сучасні дослідники. Окрему увагу в межах вивчення психічного розвитку дитини приділено концепції Л. С. Виготського щодо ролі соціального чинника. Зокрема, встановлено, що успішне розкриття «зони найближчого розвитку» за допомогою підтримки дорослого зумовлене специфікою взаємодії та стосунків у системі «батьки – дитина» [9, с. 34–36]. Згідно з концепцією Г. С. Костюка, середовище навчання та виховання є головним чинником, який визначає психічний розвиток і формування особистості. Автор наголошує, що деструктивне виховне середовище здатне провокувати хронічні негативні емоційні стани, де провідну роль відіграє тривожність [13, с. 205–207].

Після завершення аналізу теоретичної бази дослідження, доцільно перейти до вивчення причинно-наслідкових зв'язків між специфікою сімейного виховання та формуванням тривожних станів у межах різних типів родин. На основі аналізу праць вітчизняних і зарубіжних науковців можна констатувати, що в роботах О. А. Курпіти та І. М. Періг авторитарний і ліберальний виховні стилі визначено як деструктивні фактори, що негативно впливають на психогенез дітей молодшого шкільного віку. Дослідження показали, що авторитарний підхід провокує тривожні стани через очікування дитиною санкцій та її невідповідність батьківським вимогам. Натомість ліберальна модель викликає тривожність через брак нормативних кордонів і суб'єктивне сприйняття дитиною власної незахищеності [14, с. 134–135]. Водночас у дослідженнях О. В. Савченко та І. С. Кравченко підкреслюється, що шкільна тривожність у молодших учнів виникає з багатьох причин, але головною серед них є саме вплив сім'ї. Автори доводять, що деструктивні моделі виховання в сім'ї знижують адаптаційні можливості дитини в освітньому середовищі. Як наслідок, це викликає тривале утримання та фіксацію її тривожних станів [20, с. 87–90].

Головним напрямом сучасних досліджень є вивчення причин і особливостей дитячої тривожності, яка виникає через специфіку виховання в

сім'ї. Відповідно до концепції Ч. Д. Спілбергера, чітко розмежовують два типи тривожності: ситуативну, яка є тимчасовим переживанням, та особистісну, що виступає стійкою індивідуально-психологічною характеристикою. Автор наголошує, що розвиток цієї риси значною мірою залежить від зовнішніх факторів, а особливо від того, як саме дитину виховують у сім'ї [20, с. 121–122]. У зв'язку з цим варто підкреслити: хоч гіперопіка, хоч повна байдужість батьків однаково шкодять дитині. Будь-які подібні крайнощі у вихованні призводять до того, що тривожність перетворюється на стійку рису її характеру. Коли тривожність перетворюється на постійну рису характеру, дитині стає значно важче пристосуватися до уроків та знайти спільну мову з однолітками в колективі [22].

У своїх наукових працях Т. І. Шульга детально досліджує шкільну тривожність. Автор розглядає її як особливу форму загальної тривожності, яка часто притаманна дітям у молодших класах. Науково підтверджено, що шкільна тривожність є результатом взаємодії індивідуальних особливостей дитини та її соціального середовища, яке безпосередньо формується під впливом цінностей і мікроклімату в сім'ї. Причини виникнення цього явища криються в поєднанні факторів, пов'язаних як із вихованням у сім'ї, так і з навчанням у школі. Перший блок чинників охоплює високі академічні вимоги викладача та когнітивне навантаження під час перевірки знань; другий — відображає проблему завищених очікувань з боку батьків та домінування авторитарних методів виховання в родині [24, с. 18–22]. Водночас Л. С. Кличко, розробляючи стратегії подолання дитячої тривожності, підкреслює, що для цього необхідний комплексний і системний підхід. Обґрунтовано, що система корекції та профілактики повинна інтегрувати безпосередню роботу з дитиною та психолого-педагогічний супровід батьків, спрямований на покращення й гармонізацію сімейного виховання [12, с. 100–101].

Підсумовуючи, слід зазначити, що сімейне виховання виступає головним медіатором у процесі становлення та розвитку емоційної сфери особистості дитини. Тобто, від того, як батьки виховують дитину, залежить клімат у сім'ї, а цей клімат безпосередньо формує її психоемоційний стан. Спираючись на погляди Л. М. Карамушки, слід зазначити, що психологічний стан молодшого школяра насамперед визначається якістю стосунків у системі «батьки – дитина». Створення безпечного й підтримувального середовища ефективно запобігає розвитку постійної тривожності та допомагає зберегти емоційну рівновагу [19, с. 97–99]. Як зазначають у своїх працях І. С. Фомінова та О. М. Лось, розвиток психологічного здоров'я дитини в молодшому шкільному віці визначається насамперед сімейним оточенням. Дослідження підтверджують, що дисфункційний клімат у сім'ї суттєво посилює ймовірність розвитку тривожних і депресивних розладів [23, с. 24–25]. Додаткової уваги потребує аналіз основних моделей, які розкривають, як сімейне середовище формує дитячу тривожність. З погляду психоаналізу, дитяча тривога — це результат того, як саме склалися стосунки з найближчими дорослими на початку життя. Дана концепція, описана З. Фройдом та Дж. Боулбі, пов'язує появу тривожності з емоційним досвідом людини в ранньому дитинстві. У теорії прив'язаності Дж. Боулбі пояснено, як виникає тривожність залежно від характеру емоційного зв'язку дитини з батьками. Доведено, що саме ненадійний тип прив'язаності, який формується через суперечливе або байдуже ставлення батьків, є ключовим фактором підвищення тривожності дитини у майбутньому [25, с. 481–482]. У межах психосоціальної концепції Е. Еріксона особлива увага приділяється продуктивному вирішенню нормативних криз онтогенезу як базовій умові гармонійного розвитку особистості. Цей період розвитку, що припадає на молодший шкільний вік, пов'язаний із кризою «працьовитості проти почуття меншовартості». Участь і підтримка батьків стають для дитини опорою, яка

дозволяє успішно подолати цей етап і захищає від появи хронічної тривожності через страх не впоратися з новими обов'язками [11, с. 142–144].

У науковому просторі панує думка, що розробка ефективних методів психологічної та педагогічної підтримки родини безпосередньо залежить від глибокого теоретичного осмислення соціально-педагогічних факторів сімейного виховання. Обґрунтовано, що саме чітко визначена концептуальна модель забезпечує цілісність та результативність розробки конкретних інструментів і методик психологічної допомоги родині. У наукових працях Т. Ф. Алексеєнко обґрунтовано думку про багатоаспектність взаємодії між батьками та дітьми, яку не варто обмежувати лише стандартною класифікацією стилів виховання. Автор доводить, що на формування моделей сімейного виховання одночасно впливають соціальні умови та психологічні механізми. Відтак, вивчення процесів у родинному середовищі має здійснюватися виключно на комплексних засадах [2, с. 18–20]. Л. І. Божович зазначала, що саме система взаємин із соціумом є ключовим фактором, який визначає формування особистості дитини. Сім'я при цьому є базовим середовищем, яке визначає майбутні інтереси, цінності та прагнення дитини [4, с. 89–91].

Зважаючи на багатоаспектність досліджуваного феномену, окремого наукового розгляду вимагає аналіз батьківського впливу крізь призму гендерного виміру. Доцільно зосередитися на висвітленні результатів наукових розвідок, що ілюструють неоднорідність ефектів різних виховних стилів стосовно хлопчиків та дівчат молодшого шкільного віку. В. В. Вакар та О. А. Соловей-Лагода у своїх розвідках доводять, що гендерний фактор виступає важливим посередником у тому, як саме сімейне оточення впливає на емоційну сферу дитини. Зокрема, дослідження показують, що однакові моделі сімейного виховання викликають різні рівні та форми тривожності, залежно від статі дитини та особливостей її гендерної соціалізації [7, с. 11–13]. Водночас результати емпіричних розвідок фіксують виражену

відмінність у виховних стратегіях матерів і батьків. Встановлено, що материнські виховні практики тяжіють до авторитарного або авторитетного стилів, тоді як у батьківському сегменті домінує індиферентний підхід. Різні підходи батьків до виховання стають окремим джерелом стресу. Вони збільшують тривожність дитини через брак стабільності та зрозумілих правил у родині [3, с. 147–148].

Узагальнюючи викладене, можна сказати, що дослідження впливу батьків на емоційний стан дитини вказують на кілька чітких закономірностей. По-перше, виявлено безпосередній зв'язок між деструктивним батьківським вихованням та зростанням тривожності у дітей молодшого шкільного віку. Авторитарний, ліберальний та індиферентний підходи заважають здоровому психологічному розвитку дитини. Через те, що сімейне середовище не задовольняє її базові потреби, звичайна захисна тривога перетворюється на постійну рису характеру. По-друге, обґрунтовано, що на емоційну стабільність дитини впливає не тільки конкретний стиль виховання одного з батьків, а передусім узгодженість та єдність їхніх виховних підходів. Встановлено, що неузгодженість батьківських поглядів тримає дитину в стані постійної психологічної напруги, що значно прискорює та підсилює формування тривожних розладів. По-третє, доведено, що емпатія та підтримка в межах гармонійної моделі виховання виступають головною запорукою емоційної рівноваги дитини. Отже, результати аналізу засвідчують, що вплив батьків на емоційне становлення особистості є багатоаспектним процесом. Це зумовлює потребу в подальших емпіричних дослідженнях задля створення дієвих психолого-педагогічних методів корекції тривожності у молодших школярів.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

У сучасній психології тривожність визначається як комплексне багатоаспектне явище, дослідження якого здійснюється в межах методологічної подвійності «ситуативний стан – особистісна властивість». У межах теоретичного аналізу необхідно чітко розділяти поняття «тривога» та «тривожність». Перше є тимчасовим емоційним станом, який виникає як реакція на невизначеність чи кризу, тоді як друге виступає стабільною характеристикою особистості, через яку людина схильна постійно й масштабно турбуватися з будь-якого приводу. Окреслення цієї межі має вирішальне значення для того, щоб правильно інтерпретувати поведінку молодших школярів та вчасно надати їм психологічну підтримку. Таке розмежування допомагає відокремити тимчасові реакції на стресові обставини від стійких якостей особистості, які закладаються через особливості батьківського виховання.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СТИЛЮ БАТЬКІВСЬКОГО ВИХОВАННЯ НА РІВЕНЬ ТРИВОЖНОСТІ У ДІТЕЙ.

2.1. Організація та методи дослідження

Емпіричне дослідження проводилося з метою виявлення характеру взаємозв'язку між установками батьків та емоційними станами дітей.

У дослідженні взяли участь 10 учнів 4-го класу (молодший шкільний вік) та 20 батьків (10 матерів та 10 батьків). Така структура вибірки дозволяє проаналізувати виховне середовище дитини як цілісну систему через залучення обох батьків.

Для розв'язання поставлених завдань було обрано наступний психодіагностичний інструментарій:

1. Тест тривожності (Р. Темпл, М. Доркі, В. Амен). Це проєктивна методика, що дозволяє кількісно та якісно оцінити рівень тривожності дитини. Процедура дослідження передбачає реєстрацію обраних дитиною емоцій (радісний чи сумний вираз обличчя), а також її спонтанних вербальних реакцій. Суть тестового завдання полягає в тому, що на стимульному малюнку обличчя дитини (хлопчика чи дівчинки) позбавлене

чітких деталей і представлено лише у вигляді контуру. Під кожним сюжетом представлено два варіанти дитячої голови, які за розміром збігаються з контуром на основному малюнку: один із них демонструє радісну міміку, інший – пригнічену. Стимульний матеріал демонструється дитині у чітко визначеному порядку, що супроводжується відповідною інструкцією (див. Додаток А).

Показник ІТ визначається як відсоткове співвідношення кількості негативних емоційних виборів до загальної кількості ситуацій (14). Зважаючи на рівень цього індексу, дитячу вибірку доцільно розподілити на три категорії:

1. від 0% до 20% – низькі показники тривожності;
2. від 20% до 50% – середні показники тривожності;
3. вище 50% – високі показники тривожності.

2. Опитувальник «Вимірювання батьківських установок і реакцій» Е. Шефера спрямований на виявлення специфіки батьківських настанов та особливостей виховного процесу.

Опитувальник охоплює 115 тверджень щодо сімейної взаємодії та виховання. Комплекс містить 23 діагностичні шкали (по 5 споріднених питань у кожній). Структура опитувальника побудована таким чином, що твердження, які належать до однієї шкали, повторюються з інтервалом у 23 пункти. На основі інтерпретації показників за окремими шкалами (див. Додаток Б) формується цілісний портрет певного типу сім'ї.

Задля проведення більш ґрунтовного аналізу емпіричних даних було використано метод факторного аналізу. Це уможливило виділення трьох провідних чинників (факторів), що характеризують емоційну взаємодію в родинах учнів початкових класів:

1. Фактор «Гіперопіка – емоційна дистанція». Даний параметр демонструє міру зосередженості батьків на особистості дитини, а також

інтенсивність контролю та прояви гіперопіки. Натомість низькі показники свідчать про наявність емоційної дистанції та певну байдужість дорослих до емоційної сфери учня початкових класів.

2. Фактор «Недостатня демократичність – демократичність». Даний чинник окреслює спроможність батьків до побудови рівноправного діалогу та партнерської взаємодії. Демократичний стиль виявляється у готовності зважати на позицію дитини, стимулювати її пізнавальну й соціальну активність, а також автономію. Натомість дефіцит цього фактору зумовлює нівелювання суб'єктивності дитини та перехід спілкування у суто формальну площину.

3. Фактор «Диктат у вихованні – Відмова від авторитарності». Цей чинник відображає рівень емоційного напруження у виховному процесі. Авторитарний диктат корелює з високою жорсткістю, суворістю, дратівливістю та деструктивним психологічним кліматом у родині. Натомість протилежний полюс (демократизація стосунків) характеризується гнучкістю педагогічних вимог і фокусуванням на особистісному розвитку дитини.

Практичне значення групування за факторами полягає у визначенні провідної виховної стратегії сім'ї, а саме – чим виразніше переважає одного з типів відповідей, тим стабільнішою є виховна стратегія родини. Водночас, якщо результати не демонструють переваги конкретної категорії, ми можемо констатувати суперечливий стиль виховання. У такому випадку поведінка батьків позбавлена чітких принципів і диктується ситуативним настроєм, що створює для дитини умови високої невизначеності – основне підґрунтя для формування стійкої тривожності.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

Першим етапом нашого дослідження стало вивчення особливостей батьківського виховання та установок у сім'ях, де виховуються діти

молодшого шкільного віку. Респондентами виступили 20 батьків (10 батьків та 10 матерів). Для реалізації цього завдання було використано опитувальник «Вимірювання батьківських установок і реакцій» (PARI) Е. Шефера.

При допомозі опитувальника PARI були досліджені загальні аспекти виховання з боку батьків. Респонденти ділилися своїм поглядом на виховний процес у цілому, не уявляючи конкретну дитину. Завдяки цій методиці ми отримали змогу діагностувати як конструктивні, так і дезадаптивні виховні стратегії (зокрема, авторитарність, брак емоційного контакту чи прояви гіперопіки).

Пропонувалося оцінити усі пункти залежно від рівня схвалення (зокрема: «абсолютно погоджуюся», «частково згоден», «мабуть, ні», «категорично проти»). Респондентам (батькам) був наданий бланк тесту та інструкція. Також важливою частиною інструкції було наголошення на тому, що «правильних» чи «неправильних» відповідей немає та прохання відповідати максимально щиро. Дорослим надали завдання оцінити всі наведені твердження. Важливою умовою було індивідуальне проходження тестування, без узгодження відповідей з іншими членами сім'ї.

Структура опитувальника дала змогу послідовно проаналізувати широкий спектр виховних настанов та особливостей сімейної взаємодії. На першому етапі діагностувалася готовність батьків надавати дитині можливість для самовираження та висловлювання власної думки. Надалі аналізувалися такі аспекти, як тенденція до оберігання дитини від життєвих труднощів, а також обмеження соціальної ролі матері виключно веденням домашнього господарства.

Окрему увагу в методиці було приділено деструктивним проявам у вихованні та мікрокліматі родини: придушенню волі й агресивності дитини, проявам надмірної строгості та батьківської дратівливості. Оцінювалися також специфічні психологічні стани батьків, зокрема страх заподіяти шкоду дитині, схильність до жертвності та позиція «мучеництва». Крім того,

аналізувалися особливості дитячої залежності від матері та свідоме заохочення такої інфантилізації з боку дорослих.

Важливим блоком опитувальника було вивчення внутрішньосімейних взаємин, що охоплювало подружні конфлікти, неухважність чоловіка до дружини, домінування (владу) матері та нав'язливість батьків. Водночас інструмент фіксував і деструктивні тенденції у сфері розвитку — придушення сексуальності, уникання спілкування з дитиною чи, навпаки, штучне прискорення її розвитку.

Насамкінець методика дала оцінку демократичним та гармонійним формам взаємодії, як-от: вибудовуванню рівноправних і товариських стосунків між батьками та дітьми, заохоченню дитячої активності, а також визначенню потреби родини у залученні сторонньої допомоги для виховного процесу.

Після завершення тестування отримані відповіді респондентів підлягали кількісному оцінюванню за допомогою ключа методики (Додаток Б) та диференціювалися за 23-ма діагностичними шкалами. Для кожної з наведених шкал було обчислено середнє арифметичне значення балів. Рівень вираженості показників (як високий, так і низький) дозволяє судити про домінування тих чи інших тенденцій у виховній позиції батьків. За фактом завершення тестування та інтерпретації його результатів респондентів поінформували, що отримані дані не мають діагностичного статусу («діагнозу»), а є лише вихідним матеріалом для подальшого психологічного консультування.

Узагальнені результати діагностики типів сімейного виховання представлені у таблиці 2.1 та рисунку 2.1.

Таблиця 2.1

**Розподіл респондентів за домінуючим типом батьківського виховання
(за методикою Е . Шефера)**

Тип батьківського виховання	Кількість досліджуваних	Кількість досліджуваних у %
«оптимальна сім'я»	4	20%
«авторитарна сім'я»	5	25%
«гіперопікуюча сім'я»	8	40%
«відсторонена сім'я»	3	15%

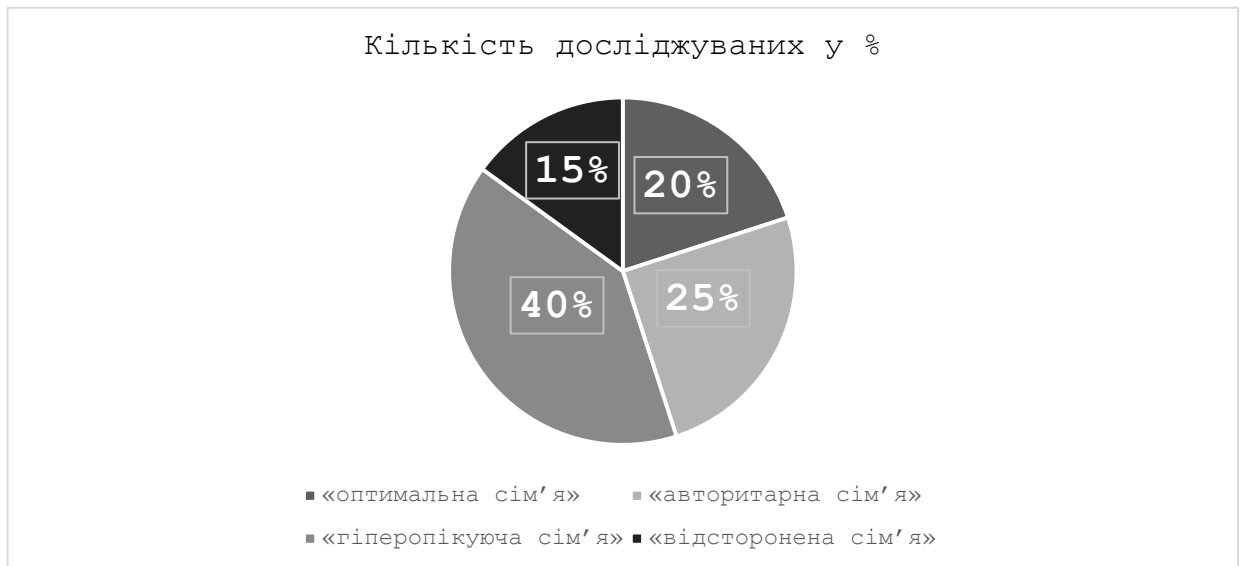


Рис. 2.1. Розподіл респондентів за домінуючим типом батьківського виховання (за методикою Е . Шефера)

Аналіз отриманих показників, які представлені в таблиці 2.1 та рисунку 2.1, дозволяє стверджувати, що найбільш поширеною стратегією серед опитаних батьків є гіперопіка (40%). Це вказує на тенденцію до надмірного контролю та прагнення обмежити самостійність дитини, що може бути пов'язано з підвищеною тривожністю самих батьків у сучасних нестабільних умовах. Авторитарний тип виховання було виявлено у 25% опитаних, що свідчить про використання жорстких методів дисциплінування. Оптимальний (демократичний) стиль характерний лише для 20% родин, а 15% респондентів демонструють емоційну відстороненість.

Наступним кроком стало виявлення рівнів тривожності безпосередньо у дітей молодшого шкільного віку (9–10 років) за допомогою проєктивної методики Р. Тембла, М. Доркі та В. Амен. Для цього нам знадобився протокол (Додаток В), в якому вже стоїть зміст малюнка. У ході проведення

методики у реєстраційному бланку фіксувалися вербальні реакції (висловлювання) дитини, а також зазначався її невербальний вибір між графічними зображеннями «веселого» та «сумного» обличчя. Задля забезпечення комфортних умов вибору та мінімізації чинників відволікання було використано стимульний матеріал, який складається із 14 сюжетних малюнків, представлених у двох гендерних модифікаціях (для хлопчиків та дівчат) (див. Додаток Г). Кожне зображення тематично відтворює типову життєву ситуацію, близьку дитині.

Психологічний супровід тестування передбачав обов'язкову безпосередню взаємодію з дитиною. Стандартизована інструкція спонукала до аналізу стимульного матеріалу: «Уважно розглянь картинку. Яким, на твою думку, є обличчя цього персонажа – веселим чи сумним? Зроби свій вибір». Обрана дитиною графічна репрезентація (вираз обличчя), а також її вербальні коментарі підлягають обов'язковій фіксації у спеціалізованому протоколі дослідження.

Наступним етапом дослідження стала систематизація отриманого емпіричного матеріалу. Він підлягав комплексному аналізу, що поєднував кількісну обробку та якісну інтерпретацію зафіксованої у протоколі інформації.

Проведення якісного аналізу передбачає ретельний розбір дитячих коментарів, занесених до другого стовпця реєстраційного бланка. На основі цих даних інтерпретуються особливості сприйняття дитиною свого соціального оточення та визначається психологічний слід, який мікросоціум залишив у її свідомості. Максимальним проєктивним потенціалом у цьому контексті відзначаються стимули під номерами 4, 6, 14, а також 2, 7, 9 і 11. Наявність дифузних або нечітких вербальних коментарів піддослідних до зазначених зображень корелює з вищою ймовірністю фіксації у них високих показників за індексом тривожності (ІТ).

Етап кількісної обробки передбачає вираження результатів у баловій або відсотковій шкалі. Математичне визначення індексу тривожності полягає у встановленні відсоткового співвідношення кількості обраних емоційно-негативних відповідей до загальної кількості сюжетів (14 малюнків).

Отримані значення диференціюють за чотирирівневою шкалою інтерпретації. Слабкий рівень діагностується за умови набрання 0–1 бала (ІТ у межах 0–7,2%), середній – при 2–5 балах (ІТ дорівнює 14,3–35,7%). Про наявність доброго (достатнього) рівня свідчать 6–7 балів (ІТ в інтервалі 42,9–50%), тоді як показники від 8 балів і вище (ІТ дорівнює 57,1%) констатують високий рівень тривожності. Результати розподілу дітей за рівнями тривожності наведено в таблиці 2.2 та рисунку 2.2.

Таблиця 2.2

Розподіл дітей молодшого шкільного віку за рівнем тривожності

Рівень тривожності	Кількість дітей (осіб)	Кількість дітей у %
Високий	5	50%
Середній	3	30%
Низький	2	20%

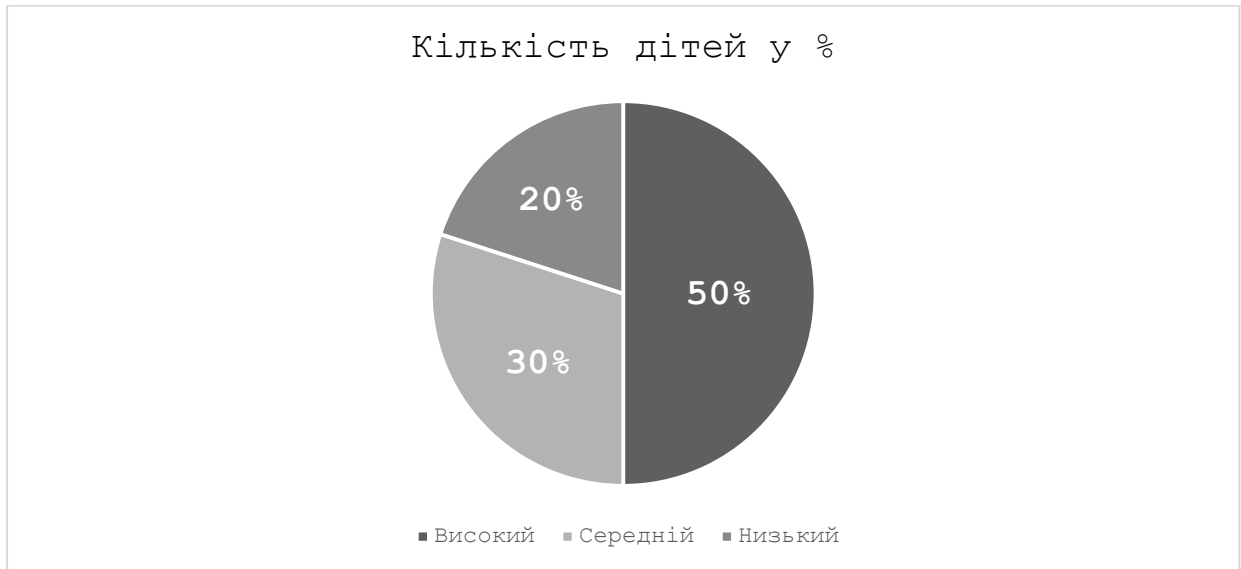


Рис. 2.2 Розподіл дітей молодшого шкільного віку за рівнем тривожності

Аналізуючи дані таблиці 2.2 та рисунку 2.2, ми спостерігаємо тривожну тенденцію: половина вибірки дітей (50%) має високий рівень тривожності. Це проявляється у схильності сприймати нейтральні соціальні ситуації як загрозові, страху перед оцінюванням та низькою впевненістю у власних діях. У контексті сімейних взаємин такий результат може вказувати на засвоєння дитиною тривог самих батьків, наслідки надмірної гіперопіки або деструктивного виховного контролю. Це може означати, що дитина відчуває дефіцит базового почуття безпеки в родині, через що транслює невпевненість і на зовнішній світ.

Середній рівень тривожності зафіксовано у 30% учнів, і лише 20% дітей демонструють низький рівень тривожності, що свідчить про їхню емоційну стабільність та адекватну адаптацію. Такий розподіл результатів підтверджує загальну тенденцію до зміщення показників у бік емоційного напруження в межах досліджуваної групи. Це актуалізує потребу в розробці цілеспрямованих програм психопрофілактики та підтримки для більшої частини учнівського колективу.

Для встановлення характеру детермінації емоційного стану дитини виховним середовищем, ми провели порівняльний аналіз рівнів тривожності дітей залежно від стилю батьківського ставлення (табл. 2.3), (рис.2.3).

Таблиця 2.3

Взаємозв'язок рівнів тривожності дітей та стилів сімейного виховання

Стиль батьківського виховання	Рівні тривожності дитини	Кількість осіб	% від загальної кількості дітей	% дітей за даним типом виховання
Авторитетний	Високий	2	10%	66.7%
	Середній	1	5%	33.5%
	Низький	0	0%	0%
Авторитарний	Високий	2	10%	60%
	Середній	1	5%	20%
	Низький	1	5%	20%
Ліберальний	Високий	0	0%	0%
	Середній	0	0%	0%
	Низький	2	10%	100%
Індиферентний (непричетний)	Високий	0	0%	0%
	Середній	1	5%	100%
	Низький	0	0%	0%



Рис. 2.3 Взаємозв'язок рівнів тривожності дітей та стилів сімейного виховання

Результати якісного та кількісного аналізу дозволяють зробити важливі висновки щодо впливу сімейного середовища на емоційну сферу дитини. Емпірично доведено існування значущої залежності між стилем сімейного виховання та рівнем тривожності дітей молодшого шкільного віку.

Найбільш високі показники деструктивного емоційного напруження зафіксовані у сім'ях з авторитарним та, парадоксально, авторитетним стилями виховання. Зокрема, серед дітей, які виховуються в авторитарних умовах, високий рівень тривожності виявлено у 10% від загальної вибірки (що становить критичні 60% усередині цієї мікрогрупи), тоді як середній та низький рівні розділилися порівну – по 20% відповідно. У випадку авторитарної родини тривожність дитини зумовлена постійним «диктатом», жорсткими вимогами та ігнорування особистісних потреб дитини. Це формує хронічний страх невідповідності, очікування покарання та базову недовіру до світу.

Щодо авторитетного (демократичного) стилю, який традиційно вважається сприятливим, наше дослідження виявило неочікувану тенденцію:

10% від загальної кількості респондентів, що трансформується у переважну більшість – 66,7% всередині самої групи авторитетного виховання, мають високий рівень тривожності. У контексті критичного аналізу цей феномен може пояснюватися феноменом «прихованого тиску» та завищених експектацій (очікувань) батьків щодо успішності й дисципліни. Прагнучи відповідати високим стандартам «ідеальної дитини» у поважній та успішній родині, молодший школяр постійно перебуває у стані внутрішньої мобілізації та напруженості, боячись розчарувати авторитетних дорослих.

Натомість, ліберальний (поблажливий) та індиферентний стилі виховання у межах нашої вибірки корелюють переважно з низьким рівнем тривожності. Зафіксовано, що лише 10% дітей із ліберальних сімей виявляють високу тривожність, а в індиферентному стилі цей показник є мінімальним і становить 5% від загальної вибірки (хоча й охоплює 100% дітей усередині цієї нечисленної підгрупи). Ймовірно, повна відсутність жорстких рамок, вимог та контролю на цьому віковому етапі знижує безпосереднє психологічне напруження дитини. Проте з погляду вікової психології це є хибним благополуччям: у довгостроковій перспективі дефіцит батьківського керівництва суттєво ускладнить формування вольової регуляції, самоконтролю та соціальної відповідальності дитини поза межами родини.

Підсумовуючи результати проведеного емпіричного дослідження, можна констатувати, що отримані дані дозволяють стверджувати про існування значущої залежності між стилем сімейного виховання та рівнем тривожності дітей молодшого шкільного віку.

Встановлено, що як авторитаризм, так і авторитетність виступають потужними тригерами дитячої тривожності. Особливо гостро це виявляється у молодшому шкільному віці, коли дитина проходить етап адаптації до нової соціальної ролі учня та вимушена відповідати високим очікуванням дорослих.

Доведено, що фіксація низького рівня тривожності за умов ліберального чи індіферентного виховання є наслідком психологічного відсторонення й відсутності чітких нормативних меж, а не індикатором гармонійного розвитку особистості. Таке емоційне благополуччя є хибним і в довгостроковій перспективі блокує формування вольової регуляції дитини.

Окреслені закономірності підкреслюють високу актуальність розробки цілеспрямованих методичних рекомендацій для батьків. Вони мають бути спрямовані на оптимізацію дитячо-батьківських стосунків, корекцію деструктивних виховних настанов та створення атмосфери психологічної безпеки в родині, що виступає ключовим чинником превенції та зниження рівня дитячої тривожності.

2.3. Психолого-педагогічні рекомендації батькам щодо профілактики (пропедевтики) та зниження рівня тривожності у дітей

Результати проведеного нами дослідження підтверджують, що стиль сімейного виховання виступає базовим показником емоційного стану дитини. З огляду на це, логічним завершенням роботи є систематизація та узагальнення існуючих у сучасній психології та педагогіці рекомендацій для батьків. Даний підрозділ побудовано на основі аналізу концептуальних підходів Л. Виготського, Г. Костюка, Ч. Спілбергера та сучасних вітчизняних фахівців, що дозволяє окреслити комплексний алгоритм пропедевтики дитячої тривожності [3; 20; 23].

Першочерговий етап роботи – аналіз батьками власної виховної моделі та її зміна за потреби. Наукові дані підтверджують, що авторитарний та гіперопічний стилі виховання є найбільш критичними чинниками формування підвищеної тривожності у дітей [3; 7]. Авторитарний стиль виховання з постійною критикою та браком тепла викликає у дитини страх, невпевненість і відчуття небезпеки [6]. Натомість демократичний

(авторитетний) стиль виховання, який поєднує турботу, чіткі правила та свободу вибору, що ефективно захищає дитину від тривожності [14].

У межах цього напрямку фахівці радять батькам зосередитись на таких аспектах:

- здійснювати систематичний моніторинг власних виховних стратегій, звертаючи увагу на частоту критичних зауважень на адресу дитини, характер реакцій на її помилки та невдачі;
- уникати деструктивного порівняння дитини з однолітками або сиблінгами, оскільки це суттєво знижує самооцінку та посилюють тривожність [6];
- застосувати тактику позитивного підкріплення, підкреслюючи результат успіху та зусилля дитини, а не лише її діяльності;
- забезпечувати стабільність батьківських вимог, оскільки це є одним із провідних чинників дитячої тривожності [5].

Другим напрямком виступає розвиток емоційної компетентності батьків і формування навичок ефективної емоційної підтримки дитини. Спираючись на положення Л. С. Виготського, який наголошував на вирішальній ролі соціального середовища у психічному розвитку дитини, зокрема на значущі дорослого як посередника між дитиною та навколишньою дієвістю [9].

До перевірених практичних засобів у цьому контексті належать:

- техніка активного слухання дитини, яке передбачає повну увагу до її переживання без оцінки, засудження чи передчасних порад;
- вербалізація емоцій – допомога дитині набути власних почуттів, що сприяє їх усвідомленню та зниженню емоційної напруги («я бачу, що ти зараз хвилюєшся», «це справді може бути неприємно»);

- демонстрація власних стратегій справляння зі стресом, діти значною мірою переймають поведінку батьківських батьків [10];
- спільне обслуговування тривожних ситуацій у спокійній, довірливій атмосфері, що дозволяє дитині відчувати підтримку та безпеку.

Третій напрям стосується організації сприятливого розпорядку дня та середовища розвитку дитини. Як зазначав Г. С. Костюк, розвиток особистості є нерозривно пов'язаним із умовами навчально-виховного процесу [13]. Надмірне навантаження позашкільними заняттями, захворювання втоми та дефіцит вільного часу є факторами, які суттєво підвищують рівень тривожності молодших школярів [19; 20]. Для мінімізації тривожності завданням батьків є:

- забезпечити дитині чіткий і передбачуваний розпорядок дня, що зменшує невизначеність і відчуття непередбачуваності;
- обмежити час перебування дитини за екранами (телефон, планшет, телевізор), недостатнє споживання інформаційного контенту, зокрема тривожного характеру, є додатковим чинником посилення тривоги;
- заохочувати фізичну активність та ігрову діяльність на свіжому повітрі як природні регулятори емоційного стану;
- обговорювати з дитиною шкільні події, цікавити її стосунками з однокласниками та педагогами, не залишаючи дитину наодинці зі шкільними труднощами [24].

Четвертим напрямом є навчання дитини елементарним технікам саморегуляції за участі батьків. Дослідники відзначають, що раннє формування навичок психологічної саморегуляції є ефективним засобом профілактики тривожних розладів [12]. Батьки, наприклад, можуть спільно з дитиною практикувати прості техніки релаксації: діафрагмальне дихання («дихання животом»), техніку «5–4–3–2–1» (послідовна фіксація уваги на

відчуттях різних органів чуття), м'язову релаксацію у формі гри. Важливо, щоб такі вправи виконувались у спокійній обстановці та сприймалися дитиною як приємна спільна діяльність.

П'ятий напрям фокусується на побудові конструктивної взаємодії між сім'єю та школою. О. В. Савченко та І. С. Кравченко підкреслюють, що шкільна тривожність молодших школярів значною мірою обумовлена неузгодженістю вимог з боку батьків і педагогів [20]. Тому підтримка регулярного, спокійного контакту із класним керівником та конструктивне ставлення до навчальних труднощів дитини є обов'язковою умовою емоційного благополуччя учня.

Таким чином, психолого-педагогічна робота з батьками щодо профілактики та зниження тривожності у дітей молодшого шкільного віку має бути комплексною і носити системний характер. Реалізація вищезазначених напрямів, що базуються на принципах емоційного прийняття та підтримки автономії, дозволяє не лише знизити існуючий рівень тривожності, а й сформувати в дитини фундамент психологічної резильєнтності.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

Проведене дослідження підтвердило фундаментальну роль родини та стилів сімейного виховання у формуванні емоційно-соціальної сфери дитини. Емпіричний аналіз за методикою Е. Шефера виявив домінування стратегії гіперопіки (40%) та авторитарного стилю (25%), тоді як оптимальний стиль характерний лише для 20% родин. Діагностика рівня тривожності за Р. Темплом засвідчила переважання високих показників у 50% молодших школярів. Зіставлення результатів дозволило встановити виражений взаємозв'язок між виховними стратегіями та емоційним станом дітей: найбільш критичні показники тривожності зафіксовано в авторитарних (60%) та авторитетних (66,7%) сім'ях, що зумовлено жорстким диктатом або завищеними очікуваннями батьків. Натомість ліберальний стиль у межах досліджуваної вибірки корелює з низьким рівнем тривожності. Виявлені закономірності обґрунтовують доцільність запропонованих психолого-педагогічних рекомендацій, що охоплюють корекцію батьківських установок, розвиток емоційної компетентності дорослих, оптимізацію розпорядку дня, навчання дитини саморегуляції та гармонізацію взаємодії між сім'єю та школою. Реалізація цих напрямів є необхідною умовою для зниження дитячої тривожності та зміцнення психологічної резильєнтності особистості в сучасних умовах.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Одержані результати дослідження дозволили сформулювати такі висновки відповідно до поставлених завдань:

1. З'ясовано психологічний зміст понять «тривога» та «тривожність» й особливості їхнього прояву в молодшому шкільному віці. Обґрунтовано, що тривога є ситуативним емоційним станом, тоді як тривожність – стійкою індивідуально-психологічною рисою особистості. Охарактеризовано вікові особливості прояву дитячої тривожності, виникнення якої тісно пов'язане з кризою семи років, процесом адаптації до нової соціальної ролі учня та зміною провідної діяльності з ігрової на навчальну.

2. Проаналізовано теоретичні підходи та класифікації стилів батьківського виховання. На основі аналізу сучасних психологічних підходів та моделей дитячо-батьківських взаємин (зокрема, концепцій Е. Шефера, Т. Степаненко та зарубіжних теорій соціального наuczіння) було виокремлено й теоретично обґрунтовано базові виховні стилі, які визначають емоційний клімат родини: авторитарний, авторитетний (демократичний), ліберальний та індіферентний.

3. Емпірично досліджено взаємозв'язок між стилями сімейного виховання та тривожністю дітей. За результатами діагностики виявлено переважання стратегії гіперопіки (40%) та авторитарного стилю (25%) серед батьків, а також високі показники тривожності у 50% молодших школярів. Зіставлення даних дозволило встановити виражений взаємозв'язок між

виховними моделями та емоційним станом дітей: найбільш критичні показники тривожності зафіксовано в авторитарних (60%) та авторитетних (66,7%) сім'ях (через жорсткий диктат або «прихований тиск» завищених очікувань), тоді як ліберальний стиль корелює з низьким рівнем емоційного напруження.

4. На основі узагальнення отриманих даних систематизовано психолого-педагогічні орієнтири для батьків, спрямовані на профілактику та зниження інтенсивності дитячої тривожності. Окреслено п'ять ключових напрямів роботи: підвищення рефлексії батьків щодо стилю виховання, розвиток їхньої емоційної компетентності, оптимізація розпорядку дня та інформаційного середовища дитини, навчання молодших школярів технікам саморегуляції та гармонізація взаємодії між сім'єю та школою.

Практичне значення роботи полягає у систематизації та обґрунтуванні методичних рекомендацій для практичних психологів, соціальних педагогів та вчителів початкових класів. Емпірично отримані дані та узагальнені орієнтири можуть бути безпосередньо імплементовані у професійну діяльність психологічної служби закладів загальної середньої освіти для індивідуального консультування батьків, просвітницької роботи та створення безпечного, емоційно підтримуючого середовища як у школі, так і в родині.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абдултайрова С. Вплив сімейного виховання на особистісний розвиток дітей молодшого шкільного віку. *Наукові записки. Серія: Мистецтво: зб. матеріалів науково-практ. конференції*. Вінниця, 2021. С. 7–12. URL: <https://dspace.vspu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/09c75387-03c0-40d6-be5b-a0c8ccff82f0/content> (дата звернення: 20.04.2026).
2. Алексеєнко Т. Ф. Концептуалізація соціально-педагогічних основ сучасного сімейного виховання : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.07. Київ, 2017. 45 с.
3. Бліхар В. С. Особливості взаємозв'язків стилів сімейного виховання та батьківського ставлення зі страхами та тривожністю дітей. *Психологія і особистість*. 2024. № 1. С. 141–155. URL: [https://psychpersonality.com.ua/web/uploads/pdf/No.%201%20\(25\)2024-141-155.pdf](https://psychpersonality.com.ua/web/uploads/pdf/No.%201%20(25)2024-141-155.pdf) (дата звернення: 26.04.2026).
4. Божович Л. І. Особистість і її формування в дитячому віці. Київ : Освіта, 2008. 400 с.
5. Бойко Н. М. Вплив стилю сімейного виховання на емоційний стан молодших школярів. *Психологія і особистість*. 2021. № 2. С. 112–120.
6. Бортнік Н. В. Вплив стилю сімейного виховання на самооцінку молодших школярів. *Психологія: реальність та перспективи*. 2020. № 15. С. 18–25.
7. Вакар В. В., Соловей-Лагода О. А. Вплив стилю сімейного виховання на становлення особистості підлітка. *Психологічні студії*. 2024. № 4. С. 11–19. URL: <http://journals.vnu.volyn.ua/index.php/psychology/article/view/1456/1355> (дата звернення: 17.02.2026).

8. Варій М. Й. Загальна психологія. Київ : Центр навчальної літератури, 2016. 528 с.
9. Виготський Л. С. Психологія розвитку дитини. Харків : Ранок, 2013. 528 с.
10. Гончарук Н. М., Онуфрієва Л. А. Психологічні засади впливу сімейного виховання на емоційний розвиток дітей старшого дошкільного віку. *Психологічний часопис*. 2019. № 5. С. 148–160.
11. Еріксон Е. Ідентичність: юність і криза. Київ : Основи, 2010. 352 с.
12. Кличко Л. С. Подолання тривожності у дітей молодшого шкільного віку. *Актуальні проблеми та перспективи розвитку психології та соціальної роботи : зб. доп. всеукр. студ. наук.-практ. конф.* Кропивницький, 2023. С. 100–103.
13. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ : Радянська школа, 1989. 608 с.
14. Курпіта О. А., Періг І. М. Вплив стилю сімейного виховання на особистісний розвиток молодшого школяра. *Актуальні задачі сучасних технологій : зб. тез доп. VIII міжнар. наук.-техн. конф.* Тернопіль, 2019. С. 134–135.
15. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури, 2018. 272 с.
16. Максименко С. Д. Психологія особистості: змістовні ознаки. *Наука і освіта*. 2014. № 5. С. 45–52.
17. Моравська І. М. Тривожність у дітей молодшого шкільного віку в умовах війни: роль життєстійкості матері : магістерська робота / за спеціальністю 053 Психологія ; Заклад вищої освіти «Український католицький університет», Факультет наук про здоров'я, Кафедра психології та психотерапії. Львів, 2023.
18. Павелків Р. В. Дитяча психологія : навчальний посібник. Київ : Академвидав, 2015. 432 с.

19. Психологія сім'ї: сучасні виклики та ресурси : монографія / за ред. Л. М. Карамушки. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2021. 320 с.
20. Савченко О. В., Кравченко І. С. Прояви та чинники шкільної тривожності молодших школярів. *Актуальні проблеми психології*. 2020. Т. 1. № 56. С. 87–95.
21. Степаненко Т. Ю., Зобенько Н. А. Теоретичні аспекти вивчення впливу стилів сімейного виховання на поведінку дітей молодшого шкільного віку. *Матеріали конференції «Родзинка – 2021»*, 2021. С. 355–356. URL: https://eprints.cdu.edu.ua/5332/1/2021_rodzink%D0%B0_355-356.pdf (дата звернення: 16.03.2026).
22. Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості. Київ : Марич, 2009. 232 с.
23. Фоміна І., Лось О. Психолого-педагогічний супровід розвитку емпатії в молодших школярів. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2021. Т. 32 (71). № 3. С. 149–153.
24. Шульга Т. І. Шкільна тривожність: причини, діагностика, корекція : навч.-метод. посіб. Київ, 2022. 156 с.
25. Bowlby J. The Adolf Meyer Lecture: Childhood Mourning and its Implications for Psychiatry. *American Journal of Psychiatry*. 1961. Vol. 118. № 6. P. 481–498.
26. Herber H. Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter. Hamburg : Hochschule für angewandte Wissenschaften Hamburg, 2012.
27. Tuschen-Caffier B., Kühl S., Bender C. Klassifikation und Epidemiologie. Soziale Ängste und soziale Angststörung im Kindes- und Jugendalter: Ein Therapiemanual. Göttingen : Hogrefe Verlag, 2009. S. 15–32

ДОДАТКИ

Додаток А

«Тест тривожності» (Р Теммл, М. Доркі, В. Амен)

Мета: визначити рівень та характер тривожності у дітей молодшого шкільного віку та діагностувати соціально-емоційну сферу дитини.

Інструкція: демонструються малюнки (варіант для дівчаток або для хлопчиків), обличчя дитини на малюнках не промальоване (замість нього пустий контур). Нижче представлені короткі фрази та питання для кожного малюнку

1. Гра з молодшими дітьми. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в дитини, коли вона грається з малюками?» (веселе чи сумне).
2. Дитина і мати з немовлям. «Яке обличчя буде в цієї дитини, коли вона гуляє зі своєю мамою і малюком?» (веселе чи сумне).
3. Об'єкт агресії. «Як ти думаєш, яке обличчя буде у цієї дитини: веселе чи сумне?».
4. Одягання. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини, коли вона одягається?» (сумне чи веселе).
5. Гра зі старшими дітьми. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини, коли вона грає зі старшими дітьми?» (веселе чи сумне).
6. Укладання спати на самоті. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини, коли вона йде спати?» (сумне чи веселе).
7. Умивання. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини, коли вона у ванній?» (веселе чи сумне).
8. Догана. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: сумне чи веселе?».

9. Ігнорування. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: веселе чи сумне?».
10. Агресивний напад «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: сумне чи веселе?».
11. Збирання іграшок. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини, коли вона прибирає іграшки?» (веселе чи сумне).
12. Ізоляція. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: сумне чи веселе?».
13. Дитина з батьками. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини, коли вона зі своїми мамою та татом?» (веселе чи сумне).
14. Їжа на самоті. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: сумне чи веселе? Він (вона) їсть».

Результати аналізуються за індексом тривожності (ІТ) та змістом коментарів, що відображають емоційний досвід дитини у сімейних і соціальних ситуаціях.

Додаток Б

Методика PARI (Parental Attitude Research Instrument)

Опитувальник вивчення батьківських установок Е. С. Шефер та Р. К.

Белл

Мета: комплексно вивчити ставлення батьків до дітей крізь призму різних аспектів сімейного життя й виховання, виявити особливості батьківсько-дитячих стосунків та окреслити потенційні джерела внутрішньосімейних конфліктів.

Інструкція: оцінюється ступінь згоди з кожним пунктом. Правильних чи неправильних відповідей тут немає. Можливі варіанти відповіді: 4 (повністю згоден), 3 (скоріше згоден), 2 (скоріше не згоден) або 1 (повністю не згоден).

Намагайтеся відповідати щиро, довго не замислюючись над кожним запитанням.

№	Текст твердження	Шкала	Відповідь
1	Дітям можна не погоджуватися з думкою батьків, якщо вони відчувають, що їхні судження більш вірні.	Надання дитині можливості висловитися	
2	Хороша мати повинна оберігати дитину навіть від незначних життєвих труднощів.	Оберігання дитини від труднощів	
3	Для хорошої матері будинок - це найголовніше.	Обмеження матері роллю господині дому	
4	Деякі діти настільки погані, що страх перед дорослими може тільки послужити їхньому благу.	Придушення волі дитини	
5	Діти повинні знати, що батьки заради них змушені відмовлятися від багатьох чинників.	Жертовність батьків	
6	Потрібно міцно тримати дитину під час купання, тому що в якийсь момент він може вислизнути.	Страх заподіяти шкоду дитині	
7	Люди, які думають, що можуть прожити у шлюбі не сварячись, не знають життя.	Подружні конфлікти	
8	З часом діти будуть вдячні за суворе виховання.	Строгість батьків	
9	Діти дратують будь-яку жінку, якщо вона змушена бути з ними цілий день.	Дратівливість батьків	
10	Набагато краще для дитини, якщо вона ніколи не засумніється в правоті матері.	Залежність дитини від матері	
11	Більшості батьків слід було б виховувати в дітях уміння прислухатися і приймати думку батьків.	Заохочення залежності дитини від батьків	
12	Дитина має бути вихований так, щоб уникати бійок у будь-яких ситуаціях.	Придушення агресивності дитини	
13	Найжахливіше для жінки у веденні домашнього господарства - це почуття, що вона не встигне зробити все.	Мучеництво батьків	
14	Батькам слід було б пристосовуватися до дітей, замість того щоб чекати, що діти пристосуються до них.	Рівність батьків і дитини	
15	Оскільки дитині в житті багато чого засвоїти, непросто, щоб він просто так витрачав час.	Заохочення активності дитини	
16	Якщо ви дозволите своїм дітям скаржитися, то вони будуть скаржитися чим далі, тим більше.	Уникання спілкування з дитиною	
17	Матері краще б справлялися з дітьми, якби батьки були добрими.	Неуважність чоловіка до дружини	
18	Маленькій дитині не слід чути розмови про секс.	Придушення	

№	Текст твердження	Шкала	Відповідь
		сексуальності дитини	
19	Якщо мати не зуміє створити вдома гарні домашні традиції, то і у дітей, і у чоловіка будуть зайві складності.	Влада матері	
20	Матері слід було б взяти за правило знати все, що думає її дитина.	Нав'язливість батьків	
21	Діти були б більш щасливі і краще б себе вели, якби батьки виявляли інтерес до їхніх справ.	Товариські стосунки між батьками і дітьми	
22	Більшість дітей повинні бути привчені до туалету до 15 місяців.	Прискорення розвитку дитини	
23	Немає нічого гіршого для молодої матері, ніж виховувати свою першу дитину без допомоги.	Необхідність сторонньої допомоги у вихованні дитини	
24	У дітей слід було б заохочувати прагнення висловитися, якщо вони вважають, що якісь правила в сім'ї нерозумні.	Надання дитині можливості висловитися	

Додаток В

Протокол до проєктивної методики Р. Темпла, М. Доркі та В. Амен

Ім'я дитини:

Вік дитини:

Дата обстеження:

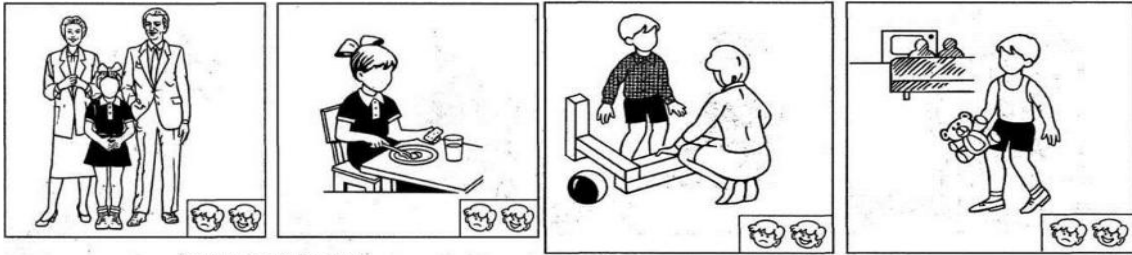
№	Зміст малюнка	Висловлювання дитини	Веселе обличчя	Сумне обличчя
1	Гра з молодшими дітьми			
2	Дитина і мати з дитиною			
3	Об'єкт агресії			
4	Одягання			
5	Гра зі старшими дітьми			
6	Укладання спати на самоті			
7	Умивання			
8	Догана			
9	Ігнорування			
10	Агресивний напад			
11	Збирання іграшок			
12	Ізоляція			
13	Дитина з батьками			
14	Їжа на самоті			

Рівень	Бали	IT (%)
Слабкий	0–1	0–7,2%
Середній	2–5	14,3–35,7%
Добрий	6–7	42,9–50%
Високий	8 і більше	57,1% і більше

Додаток Г

Варіант для дівчаток





ВАРІАНТ ДЛЯ ХЛОПЧИКІВ

