МІНІСТЕРСТВО ФІНАНСІВ УКРАЇНИ

ДЕРЖАВНИЙ ПОДАТКОВИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціально-гуманітарних технологій, спорту та реабілітації

Кафедра психології, педагогіки та суспільних дисциплін

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: «Причини конфліктів між дітьми підліткового віку й батьками: способи подолання»

Здобувачки вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня
ПСБ-21-1 групи
спеціальності 053 «Психологія»
ОПП «Психологія» _____ **Мацегора П.С.**
підпис

Науковий керівник _____ **Сова М. О.**
підпис наукового керівника докт. пед. наук, професор

Гарант освітньо-професійної
програми _____ **Заушнікова М. Ю.**
підпис гаранта ОПП к. психол. наук, доцент

Допущено до захисту за рішенням кафедри
психології, педагогіки та суспільних дисциплін
протокол від «16» травня 2025 р. № 15
Завідувач кафедри _____ **Пєтухова І. О.**
підпис к. пед. наук, доцент

Ірпінь – 2025

Реєстрація № 8 04.06.25 _____

(дата) *(підпис відповідальної особи)*

Результати перевірки *до захисту* _____ _____

(до захисту, на доопрацювання) (дата) (підпис)

Результат захисту 90 11.06.25 _____

(оцінка) (дата) (підпис)

Голова комісії: _____ С. І. Корсун

(підпис) (ініціали, ПІБ)

Члени комісії: _____ М. Ю. Бушкіцова

(підпис) (ініціали, ПІБ)

_____ І. О. Нетухова

(підпис) (ініціали, ПІБ)

_____ І. Е. Коваленко

(підпис) (ініціали, ПІБ)

МІНІСТЕРСТВО ФІНАНСІВ УКРАЇНИ

ДЕРЖАВНИЙ ПОДАТКОВИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціально-гуманітарних технології, спорту та реабілітації

Кафедра психології, педагогіки та суспільних дисциплін
Спеціальність 053 «Психологія»
Освітньо-професійна програма «Психологія»

Затверджую:

Завідувач кафедри психології,
педагогіки та суспільних дисциплін
_____ І.О. Пєтухова

Завдання на кваліфікаційну роботу

здобувачки вищої освіти

Мацегори Поліни Сергіївни

Тема кваліфікаційної роботи: **Причини конфліктів між дітьми підліткового віку й батьками: способи подолання**
Затверджена наказом ректора від 19.11.2024 №1734
Термін подачі закінченої роботи: 06.06.2025

Цільова установка: проаналізувати сучасні теоретичні підходи до вивчення конфліктів, охарактеризувати причини та форми прояву конфліктів між дітьми підліткового віку й батьками, визначити способи подолання емпірично дослідити причини виникнення конфліктів між підлітками й батьками, а також на основі отриманих результатів розробити методичні рекомендації щодо покращення дитячі-батьківських стосунків.

Мета роботи: теоретико-методологічне обґрунтування та емпіричне вивчення причин конфліктів між дітьми підліткового віку та батьками, знаходження способів подолання конфліктів у родині

Об'єкт роботи: дитячо-батьківські відносини

Предмет дослідження: причини конфліктів між дітьми підліткового віку та батьками та способи їх подолання.

База дослідження: Ірпінський ліцей №2 Ірпінської міської ради Бучанського району Київської області. Загальну вибірку в процесі дослідження склали 50 учнів 9-го класу ліцею і 50 дорослих- батьків учнів.

Вихідні дані до роботи: науково-теоретичні джерела, присвячені проблематиці конфліктів між підлітками й батьками, авторська анкета, бесіда, тест В. І. Андрєєва для виявлення рівня конфліктності особистості; метод діагностики стратегій вирішення конфліктів, розроблений Д. Джонсоном і Ф. Джонсоном (адаптований Т. Д. Кушнируком), опитування батьків за методикою «Аналіз сімейних взаємин» (Методика АСВ) (Ейдеміллер Е.Г., Юстіцкіс В. В.).

Перелік графічного матеріалу: таблиця 1.1 «Стилі сімейного виховання», рисунок 1.1 «Стилі поведінки в конфлікті», таблиця 1.2 «Причини конфліктів між батьками та підлітками», таблиця 1.3 «Стратегії вирішення сімейних конфліктів і способи їх реалізації», рисунок 2.1 «Стать учасників дослідження», таблиця 2.1 « Стилі поведінки в конфлікті», рисунок 2.2 «Взаєморозуміння з батьками», таблиця 2.2. «Типи відхилень в поведінці дітей залежно від стилю сімейного виховання», рисунок 2.3 «Підтримка батьків батьками», таблиця 2.3
«Кореляційні зв'язки між рівнем конфліктності підлітків та іншими показниками», рисунок 2.4 «Участь батьків у житті дітей», рисунок 2.5 «Стилі поведінки в конфліктній ситуації», рисунок 2.6 «Рівні конфліктності підлітків», рисунок 2.7. «Стилі сімейного виховання»,

Календарний план виконання роботи

№ п/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	
		За планом	Фактично
1	2	3	4
1.	Вибір теми, вивчення літературних джерел та складання плану роботи	02.09.2024	02.09.2024
2.	Підготовка першого розділу роботи та подання її керівнику	28.01.2025	28.01.2025
3.	Підготовка другого розділу роботи та подання її керівнику	до 25.04.2025	25.04.2025
4.	Доопрацювання роботи з урахуванням зауважень керівника	до 10.05.2025	10.05.2025
5.	Публікація тез у збірнику наукових матеріалів	до 21.10.2025	21. 10. 2025
6.	Попередній захист роботи	14.05.2025	14.05.2025
7.	Отримання відгуку керівника роботи	25.05.2025	25.05.2025
8.	Отримання зовнішньої рецензії	11.05.2025	11.05.2025
9.	Допуск роботи зав. кафедри до захисту	06.06.2025	06.06.2025
10.	Захист роботи	11.06.2025	11.06.2025

3. Дата видачі завдання «02» вересень 2024.
4. Керівник кваліфікаційної роботи: _____ Сова М.О
   (підпис) (ініціали, ПІБ)
5. Керівник освітньо-професійної програми: _____ Заушнікова М. Ю.
   (підпис) (ініціали, ПІБ)
6. Завдання до виконання отримав здобувач вищої освіти _____ Мацегора П.С.
   (підпис) (ініціали, ПІБ)

АНОТАЦІЯ

«Причини конфліктів між дітьми підліткового віку й батьками: способи подолання»

Мета дослідження –теоретико-методологічне обґрунтування та емпіричне вивчення причин конфліктів між дітьми підліткового віку та батьками, знаходження способів подолання конфліктів у родині.

Об'єкт дослідження –дитячо-батьківськи відносини

Предмет дослідження – причини конфліктів між дітьми підліткового віку та батьками та способи їх подолання.

База дослідження: Ірпінський ліцей №2 Ірпінської міської ради Бучанського району Київської області

У **першому** розділі роботи розглянуто теоретичні засади дослідження конфліктів між дітьми підліткового віку та батьками, зокрема проаналізовано проблему сімейних конфліктів у психологічній науці, визначено вплив конфліктних стосунків між батьками та підлітками на поведінку дитини, охарактеризовано стратегії вирішення сімейних конфліктів і способи їх запобігання.

У **другому** розділі описано емпіричне дослідження причин виникнення конфліктів між підліткамии й батьками, здійснено діагностику психологічних особливостей підлітків та проведено опитування батьків, проаналізовано результати дослідження, розроблено методичні рекомендації щодо покращення дитячі-батьківських стосунків.

Отримані результати можуть бути використані для розробки освітніх програм та стратегій для зменшення конфліктів між підлітками та батьками.

Кваліфікаційна робота містить 78 сторінок, список використаних джерел з 50 найменувань,18 з яких англійською мовою та 2 додатки на 4 сторінках. Основний зміст бакалаврської роботи викладений на 60 сторінках, містить 6 таблиць і 8 рисунків.

Рік виконання кваліфікаційної роботи: 2025.

Рік захисту роботи: 2025.

ABSTRACT

«Causes of conflicts between adolescents and parents: ways to overcome them»

The purpose of the study is to provide a theoretical and methodological justification and empirical study of the causes of conflicts between adolescents and parents, and to find ways to overcome conflicts in the family.

The object of the study is child-parent relationships**.**

Subject of the study: causes of conflicts between adolescents and parents and ways to overcome them.

Research base: Irpin Lyceum No. 2 of the Irpin City Council, Bucha District, Kyiv Region

The first chapter of the work examines the theoretical foundations of the study of conflicts between adolescents and their parents, in particular, analyzes the problem of family conflicts in psychological science, determines the influence of conflictual relationships between parents and adolescents on the behavior of the child, and characterizes strategies for resolving family conflicts and ways to prevent them.

The second chapter describes an empirical study of the causes of conflicts between adolescents and parents, diagnoses the psychological characteristics of adolescents, conducts a survey of parents, analyzes the results of the study, and develops methodological recommendations for improving child-parent relationships.

The results obtained can be used to develop educational programs and strategies to reduce conflicts between adolescents and parents.

The thesis consists of 78 pages, a list of 50 references, 18 of which are in English, and 2 appendices on 4 pages. The main content of the bachelor's thesis is presented on 60 pages and contains 6 tables and 8 figures.

Year of qualification work: 2025.

Year of thesis defense: 2025.

ЗМІСТ

ВСТУП..... 9

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СПІЛКУВАННЯ МІЖ БАТЬКАМИ ТА ПІДЛІТКАМИ ……13

1.1 Проблема сімейних конфліктів у психологічній науці 13

1.2 Вплив конфліктної стосунків між батьками та підлітками на поведінку дитини…….15

1.3 Науково-аналітичній огляд причин конфліктів між батьками та підлітками……...19

1.4 Стратегії вирішення сімейних конфліктів і способи їх запобігання …....36

Висновок до першого розділу..... 47

РОЗДІЛ ІІ. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРИЧИН ВИНИКНЕННЯ КОНФЛІКТІВ МІЖ ПІДЛІТКАМИ ТА БАТЬКАМИ…….49

2.1 Організація та процедура дослідження…..……..……..……...49

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження 52

2.3 Методичні рекомендації щодо покращення дитячі-батьківських стосунків…….60

Висновок до другого розділу 63

ВИСНОВКИ 66

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ 69

ДОДАТКИ..... 75

ВСТУП

Сім’я є фундаментальною частиною суспільства. Вона становить складну й стійку систему, яка створює неповторне середовище для людини. У родині формуються правила спілкування та поведінки, особливо для дітей, які зростають. Сімейні стосунки впливають на психологічний та соціальний клімат, в якому виховується дитина, визначає її розвиток та самовизначення в суспільстві.

Проблема конфліктів між батьками та дітьми є однією з найбільш актуальних і складних у сучасній психології. Адже сім’я, як основний інститут соціалізації, відіграє вирішальну роль у формуванні особистості дитини.

Проте, у процесі розвитку дитини та її взаємодії з батьками, нерідко виникають конфліктні ситуації. Ці конфлікти можуть мати різний характер та інтенсивність, але вони завжди впливають на емоційний стан та психологічне благополуччя як дітей, так і батьків.

Досить часто батьки не помічають, як їхня дитина дорослішає. Вони продовжують бачити в ній маленьку, безтурботну дитину, а вона вже прагне самостійності та дорослого ставлення. Змінюються її інтереси, звички, хобі, але батьки не завжди готові це прийняти. Вони можуть вважати, що дитина ще не здатна приймати самостійне рішення, що призводить до непорозумінь.

Особливо гостро проблема конфліктів проявляється в підлітковому віці, коли діти переживають гормональні зміни, шукають свою ідентичність та прагнуть до незалежності. У цей період особливо важливо, щоб батьки могли ефективно спілкуватися з дітьми, розуміти їхні потреби та знаходити компромісні рішення.

Актуальність проблеми дослідження зумовлена потребою психологічної практики в розробці ефективних стратегій вирішення сімейних конфліктів і удосконаленні способів попередження та розв’язання конфліктів у родині, що спрямовані на зміцнення стосунків між батьками та підлітками та сприяють гармонійному розвитку підлітків.

Аналіз останніх досліджень і публікацій свідчить про те, що у науковій літературі пропонуються різні підходи до налагодження сімейних стосунків.

Відомий педагог-психоаналітик Д.В. Віннікот особливу увагу приділяє профілактичній роботі з батьками, виробленню у них правильних базисних установок. Батькам пропонується більше довіряти своїй інтуїції, бути природними, але завжди послідовними у своїх справах і вчинках. Важливо переймати позитивний досвід інших батьків у подібній ситуації, ділитися своїми переживаннями [44]. На основі психоаналітичних теорій особистості Е. Берн розробив трансактний аналіз, який підкреслює, що ключ до зміни поведінки дитини лежить у зміні стосунків між дитиною і батьками, у зміні способу життя сім'ї [48]. Основні положення теорії прив'язаності, започаткованої Дж. Боулбі та М. Ейнсворт, стосуються досвіду стосунків, здобутого в ранньому дитинстві, і здебільшого залежать від характеру прив'язаності до близької людини. Основною функцією об'єкта прив'язаності є забезпечення безпеки та захисту. Таким чином, наявність прив'язаності є необхідною умовою дослідницької поведінки та пізнавального розвитку дитини [45].

Багато науковців вивчали та досліджували цю тему із різних напрямків. До них відносяться низка українських вчених вивчали психологію підліткового віку, особливості родинного виховання, емоційне благополуччя підлітків, конфлікти між поколіннями та шляхи їх подолання у сім’ї.

Зарубіжні вчені, такі як Е. Еріксон[39] , Д. Баумрінд [35], А. Бандура [32], Д. Віннікот [45], Дж. Боулбі[47], М. Раттер [46], С. Голомбок [39] та інші досліджували вплив родинного середовища на розвиток підлітків, емоційну взаємодію в сім’ї, соціальні чинники конфліктів, сучасні моделі сімей та їхній вплив на стосунки між батьками й дітьми.

Об’єкт дослідження –дитячо-батьківськи відносини

Предмет дослідження – причини конфліктів між дітьми підліткового віку та батьками та способи їх подолання.

Мета дослідження –теоретико-методологічне обґрунтування та емпіричне вивчення причин конфліктів між дітьми підліткового віку та батьками, знаходження способів подолання конфліктів у родині.

Завдання дослідження :

1. Здійснити теоретичний та методологічний аналіз особливостей конфліктних відносин між підлітками та батьками;
2. Виявити вплив конфліктних стосунків у сім'ї на поведінку підлітка;
3. Визначити стратегії вирішення сімейних конфліктів;
4. Емпірично дослідити причини виникнення конфліктів між батьками та підлітками;
5. Розробити методичні рекомендації щодо покращення дитячі-батьківських стосунків

Методи дослідження: *теоретичні* - аналіз наукових джерел і синтез, індукція та дедукція, абстрагування та конкретизація, порівняння та узагальнення, схематизація та моделювання; *емпіричні* авторська анкета, що дозволяє визначити деякі аспекти конфліктів між батьками й дітьми; бесіда з підлітками, яка дозволяє отримати інформацію про ціннісні орієнтації підлітків; математико-статистичні – методи математичної та комп'ютерної обробки результатів дослідження

У дослідженні використовувався діагностичний інструментарій, що включав пакет методик: тест В. І. Андрєєва для виявлення рівня конфліктності особистості; метод діагностики стратегій вирішення конфліктів, розроблений Д. Джонсоном і Ф. Джонсоном (адаптований Т. Д. Кушнируком), опитування батьків за методикою «Аналіз сімейних взаємин» (Методика АСВ) (Ейдеміллер Е.Г., Юстіцкіс В. В.).

Емпірична база дослідження: Ірпінський ліцей №2 Ірпінської міської ради Бучанського району Київської області, де будо проведено емпіричне дослідження причин конфліктів між батьками й підлітками. У дослідженні

прийняли участь 50 учнів 9-х класів (26 хлопців і 24 дівчини). Було проведено опитування батьків (50 дорослих, віком від 33 до55 років, 45 жінок й 5 чоловіків).

Теоретичне значущість дослідження полягає в поглибленні наукових уявлень про природу, психологічні причини та механізми виникнення конфліктів між підлітками та батьками. У роботі систематизовано та узагальнено підходи вітчизняних і зарубіжних учених до розуміння сімейних конфліктів, зокрема у підлітковому віці, проаналізовано роль вікових особливостей підлітка та стилю батьківського виховання у формуванні напружених взаємин.

Практична значущість дослідження полягає у тому, що матеріали допоможуть покращити якість сімейних відносин. Воно дає можливість краще розуміти психіку підлітка та причини виникнення конфліктів, особливо в складний період підліткового віку, та налагоджувати ефективну комунікацію. Розроблені методичні рекомендації можуть використовувати як батьки, так і підлітки для узгодження конфліктів і їх профілактики.

Апробація дослідження: Основні результати дослідження були апробовані шляхом участі Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства» (25-29 квітня 2025 р.), за результатами якої було опубліковано тези на тему: « Причини конфліктів між дітьми підліткового віку й батьками: способи подолання», обговорення на методичних семінарах, а також у процесі проходження педагогічної практики у загальноосвітньому навчальному закладі. Елементи дослідження використовувалися при підготовці психологічних тренінгів для батьків та учнів підліткового віку з метою покращення комунікації та зниження рівня конфліктності у сімейних стосунках.

Структура роботи включає: вступ, два розділи, висновок до кожного розділу, загальний висновок, список використаних джерел (50 джерел,18 з яких англійською мовою) та додатки. Загальний обсяг роботи складає 78 сторінки. Основний зміст роботи викладено на 60 сторінках. У роботі містяться 6 таблиць. і 8 рисунків.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СПІЛКУВАННЯ МІЖ БАТЬКАМИ Й ПІДЛІТКАМИ

1.1. Проблема сімейних конфліктів у психологічній науці

У психології під конфліктом розуміють зіткнення суперечливих інтересів, цілей, позицій, поглядів і думок учасників взаємодії або опонентів [19, с. 174]. В. Москаленко, фахівець у галузі міжособистісних відносин, стверджує, що соціально-психологічний конфлікт - це особливий вид міжособистісної взаємодії, в основі якого лежить об'єктивна протилежність між цілями, інтересами і думками учасників. На психологічному рівні це протиріччя проявляється в сильних негативних почуттях учасників до ситуації, опонента і самих себе.

Сімейний конфлікт, який визначається моделями суперечок, сварок, конкуренції, критики, фаворитизму та звинувачень у сімейній системі – є широким і багатовимірним поняттям. Він не є специфічним для будь-яких внутрішньосімейних відносин, а скоріше відображає загальний стиль негативної взаємодії та неадаптивних моделей поведінки, характерних для сім'ї в цілому. Таким чином, сімейний конфлікт охоплює і виходить за межі більш конкретних (наприклад, діадичних) форм неадаптованих внутрішньосімейних взаємодій. Поняття сімейного конфлікту ґрунтується на теоріях сімейних систем, таких як «холізм», які стверджують, що сімейна одиниця не зводиться до суми окремих сімейних підсистем (наприклад, батьки-батьки, брати-сестри), а представляє більш глобальне повсякденне соціальне середовище, з яким діти постійно взаємодіють (Cox et al., 2001). Поширеність сімейних конфліктів значно варіюється залежно від того, як їх визначати. Хоча всі сім'ї зазнають певного рівня конфліктів, загалом визнано, що більша кількість конфліктів пов'язана з гіршими результатами для дітей. Наприклад, у більшості сімей час від часу трапляються сварки та виникають проблеми з вирішенням проблем. Однак для деяких сімей сварки та

відсутність вирішення проблем є характерними для більшості щоденних взаємодій. За оцінками, у сім'ях з низьким СЕС приблизно 50 % дітей зазнають постійних, підвищених рівнів сімейних конфліктів, що пов'язані з негативними соціально-емоційними наслідками (Habib et al., 2014). Високий рівень сімейних конфліктів поширений серед сімей, які перебувають у групі ризику більш серйозного насильства, такого як фізичне та сексуальне насильство над дітьми та насильство в сім'ї (Stith et al., 2009). Однак ключова відмінність між сімейним насильством та ненасильницькими сімейними конфліктами полягає в частоті: ненасильницькі сімейні конфлікти, як вони визначені тут, є хронічним, повсякденним стресовим фактором, тоді як сімейне насильство, як правило, відбувається лише під час найсерйозніших суперечок (Kim & Drake, 2019). Можна припустити, що сімейні конфлікти з часом можуть спричинити подібні порушення в поведінковому розвитку дітей через їх хронічний, повсякденний характер. Розуміння впливу хронічних стресогенних факторів нижчого рівня, навіть за наявності досвіду насильницької віктимізації, сприятиме розробці більш ефективних і цілеспрямованих сімейних інтервенцій у сім'ях з високим ризиком. Визначення унікального впливу ненасильницьких сімейних конфліктів на поведінковий розвиток дітей має вирішальне значення.

Існуюча література вказує на чіткий зв'язок між сімейними конфліктами та складними та агресивними формами поведінки дітей, ймовірно, через порушення основних нейронних та фізіологічних процесів саморегуляції та винагороди, моделювання поганої регуляції емоцій та стратегій вирішення конфліктів, а також неадаптивні репрезентативні моделі сімейних відносин (Belsky, 1993; Novick et al., 2018; Pechtel & Pizzagalli, 2011). Можна припустити, що цей зв'язок є двостороннім. Це відповідало б концепції розвитку психопатології, яка підкреслює взаємний, інтерактивний характер дітей та їхнього оточення (Cicchetti, 2016). Наприклад, неадаптивна поведінка дітей, яка посилилася внаслідок сімейних конфліктів, може сприяти подальшій розбратку в сім'ї через транзакційний примусовий сімейний цикл, який

підсилює проблеми екстерналізації поведінки у дітей (Patterson, 1982). Доведено, що екстерналізовані проблеми дітей збільшують батьківський стрес, посилюють конфлікти між братами і сестрами та призводять до збільшення сімейного залучення до послуг з психічного та поведінкового здоров'я, дисциплінарних заходів у школі та фінансових/правових наслідків – все це може посилити конфлікти в ширшій сімейній системі.

1.2 Вплив конфліктної стосунків між батьками та підлітками на поведінку дитини

Психологи (Г. Костюк, М. Боришевський, О. Проскура та ін.) схиляються до думки, що саме «почуття дорослості» виступає специфічним новоутворенням самосвідомості підлітка. В період дорослішання підліток, помічаючи значні зміни у своєму фізичному та статевому розвитку, оцінюючи свої можливості виконувати важливі справи у сім'ї і школі, прагне бути та сприйматися дорослим, самостійним, перейняти форми дорослої поведінки.

Незважаючи на прагнення підлітка бути дорослим і самостійним, він все ще залишається залежним від батьків та потребує їхньої підтримки та прийняття, в той час як звичка дорослих контролювати поведінку дитини, страх перед самостійністю підлітка та не прийняття дорослішання може породжувати різні конфліктні ситуації.

З цього випливає, що формування «почуття дорослості» залежить від системи взаємин, до якої включений підліток, – приймають чи навпаки не визнають його «дорослість» батьки, вчителі, однолітки. Чим більше підліток буде ізольований від світу дорослих, чим довше його будуть оберігати, тим довшим та складнішим буде період його дорослішання. Так, американський учений К. Левін вбачає причини даних протиріч саме у приналежності дорослих та дітей до різних самостійних груп. Саме дорослий повинен стати ініціатором змін у відносинах з підлітком. При відсутності таких змін дитина або залишиться непідготовленою до дорослого життя і страждатиме у

майбутньому інфантилізмом, або виникатимуть бурхливі міжособистісні конфлікти дорослих і підлітка.

У 70 х роках набула популярності концепція Е. Еріксона про «кризу ідентичності» як про головну особливість підліткового віку. В період дорослішання відбувається втрата попередньо набутої в дитинстві форми «Я», яка дезорієнтує підлітка та вимагає пошуків нових «Я». Формування особистісної ідентичності, являє собою усвідомлення самототожності, цілісності та неперервності в часі власної особистості підлітка. Складність цього завдання полягає, з одного боку, в тому, щоб зрозуміти свою роль у суспільстві, з іншого, – усвідомити свою унікальність, здібності, можливості, інтереси, що задають сенс й напрямок життя. За концепцією Е. Еріксона важливим механізмом формування ідентичності стають послідовні ідентифікації дитини з дорослими, які складають необхідну базу розвитку психосоціальної ідентичності в підлітковому віці. Для того, щоб у внутрішньому світі підлітка переважали позитивні ідентифікації батькам варто пам’ятати про власний приклад, яким вони можуть бути для своєї дитини та не втрачати зв’язок з підлітком, для того, щоб він не переймав негативні ролі та звички однолітків [43].

Дослідження вказують, що успіхи у навчанні та позашкільній діяльності, особливості взаємодії з вчителями впливають здебільшого, тільки на самооцінку здібностей підлітка. Проте, любов та підтримка сім’єю підлітка, безумовне прийняття, зацікавленість в його інтересах батьками залишається, як і в дитинстві, одним з найбільш значущим чинником впливу на розвиток ставлення до себе і рівень загальної самооцінки підлітка. Коли дитина отримує в сім’ї підтримку, безумовне прийняття, вона починає ставитись до себе гідно.

Звідси випливає, що позитивні установки батьків щодо своїх дітей здатні породжувати позитивне самоставлення до себе та оточуючих. Сприятлива атмосфера в сім’ї та доброзичливі взаємовідносини в сім’ї є важливою умовою формування подальшого підкріплення позитивної самооцінки підлітків. В той час як авторитарність та негативне ставлення має протилежну дію: поведінка

підлітків невпевнена та спрямована на невдачу, вони бояться ризикувати, уникають участі у змаганнях, їм властиві такі риси характеру як агресія та грубість, а також високий рівень тривожності. Це підтверджує низка досліджень.

Л. Стотт провів дослідження з 1800 підлітками та виявив, що у тих сім'ях, де переважала атмосфера взаємоповаги, довіри, взаємоприйняття підлітки краще адаптуються до життя, більш незалежні та самостійні. У них відстежується вища самооцінка, ніж у тих, де в сім'ях панує розлад [45].

М. Розенберг встановив, що висока самооцінка визначається зацікавленістю батьків у дитині, зокрема, їх інтересом до друзів, успіхів у навчанні [35].

Дж. Г. Брахман теж виявив зв'язок високої самооцінки з добрими стосунками у сім'ї. В це поняття він включає теплі стосунки між членами сім'ї, наявність спільної діяльності, участь дітей у прийнятті рішень стосовно життя сім'ї [37].

Наукові дослідження вказують, що характер спілкування з дорослими істотно впливає на особливості самооцінки підлітків, що спричиняє досягнення самостійності та, у свою чергу, сприяє налагодженню сімейних стосунків. Зазначаться, що лише 8,3% підлітків, які могли довірливо спілкуватися з батьками, мають неадекватну самооцінку. У сім'ях де переважає регламентоване спілкування неадекватна самооцінка виявлена у 87,9 % випадках. Стійка самооцінка формується у 79,1 % підлітків, якщо у них є можливості для довірливого спілкування, і лише у 25 % при регламентованому спілкуванні.

За останні два десятиліття психічне здоров'я підлітків поступово перетворилося на глобальну проблему: від 10% до 20% підлітків у всьому світі повідомляють про симптоми розладів психічного здоров'я. Певна річ, погіршення психічного здоров'я підлітків значною мірою впливає на погіршення їх емоційного стану і, відповідно, зумовлює непорозуміння в родині.

Як свідчать статистичні дані, у США, 18% підлітків у віці від 13 до 17 років відчували депресивні симптоми, 38% - тривогу. На жаль, ми не маємо подібної статистики в Україні, але ситуація в нашій країні точно не краще. Крім того, підлітки, які живуть з депресією і тривогою, мають вищий ризик зловживання психоактивними речовинами, поганого соціального функціонування, суїцидальних думок і спроб самогубства, низької академічної успішності та відсіву зі школи.

Вкрай важливо визначити захисні фактори, на які можна впливати для підвищення життєстійкості у дітей підліткового віку, що дає змогу знизити їх конфліктність, сприяє здатності встановлювати позитивні стосунки, знаходити компроміси при виникненні сімейних конфліктів.

Вразливість до психічних розладів включає внутрішні фактори, такі як: відсутність емоційної стійкості, низька самооцінка та соціальний статус, відчуття пастки та безпорадності, а також проблеми, пов'язані з сексуальністю чи сексуальною орієнтацією, ізоляцією та поганою інтеграцією.

Зовнішні фактори, що сприяють цій вразливості, були описані як погані соціальні умови (житлові умови, бідність, безробіття), дискримінація або насильство, культурні конфлікти, стигматизація та недостатня автономія, серед інших чинників.

Людина в стані доброго психічного здоров'я має сильне відчуття себе та інших; вона буде здатна і формувати позитивні стосунки і водночас почуватися комфортно у власній компанії. Уявлення про себе будуть дуже сильно залежати від культури, і те, чи є людина соціоцентричною чи егоцентричною. Будь-які спроби змінити це уявлення про себе може призвести до культурного конфлікту, індивідуального дисонансу і нещастя.

Основні почуття психічного здоров’я включають довіру, виклик, компетентність, досягнення і гумор, а можливості, які пропонує психічне здоров'я включають здатність розвиватися психологічно, емоційно, інтелектуально і духовно; ініціювати, розвивати і підтримувати взаємне емоційне задоволення, здатність усвідомлювати інших та співпереживати їм;

використовувати психологічний дистрес як процес розвитку та вчитися на ньому, щоб він не заважав і не шкодив подальшому розвитку. Фонд психічного здоров'я (MHF, 2008) зазначає, що психічне здоров’я визначається тим, як люди думають і відчувають про себе і своє життя, і що це впливає на те, як людина справляється з труднощами та керує ними в часи негараздів.

Психічне здоров’я розглядається як таке, що впливає на здатність людини функціонувати та максимально використовувати наявні можливості, а також брати повноцінну участь у житті сім'ї, у навчальному процесі, у громаді та з однолітками. Адже існує тісний зв’язок між фізичним і психічним здоров’ям, оскільки вони впливають одне на одного прямо та опосередковано.

На основі викладених положень слід узагальнити, що виникнення конфліктів між батьками та підлітками може бути спричинено як внутрішніми (вразливість до психічних розладів, низька самооцінка та соціальний статус, відчуття пастки та безпорадності, сексуальна орієнтація та дезадаптація), так і зовнішніми (незадовільні соціальні умови, дискримінація, культурні конфлікти, стигматизація та недостатня автономія) факторами.

Певна річ, благоприємна психологічна атмосфера в сім’ї, яка сприяє збереженню психічного здоров’я підлітків, підвищенню їх емоційної стійкості та самооцінки уможливлюють досягнення стану рівноваги, саморегуляції власних емоцій та поведінки. Адже коли людина перебуває в мирі з собою, здатна ефективно управляти психічним станом, ефективно функціонувати в суспільстві та задовольняти свої потреби, тоді позитивна функціональність дає змогу конструктивним чином управляти стосунками, власними емоціями та поведінкою.

1.3. Науково-аналітичній огляд причин конфліктів між батьками й підлітками

Діти та батьки є найріднішими людьми на всіх етапах розвитку людства, але досить часто саме вони спричиняють конфліктні ситуації. Такі конфлікти

є одні з найпоширеніших у сімейному житті. Розглянемо фактори, які можуть спричиняти конфлікти між батьками та дітьми. До них належить тип внутрішньо-сімейних відносин, недосконаліть батьківського підходу до виховання, вікові кризи дитини, індивідуальні відмінності між батьками та дітьми, а також вплив інших значущих осіб [5].

Тип внутрішньо-сімейних відносин є досить вагомим чинником конфліктів у сім'ї. Існують гармонійні та дисгармонійні типи сімейних відносин. Гармонійні відносини характеризуються співробітництвом, взаємодопомогою та рівноправністю всіх членів родини. У такій сім'ї дорослі спілкуються з дітьми на дружньому рівні, коректно спрямовують їхню поведінку, хвалять і надають поради, обговорюють її та поведінку дітей. Батьки зазвичай не підкреслюють своє керівне становище. Для такої сім'ї характерний демократичний стиль виховання, який сприяє розумінню та прийняттю особистості дитини [21].

У дисгармонійній сім'ї зазвичай спостерігаються конфлікти між подружжям, напружені відносини та відсутність ефективної комунікації між батьками і дітьми. У таких умовах почуття і емоції сторін не беруться до уваги, взаємовідносини часто залишаються на певній дистанції. Така ситуація може призвести до невротичних реакцій у членів родини, які викликають у дітей відчуття тривоги та незадоволеності [11].

Необхідно зазначити, що досить складними періодами для дитячо-батьківських відносин є вікові кризи дитини. Це перехідні етапи розвитку, коли діти можуть ставати неслухняними, капризними, дратівливими або агресивними. У психологічній літературі виділяють такі вікові кризи як:

1) криза першого року життя;
2) криза трьох років (перехід від раннього дитинства до дошкільного віку);
3) криза 6-7 років (перехід від дошкільного до молодшого шкільного віку);

4) криза статевого дозрівання (перехід від молодшого шкільного віку до підліткового, 12-14 років);
5) підліткова криза (15-17 років) [9].

Проблема взаємодії батьків та підлітків - одна з найбільш складних і важливих у родинних відносинах. Підлітковий вік - це період значних фізичних, емоційних і психологічних змін, коли молоді люди починають шукати свою ідентичність, відокремлюються від батьків, а це часто спричиняє конфлікти, нерозуміння та труднощі у взаємодії. Взаємодія батьків і підлітків може бути важкою, але правильний підхід і взаєморозуміння дозволяють подолати ці труднощі.

Відповідно, до причини проблем у взаємодії батьків і підлітків належать:

- пошук самостійності та індивідуальності
- зміни в емоційному стані
- вплив соціального оточення та однолітків

Однією з головних причин проблем у взаємодії є прагнення підлітків до самостійності. На цьому етапі життя підлітки починають активно шукати свою ідентичність, хочуть встановити свої межі і зробити свій вибір, незалежний від батьків. Це призводить до протесту проти батьківської опіки, обмежень і порад. З точки зору психології, це є важливим етапом розвитку особистості.

Американський психолог Е. Еріксон у своїй теорії психосоціального розвитку наголошував на тому, що підлітки перебувають на етапі розвитку ідентичності, коли вони шукають своє місце в світі. Відсутність підтримки на цьому етапі може призвести до кризових ситуацій, коли підліток не здатен сформувати стійку особистість [13].

Підлітки переживають сильні емоційні перепади, які обумовлені гормональними змінами, які відбуваються в організмі під час цього періоду. Це може призводити до частих конфліктів із батьками, особливо коли вони не розуміють причини емоційних реакцій дитини.

У дослідженнях К. Івінг він наголошує на тому, що підлітки часто не здатні самі регулювати свої емоції, і в моменти стресу або невдоволення шукають виходу в конфліктах з батьками, які призводять до непорозумінь.

Вплив соціального оточення та однолітків є досить вагомим для дитини. Підлітки значно більше звертаються до своїх однолітків за підтримкою та порадами, ніж до батьків, а це також призводить до відсторонення від родини. Вони прагнуть соціального визнання, часто сприймають поради батьків як перешкоди в досягненні цієї мети [5].

Психолог Д. Вайнбергер в своїх дослідженнях підкреслює, що група однолітків відіграє ключову роль у розвитку соціальних навичок підлітка, і досить часто, саме вплив товаришів може стати причиною конфліктів між батьками і дітьми, адже підлітки можуть вважати поради своїх батьків за застарілі або обмежувальні.

Роль батьків у формуванні емоційної стабільності підлітка є важливою для здорової комунікації з дитиною. Дослідження Р. Вудс показують, що емоційно адекватні батьки, які активно слухають своїх дітей, підтримують і дають простір для самовираження, здатні знизити рівень стресу у підлітка і сприяти розвитку його емоційної стійкості. Коли батьки демонструють емпатію і готовність до компромісів, підлітки стають менш схильними до протестів і зберігають відкритий канал комунікації [23].

Лише через тісну взаємодію шкільного та сімейного виховання можна сформувати хорошу та чутливу особистість. В основному час дитина проводить у родині, де й розпочинається її формування як особистості та розвиток моральних якостей. Виховання дітей значною мірою залежить від мікроклімату в сім'ї, атмосфери в домі, морально-культурного рівня батьків, їх ставлення до дітей, старших, обов'язків, сімейних традицій. З раннього віку діти мають знати, що є добрим, а що поганим, вміти відповідати за свої вчинки та пояснювати їх.

Дітей потрібно виховувати в будь-яких умовах. Іноді навіть у хороших родинах батьки можуть надмірно балувати дітей, хвалити їх постійно і

тримати під сильною опікою. У таких умовах діти звикають до комфорту, в них появляється лінь через те, що все має бути найкраще тільки для них. Це формує у них споживацьке ставлення до життя, безініціативність, прояви істеричність, вони не визнають авторитетів і не здатні приймати самостійні рішення [7].

У сім'ях, де панує надмірна суворість і застосовуються антипедагогічні методи впливу, наприклад постійні зауваження, численні заборони, фізичні покарання, психіка дітей сильно страждає. Невиправдана жорстокість, грубість, роздратованість, застосування сили заважають формуванню в дітей позитивних моральних норм і руйнують взаємини. Замість любові та довіри виникає ворожість, страх, відчуженість. Діти, які виростають у таких сім'ях, часто бувають невпевненими, замкненими, агресивними чи надмірно збудливими, втрачають свою індивідуальність [11].

Багато батьків не враховують вікових та індивідуальних особливостей дітей, їхніх інтересів і здібностей. Це особливо виражено в підлітковому віці, коли у дітей формується світогляд та моральні переконання. У цей час вони потребують, щоб до них ставилися як до дорослих. Вони гостро переживають те, коли батьки не розуміють їхніх думок, прагнень і ідеалів, тому потребують чуйного, дружнього та справедливого ставлення до себе і своїх принципів.

Часто батьки, хоч і люблять своїх дітей, не завжди можуть їх правильно зрозуміти, і цим ускладнюють налагодження нормальних відносин. Відсутність порозуміння між батьками та дітьми ослаблює батьківський вплив, і це відкриває шлях для чужих впливів, зокрема вулиці.

Підлітковий вік є тривалим періодом життя, який починається в 11-12 років. Його закінчення коливається в 15, 16, 17 або навіть 18 років. Чітких меж підліткового віку не існує, вони є індивідуальними для кожної дитини.

У психологічній літературі щодо цього віку існує багата термінологія, яка включає такі синоніми, як «критичний вік», «критичний період», «зламний вік», «перехідний вік». Фахівці, які вивчають підлітковий вік, вважають, що

лише останній термін найкраще відображає суть змін, які відбуваються в цей час [22].

«Перехідний вік» характеризується значними змінами в психіці, які з’являються на межі двох вікових періодів і супроводжуються утворенням нових психічних структур. У цей період індивід проходить важливий етап психічного розвитку, який включає внутрішні конфлікти з собою та оточенням, а також зовнішні труднощі й внутрішні зрушення на шляху до формування відчуття власної особистості.

Однією з його основних характеристик є швидкий процес статевого дозрівання, який супроводжується змінами в центральній нервовій та ендокринній системах. Відбувається викид гормонів, який призводить до видимих ознак дозрівання. У цей період остаточно формується різниця в зовнішності та поведінці між хлопцями і дівчатами. Підлітковий вік – це кілька років випробувань для дітей, батьків і вчителів. Пережити ці роки складно, але це необхідно.

Центральна нервова система підлітків знаходиться в нестабільному стані, бо процеси збудження переважають над гальмуванням. Це часто призводить до різких, неадекватних реакцій на зауваження дорослих і однолітків. Настрій підлітків часто змінюється, від піднесеного до пригніченого і навпаки. Вони швидко втомлюються. Прискорене фізичне зростання, а також дефіцит вітамінів і корисних речовин можуть призвести до проблем з опорно-руховим апаратом, таких як сутулість і викривлення хребта. Підлітки також починають активно цікавитися протилежною статтю, розвивається статевий потяг, і вони підвищують вимоги до власної зовнішності. Бажання виглядати «дорослими» змушує їх наслідувати старших, як позитивні, так і негативні риси їх поведінки.

Психологічні особливості підліткового віку характеризуються суперечливістю. З одного боку, підліток надзвичайно болісно сприймає критику, з іншого прагне, щоб з ним спілкувалися як з дорослим. Через імпульсивність вони іноді не справляються з повсякденними обов’язками, але

здатні брати на себе відповідальність за складні справи. У той же час їх увага до дрібниць і деталей часто поєднується з душевною черствістю та жорстокістю. Бажання бути «як усі» суперечить прагненню підкреслити свою індивідуальність і незалежність від думки оточуючих. Вони можуть одночасно відкидати авторитети та обожнювати своїх кумирів. До основних рис підліткового віку включають:

- емоційну нестабільність;
- різкі перепади настрою;
- підвищене самолюбство;
- рішучість у судженнях;
- сором’язливість і невпевненість у власних силах.

Основні новоутворення підліткового віку це прагнення до дорослості, самостійності та активний розвиток самосвідомості. Домінуючі потреби включають спілкування з однолітками, самоствердження, а також пізнання світу, інших людей і самого себе.

Також, є така категорія як «важкі» підлітки, і їхня поведінка пояснюється не агресивністю або поганими намірами, а підвищеною чутливістю й ранимістю. Вони піддаються великим життєвим навантаженням і частіше «збиваються з шляху», тому потребують допомоги, а не осуду. До основних психологічних причин порушень поведінки підлітків належать:

- боротьба за увагу - неслухняність може бути способом привернути до себе увагу;
- боротьба за самоствердження - підлітки дуже чутливі до обмежень їх свободи та суворих заборон;
- бажання помститись - проявляється як образа на батьків;
- втрата віри у власний успіх - глибоке переживання неблагополуччя, яке може впливати на інші сфери життя (наприклад, погіршення стосунків з друзями, що позначається на навчанні) [20].

Основним завданням батьків є бажання зрозуміти справжні причини поведінки підлітка, звернути увагу на свої власні емоції. Якщо підліток бореться за увагу, дорослий може відчувати роздратування. Якщо дитина протистоїть, це може викликати гнів. В разі помсти батьки можуть відчувати образу, а якщо дитина переживає якісь труднощі, дорослі відчувають безнадійність і розпач.

Найважливіше у стосунках із такими підлітками це не реагувати на поведінку підлітка звичним способом і не створювати негативну атмосферу. Це складно, адже емоції зазвичай включаються автоматично, але на практиці це необхідно. Якщо дитині потрібна увага, краще надати її в спокійний час, коли ніхто не відчуває напруги. Якщо підліток бореться за незалежність, дорослим варто менше втручатися в його справи. Проте, якщо дитина мститься, потрібно зрозуміти, за що саме [12].

Підлітки, які зневірилися у собі, потребують особливої підтримки. Важливо знизити рівень вимог і знайти для них посильні завдання, допомагаючи вийти з глухого кута. Не потрібно критикувати дитину, а навпаки знаходити можливості для похвали. Батькам слід пам’ятати, що навіть перші спроби поліпшити взаємини можуть викликати у дитини підвищену агресивність, адже вона не одразу повірить у щирість намірів. Тому, шлях до нормалізації відносин буде довгим і важким, і батькам іноді доведеться змінювати своє ставлення до ситуації, щоб виховати «важку» дитину.

Найголовніші дорослі, з якими взаємодіють підлітки, це їхні батьки. Діти і батьки насправді люблять одне одного, але часто маніпулюють, бо прагнуть отримати вигоду. Батькам важливо направити енергію підлітка в потрібне русло, вселяти віру в його сили та важливість навчання, цим самим даючи можливість займатися тим, що йому цікаво [4].

Підлітковий вік- це період переходу від дитинства до дорослості, коли відбувається інтенсивне формування почуттів, волі та орієнтацій. Підліток починає усвідомлювати себе як дорослу особу, прагне вести себе і діяти так,

як дорослі. Але його активність зростає, а його ціннісні орієнтації змінюються під впливом бажання бути визнаним дорослим. Проте, попри це, його поведінка часто залишається дитячою. Психологічний розвиток підлітка є суперечливим, з одного боку, він ще дитина, а з іншого вже не зовсім дитина, має певні риси дорослого, але ще не є дорослим. Він намагається обмірковувати свої прагнення і дії, як дорослі, проте робить це по-дитячому. Ці суперечності у психічному розвитку вимагають від батьків і оточуючих значної тактовності та обережності в спілкуванні, що є важливим для нормального становлення його особистості.

Підліткам особливо притаманно прагнення до самостійності, яка виражається в їхньому бажанні бути визнаними дорослими. Для них важливо не тільки як їх оцінюють дорослі, а й як вони самі оцінюють себе. Період самопізнання, бажання порівняти себе з іншими та оцінити їхні риси спричиняє підвищену чутливість до оцінок щодо їхньої особистості, поведінки та ставлення до них. Це є основною причиною емоційної вразливості підлітка, його часто бурхливих і невмотивованих реакцій на зауваження, які можуть здатися дорослим необґрунтованими.

Моральні почуття підлітка знаходяться на етапі становлення, а засвоєні ним норми поведінки визначають його вчинки та напрямок розвитку. Проте не завжди в його поведінці поєднуються слова, почуття та дії. Іноді підліток не усвідомлює зв’язку між загальними нормами і своєю поведінкою в конкретних ситуаціях.

Цей період відзначається значними емоційними коливаннями, раптовими змінами настроїв і переживань. Підлітки можуть переходити від піднесеного стану до нестриманості, від активності до байдужості. Ці емоційні зміни часто відображають їхні стосунки з близькими людьми, їхні успіхи та невдачі. Погана оцінка, розчарування в друзях, байдужість з боку дорослих до інтересів підлітка або нетактовне втручання в його емоційне життя можуть стати причиною різких змін настрою [8,24].

Значною мірою на характер стосунків у родині впливає стиль сімейного виховання. Стиль сімейного виховання - це ставлення батьків до дитини та методи їхнього впливу на неї, які проявляються в особливостях їхнього вербального спілкування і взаємодії з дитиною. Будь-які непорозуміння чи дисгармонія в родині можуть спричинити до негативних наслідків для розвитку особистості дитини і сприяти виникненню проблем у її поведінці.

У кожній родині існують свої унікальні стосунки між батьками та дитиною. Вони значною мірою визначають формування особистості та поведінки дитини. Батьки використовують різноманітні методи виховання, які допомагають прищепити дитині систему норм і правил, а також залучити її до моральних цінностей. У психології стиль сімейного виховання визначається як певне поєднання соціальних вимог, очікувань та контролю, яке виражається в ставленні батьків до дитини. На вибір стилю виховання впливають:

- темперамент батьків та їх сумісність;
- традиції сім'ї, в якій виросли самі батьки;
- науково-педагогічна література, яку батьки читають;
- рівень освіти батьків.

Зазвичай виділяють чотири основні стилі виховання, а саме авторитарний, ліберальний, демократичний (авторитетний) та гіперопіка. Кожен з них по-різному впливає на психічний розвиток дитини [25].

Авторитарний стиль виховання є досить суперечливим. Батьки, які дотримуються цього стилю, строго контролюють дитину, порушують її особистий простір, приймають рішення за неї і не цікавляться її думкою. Вони вимагають порядку та дисципліни та очікують, що дитина буде підкорятися їх волі. Це виховує відповідальність і здатність долати труднощі, але високі вимоги можуть призвести до страху невдачі, недовіри до людей та агресивної поведінки. Авторитарний стиль може сприяти зниженню мотивації до корисної діяльності, соціальної ізоляції і проблемам у взаємодії з оточенням. Авторитарний стиль виховання несе вплив на особистість дитини, який проявляється у таких особливостях поведінки:

- діти, виховані в авторитарних родинах, часто стають залежними від думки інших, бо не звикли до самостійних рішень;
- у таких дітей часто спостерігається низька самооцінка, тривожність, а також проблеми з емоційною регуляцією;
- вони можуть мати проблеми з адаптацією в соціумі через страх перед авторитетними людьми;
- з часом такі діти можуть проявляти агресію або, навпаки, підкорюватися в небажаних ситуаціях

Для збереження хороших стосунків з дитиною важливо обмежити контроль і поступово передавати їй відповідальність за свої вчинки. Важливо слухати її думку і давати поради у формі пропозицій, а не наказів.

Ліберальний стиль виховання часто називають потуральним. У цьому стилі батьки надають дитині велику свободу, не встановлюють обмежень або правил. Це може призвести до неслухняності, імпульсивності та агресивності в поведінці дітей, тому що вони не розвивають необхідні механізми для відповідальної поведінки. Такі діти можуть рано почати вживати алкоголь або інші психотропні речовини і мають труднощі у встановленні здорових стосунків з оточенням.

Ліберальний стиль виховання несе вплив на особистість дитини, який проявляється через такі особливості:

- діти, які виховані в такому стилі, часто мають високий рівень самооцінки, гармонійно розвиваються і впевнено поводяться в соціальних ситуаціях;
- діти здатні до самоконтролю, добре навчаються і розвиваються в емоційному плані;
- зазвичай ці діти мають позитивне ставлення до своїх батьків, добре розуміють правила та обмеження, але здатні самостійно приймати рішення;

- діти виявляють більшу здатність до адаптації та гнучкості у вирішенні проблем.

Для покращення ситуації важливо відновити взаємну довіру, чітко позначити обов'язки і вимоги до дитини, проявляти турботу і тепло, цікавитися її думкою та емоціями.

Індиферентний стиль виховання характеризується низьким рівнем контролю та «холодними» стосунками. Багато батьків не усвідомлюють того, що практикують індиферентний стиль виховання. Такий стиль характеризується байдужістю батьків до потреб і життя дитини. Вони не залучені в емоційний розвиток дитини, не цікавляться її проблемами і не надають підтримки. Відповідно, діти, які ростуть в таких родинах, часто відчувають себе самотніми та ізольованими, або ж мають агресивну і неконтрольовану поведінку.

Індиферентний стиль виховання несе вплив на особистість дитини, який проявляється через такі особливості:

- діти таких батьків можуть мати низьку самооцінку і відчувати себе покинутими або неважливими;
- діти можуть страждати від емоційної нестабільності, проблем з соціалізацією та поведінковими порушеннями;
- діти часто не мають чітких орієнтирів для розвитку і можуть мати труднощі з встановленням здорових міжособистісних відносин;
- діти часто шукають визнання в інших місцях, а це може призвести до проблем у дорослому житті.

Діти, які виховуються в таких умовах, можуть зіштовхуватися з серйозними проблемами в майбутньому, такими як алкоголізм, наркоманія, злочинність або інші соціальні девіації.

Демократичний стиль виховання характеризується поєднанням твердої, послідовної, але гнучкої виховної практики. Батьки активно залучають дитину до життя родини і контролюють її розвиток, але не обмежують свободу

дитини. Вони розуміють її потреби, мотиви та можливості. Демократичний стиль сприяє розвитку самостійності, активності та соціальної відповідальності.

Демократичний стиль виховання несе вплив на особистість дитини, який проявляється через такі особливості:

- діти зазвичай відрізняються високою самооцінкою, емоційною зрілістю та хорошими соціальними навичками;
- діти мають відчуття безпеки та підтримки з боку батьків, яке сприяє розвитку їхньої самостійності і здатності до самоконтролю;
- у таких дітей часто спостерігається висока успішність в школі та соціально адаптоване поводження в колективі;
- такі діти краще справляються з життєвими труднощами, тому що мають сформовану здатність до критичного мислення та прийняття відповідальних рішень.

Гіперопіка або ж надмірна опіка характеризується надмірним піклуванням, яке обмежує ініціативу дитини і робить її залежною від батьків. Діти, які постійно знаходяться під контролем, можуть відчувати психологічне обмеження та важкість у перехідному віці, коли прагнуть до більшої самостійності. Відсутність автономії може призвести до порушень емоційної сфери та труднощів у становленні особистості.

Гіперопіка несе вплив на особистість дитини, який проявляється через такі особливості:

- діти часто мають занижену самооцінку і невпевненість в собі**,** тому що дитина не вірить у свої можливості та сумнівається у своїй здатності приймати рішення;
- такі діти є залежними від батьків**,** вони не навчаються вирішувати проблеми самостійно і потребують постійної підтримки, навіть у дорослому віці;

- діти мають проблеми з адаптацією до реального світу**,** бо батьки створюють штучне, контрольоване середовище, де дитина не стикається з реальними труднощами і не вчиться їх долати;

- діти часто мають труднощі в розвитку соціальних навичок**,** може відчувати труднощі при спілкуванні, не мати навичок вирішення конфліктів або не вміти встановлювати здорові межі в стосунках;

- діти мають підвищений рівень тривожності**,** вона може почуватися не вільно і розвивати тривожні настрої;

- діти не вміють вирішувати конфлікти, вони не завжди мають можливість розв'язувати конфлікти самостійно, бо батьки можуть втручатися в ситуацію і вирішувати її за дитину.

Для того, щоб допомогти дитині стати самостійною, батькам слід обмежити свій контроль, дозволити дитині робити власні помилки і вчити її відповідати за свої вчинки. Це допоможе дитині розвиватися і ставати дорослою, вчитися будувати своє життя самостійно.

Американські дослідники провели експеримент для того, щоб з'ясувати, чи впливає стиль виховання на поведінку дітей, психічні стани та успішність у школі однаково у різних культурах, або ж цей вплив є різним залежно від культурного середовища. Тобто, вони намагалися визначити, чи є загальноприйнята класифікація стилів виховання універсальною або застосовною лише до певних культур. У дослідженні взяли участь сім'ї, які належать до чотирьох культурних груп, а саме європейської, афро-американської, латиноамериканської та азійської.

Результати дослідження показали цікаві результати. Демократичний стиль виховання призводив до високих показників успішності та низького рівня поведінкових і емоційних проблем у дітей усіх культурних груп.

Серед сімей з демократичним стилем виховання найбільше зростання успішності спостерігалося у дітей європейської культурної групи, а найменше у дітей азійської групи.

У європейських та азійських сім’ях з авторитарним стилем виховання діти частіше мали проблеми з поведінкою, емоційною стабільністю та успішністю в школі, а в латиноамериканських сім’ях лише з поведінкою та емоційною стабільністю.

В афро-американських сім’ях авторитарний стиль виховання не мав значного негативного впливу на поведінку, емоційну стабільність та успішність дітей.

Індиферентний стиль виховання призводив до негативних результатів за всіма трьома показниками у всіх культурних групах.

Таблиця 1.1

Стилі сімейного виховання

Стиль виховання	Характеристика
Демократичний	Демократичний стиль характеризується емоційною підтримкою, повагою до думки дитини, відкритим діалогом і встановленням чітких, але гнучких правил — він сприяє зниженню конфліктів.
Авторитарний	Авторитарний стиль ґрунтується на жорсткому контролі, покараннях і вимогах до безумовної покори, що часто викликає спротив та емоційне відчуження з боку підлітка.
Ліберальний	Ліберальний стиль передбачає мінімальне втручання у життя дитини, відсутність контролю і вимог, що може призвести до втрати орієнтирів і збільшення ризику девіантної поведінки.
Гіперопіка	Гіперопіка, навпаки, полягає у надмірній турботі та контролі, придушенні самостійності, що викликає протест у підлітка і формує внутрішні конфлікти, пов’язані з браком особистої свободи.

Демократичний стиль виховання, який базується на підтримці та турботі батьків, є найбільш ефективним. Крім того, авторитарний стиль у деяких

культурних групах не має таких серйозних негативних наслідків, як у більшості інших культур. Тому, стиль виховання є важливим для повноцінного розвитку дитини.

Основні причини конфліктів між батьками й підлітками представлено в таблиці 1.2.

Таблиця 1.2

Причини конфліктів між батьками та підлітками

Об'єктивні (зовнішні) причини	Суб'єктивні (внутрішні) причини
З боку підлітків:	
1. Несприятливий вплив інших вагомих людей	1. Вікова криза. 2. Надмірна агресивність. 3. Бажання скоріше стати дорослим. 4. Дитячий егоїзм. 5. Недостатні навички критичного аналізу та передбачення наслідків. 6. Неадекватна самооцінка. 7. Різки зміни настрою
З боку батьків:	
1.Деструктивність сімейних відносин, конфлікти між подружжям та з іншими родичами.	1. Гіперопіка або авторитарність 2. Індиферентність по відношенню до дитини. 3. Застарілі погляди на світ, ортодоксальність поглядів. 4. Втома від батьківства 5. Підвищені вимоги до дітей 6. Часте застосування погроз і покарань. 7. Аддиктивна поведінка. 8. Відмова визнавати, що дитина дорослішає.

	9. Постійна зміна критеріїв оцінки. 10. Підвищені очікування від дітей
Для обох сторін:	
1. Складні життєві обставини 2. Матеріально-економічні труднощі 3. Різкі розбіжності у світогляді	1. Відсутність навичок контролю емоцій, нестриманість у висловлюваннях. 2. Небажання розуміти й приймати. 3. Прагнення добитися свого в конфлікті за будь яку ціну. 4. Індивідуально-психологічні особливості батьків і дітей

Тож, коли виникають проблеми у стосунках між батьками та підлітками, батьки часто вважають, що причина лежить у змінах поведінки дітей. Тому вони очікують, що дитина зміниться, «візьметься за голову» і почне слухатися. Спроби батьків вирішити ці проблеми також спрямовані на зміну поведінки дитини. Якщо відносини з батьками починають ставати проблемою і для самого підлітка, він бачить причину зовсім інакше: все через те, що «батьки занадто суворі», встановлюють заборони і очікують, що він змінить свою поведінку. Жоден з них не має рації, намагаючись вирішити проблеми шляхом зміни поведінки іншої сторони конфлікту. Це глухий кут, який лише призводить до посилення конфлікту та поглиблення взаємних образ. Єдине, що можна дійсно змінити, — це власна поведінка.

Конфлікти між батьками та підлітками виникають з різних причин і є цілком природною частиною розвитку сімейних відносин. Однак ці конфлікти не обов'язково є негативними. Вони можуть бути можливістю для навчання та розвитку відносин, якщо обидві сторони відкриті до діалогу.

1.4. Стратегії вирішення сімейних конфліктів і способи їх запобігання

Однією із основних особливостей батьківства є вміння вирішувати конфлікти з дітьми і запобігати їх виникненню. Батьки можуть робити помилки у вихованні, які призводять до негативних наслідків. Однією з таких помилок є погрози. Наприклад, коли дитина чує такі вислови як: «Якщо не прибереш, не отримаєш цукерок» або «Не став зайвих питань, або не підеш на вулицю». Така поведінка викликає у дитини не лише страх, а й почуття ворожості та відчуження від батьків. Крім того, авторитарні накази створюють таку напружену атмосферу, в якій дитина почувається некомфортно, а це може стати причиною образ і навіть прагнення протистояти авторитету батьків в майбутньому.

В науковій літературі прийнято розрізняти п’ять основних типів конфліктів з урахуванням двох умов: важливості досягнення мети та підтримання хороших стосунків з опонентами- конкурувати, уникати, пристосовуватися, співпрацювати, а також йти на компроміси (проміжний) [25]. Схематично стиль розв’язання конфлікту представлено на рисунку 1.1.

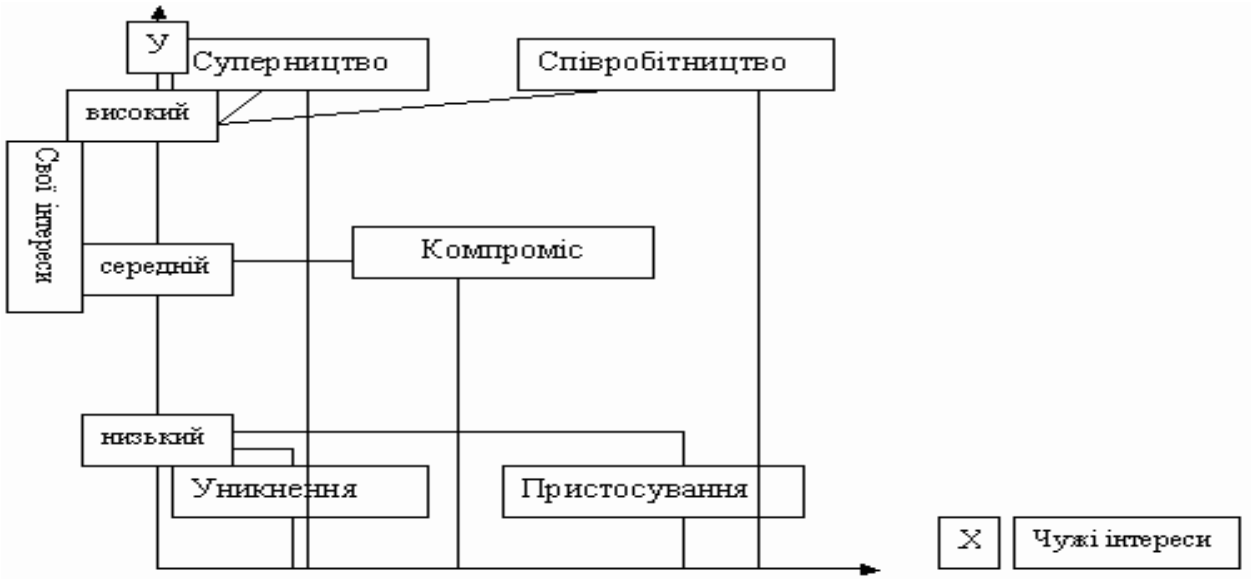


Рис. 1.1 Стилі поведінки в конфлікті

Важливість досягнення мети для всіх сторін, залучених до конфлікту є надзвичайно важливою або взагалі не важливою. Тому вирішення конфлікту

залежить частково від того, наскільки сильно опоненти прагнуть задовольнити свої особисті інтереси. Анкета визначає п'ять стратегій поведінки в конфліктах: втеча (черепаха), примус (акула), пристосування («плюшевий ведмедик»), компроміс (лисиця), конфронтація (сова).

Пристосування («плюшевий ведмедик»):

Компромісна поведінка — це поведінка в конфліктній ситуації, при якій людина готова поступитися своїми інтересами і поступитися іншим, щоб уникнути конфронтації. Люди з низькою самооцінкою, які вважають, що їхні цілі та інтереси не повинні враховуватися, можуть легко застосовувати таку поведінку.

Переваги та недоліки цієї стратегії: якщо предмет суперечки не є надто важливим і важливіше зберегти добрі стосунки з іншою стороною, то відступ і надання іншій стороні права реалізувати свою волю можуть бути найкращим рішенням. Однак якщо конфлікт стосується важливих питань, що впливають на емоції учасників, ця стратегія не може вважатися ефективною. Вона викликає негативні емоції у сторони, що відступила (гнів, незадоволення, розчарування тощо), і в довгостроковій перспективі призводить до втрати довіри, поваги та взаєморозуміння між сторонами.

Щоб зобразити цю стратегію поведінки в конфлікті, ми дали їй символічну назву м'якої гри, яка без зусиль випромінює тепло і ніжність. Мета стратегії пом'якшення конфлікту — максимізувати відносини і мінімізувати особисті вигоди. Основний принцип поведінки: «Хай буде все, як Ви хочете, тільки не будемо сваритися». Це доброзичлива відданість на шкоду власним інтересам, так звана «хованка», але, звичайно, лише до певної міри, оскільки інстинкт самозбереження дуже розвинений у кожної людини. Цю стратегію часто застосовують альтруїсти, іноді зовні, іноді з переконання. У цьому випадку важливе значення має співвідношення сил між сторонами. Якщо співвідношення сил для них несприятливе, а подальша боротьба безглузда, вони переходять на позицію, гаслом якої є: «Я покладаюся на милість переможця». Стратегія заспокоєння може бути розумним кроком, якщо

протиріччя через невеликі розбіжності можуть спричинити надмірну напругу у відносинах на цьому етапі або якщо інша сторона не готова до діалогу. Є також випадки, коли важливо зберегти добрі стосунки. Конфлікти іноді вирішуються просто тому, що ми продовжуємо підтримувати дружні стосунки. Однак у разі серйозних конфліктів стратегія «ведмедя» призводить до того, що основні питання залишаються невирішеними, а конфлікт залишається невирішеним.

Компроміс («лисиця»)- це часткове задоволення інтересів обох сторін, що беруть участь у конфлікті.

Переваги та недоліки цієї стратегії: Хоча компроміс враховує інтереси всіх сторін, що беруть участь у конфлікті, і результат може вважатися справедливим, важливо пам'ятати, що компроміс у більшості випадків можна розглядати лише як проміжний етап у процесі вирішення конфлікту, до того, як буде знайдено рішення, яке повністю задовольнить обидві сторони.

Ця стратегія характеризується поведінкою, схожою на поведінку лисиці, яка поєднує обережність і хитрість. «Лисиця» діє за принципом: «Я трохи поступлюся, якщо ти теж готовий поступитися». Рефлексивність, врівноваженість і обережність — основні риси такого типу поведінки. Особисті цілі та відносини однаково важливі для цієї стратегії. Бажання нормалізувати відносини в будь-якому випадку є слабкою стороною цієї стратегії в конфлікті з «акулами». Стратегія компромісу не передбачає аналізу обсягу інформації. «Лисиця» терпить обмін думками, але відчуває себе некомфортно, оскільки не має власної позиції, і його поведінка залежить від можливих поступок з іншого боку.

Компроміс вимагає певних навичок ведення переговорів, щоб кожен учасник отримав щось. Таке вирішення проблеми передбачає наявність кінцевої цінності, яку всі поділяють, і неможливість повного задоволення потреб усіх учасників у процесі розподілу. Проте рівний розподіл часто вважається найсправедливішим рішенням, і якщо сторони не можуть збільшити розмір того, що можна розділити, рівне використання наявних

переваг вже є досягненням. Недоліком компромісної стратегії є те, що одна сторона може, наприклад, збільшити свої вимоги, щоб пізніше здатися щедрою, або відмовитися від своєї позиції набагато раніше, ніж інша сторона. У таких випадках жодна зі сторін не буде дотримуватися рішення, яке не задовольняє її потреби. Якщо компроміс досягнуто без ретельного аналізу інших можливих рішень, це, можливо, не найкращий спосіб вирішення конфлікту.

Сова (співпраця)

Переваги та недоліки цієї стратегії: Бажання вислухати інших, зрозуміти їхню думку, врахувати їхні інтереси та знайти рішення, яке задовольнить усі сторони суперечки, є необхідним у будь-яких довгострокових відносинах. Такий підхід сприяє формуванню взаємної поваги, розуміння та довіри, а отже, робить відносини міцнішими та стабільнішими. Якщо предмет суперечки є важливим для обох сторін, цей метод вирішення конфлікту можна вважати найбільш конструктивним. Важливо зазначити, що в багатьох випадках може бути дуже важко знайти рішення, яке задовольнить обидві сторони, особливо якщо інша сторона не готова до співпраці. У таких випадках вирішення конфлікту може бути довгим і складним процесом.

Ця стратегія управління конфліктами зазвичай асоціюється з «птахом, якого в давнину люди наділяли мудрістю і здоровим глуздом». «Сова» відкрито визнає конфлікт, просуває свої інтереси, висловлює свою точку зору і пропонує пропозиції щодо вирішення конфлікту. Вона очікує подібної співпраці від протилежної сторони.

Мета стратегії співпраці — конструктивне вирішення конфлікту, тобто вирішення проблеми, а не конфлікту. «Сова» не приймає тактики ухилення, оскільки поважає свого партнера і не використовує слабкості «черепахи» та «ведмедя», бо прагне діалогу для вирішення проблеми. Він також щирий у ставленні до «акули» і протидіє їй мирними засобами та здоровим глуздом. «Кулик» схильний до ескалації конфлікту з метою його завершення і, якщо необхідно, готовий до переговорів, завжди пропонуючи кілька

альтернативних варіантів. Застосовуючи стратегії співпраці, учасники конфлікту стають рівноправними партнерами, а не ворогами, які висловлюють свою зацікавленість один до одного через свою особистість та індивідуальність. Вони завжди цікавляться не тільки протилежними потребами один одного, але й мотивами. Вони прагнуть прозорості відносин і максимальної довіри. Партнери визнають конфлікт і підкреслюють спільну основу для співпраці, яка може бути такою ж невеликою, як прагнення до спільного вирішення. Вони не вступають у взаємні суперечки та звинувачення – заради справи емоції відходять на другий план. У пошуках спільних рішень партнери можуть цікавитися передумовами конфлікту, але це не є самоціллю. Вони реалістично оцінюють свої можливості і тому готові до медіації, а за необхідності – і до переговорів.

Ігнорування, уникнення («черепаха»):

Переваги та недоліки стратегії: Ця стратегія може бути корисною у двох випадках: коли предмет конфлікту не є надто важливим («Якщо ви не можете домовитися, що дивитися по телевізору, займіться чимось іншим», – пише американський психолог С. Кове), або коли немає необхідності підтримувати тривалі стосунки з іншою стороною конфлікту (якщо ви вважаєте, що те, що ви збираєтеся купити в цьому магазині, занадто дороге, ви можете піти в інший магазин). Однак у тривалих стосунках важливо відкрито обговорювати всі суперечливі питання, оскільки уникнення існуючих труднощів призводить лише до накопичення невдоволення та напруги.

Цю стратегію поведінки можна порівняти з поведінкою черепахи, яка ховається в панцирі, коли відчуває загрозу. Девіз черепахи: «Залиште мене в спокої і не чіпайте». Ця пасивна позиція характерна для жертви, яка опинилася в конфліктній ситуації через обставини. Позиція жертви приваблива завдяки певним компенсуючим факторам: жертва отримує значну підтримку оточення, всі її люблять, їй не потрібно намагатися вирішити проблему самостійно. За зовнішньою пасивністю ховається відчуття, що мати проблему бажаніше і приємніше, ніж вирішувати її з усіма ризиками і труднощами, які це тягне за

собою. Якщо жертва загрожує насильство або відчутна втрата, вона може вважати ризик змінити своє становище неприйнятно високим. Трагедія цієї ролі та неможливість вийти з неї полягає в глибоко вкоріненому ставленні до слабкості та нездатності змінити обставини. Що спричиняє такі ставлення? Жертви вчаться від інших жертв, як бути жертвами. Батьки вчать цьому своїх дітей. Авторитарні батьки, вчителі, керівники та соціальні системи залякують людей і змушують їх приймати роль жертви. У деяких випадках надмірна увага поступово перетворює людей на жертв, оскільки вони не наважуються змінити ситуацію або себе, хоча з правильним ставленням могли б відносно легко досягти позитивних змін.

Однак стратегія «черепахи» може бути цілком логічною дією, якщо конфлікт не зачіпає безпосередніх інтересів індивіда або якщо участь у конфлікті не впливає на розвиток індивіда. Це також може бути корисним, коли потрібно привернути увагу до проігнорованої проблеми.

З іншого боку, така поведінка може спонукати опонента висувати необґрунтовані вимоги або ухилятися від відповіді, замість того щоб брати участь у пошуку спільного рішення, а також може призвести до загострення проблеми. Часто уникнення конфлікту є свідомим або несвідомим методом, який використовується як покарання, щоб змусити іншу сторону змінити своє ставлення до конфлікту.

Стратегія поведінки «оселедець» призводить до придушення справжніх причин і до збереження конфлікту, який переходить на інший рівень, де стає глибшим і складнішим.

Нерозв'язні конфлікти небезпечні тим, що впливають на підсвідомість і проявляються у вигляді зростаючого опору в інших сферах життя, аж до виникнення хвороб.

Конкуренція, змагання («акула»):

Конкуренція – форма поведінки, що проявляється в конфлікті, під час якого одна особа намагається досягти своїх інтересів на шкоду інтересам інших. Особа, яка дотримується цієї стратегії, переконана, що з конфлікту

може вийти переможцем лише один учасник, і що перемога одного учасника неминуче означає поразку іншого. Така людина буде наполягати на своїй позиції, щоб запобігти такому результату, і не враховуватиме позицію іншої сторони.

Переваги та недоліки цієї стратегії: Захист інтересів однієї людини за рахунок інтересів інших може допомогти їй здобути тимчасову перемогу в конфліктній ситуації. Однак для підтримання довготривалих стосунків (чи то дружба, стосунки, сім'я, робота тощо) такий підхід не працює. Довготривалі стосунки можуть бути стабільними лише за умови врахування бажань та інтересів усіх учасників, а також якщо втрата однієї особи зазвичай означає втрату для всіх. У довготривалих відносинах можливі лише певні елементи конкуренції, за умови, що вона відбувається за чесними і заздалегідь визначеними правилами, а її результати не впливають істотно на відносини між учасниками. У цьому випадку конкуренція може сприяти пожвавленню атмосфери та спонукати людей активніше працювати для досягнення своїх цілей.

Така стратегія характеризується певною поведінкою, яку можна описати як поведінку акули під час нападу. Ця поведінка сильно зосереджена на перемозі, ігноруючи власні втрати, і найкраще її можна описати виразом «з усією силою». Перевага такої поведінки в конфліктній ситуації часто пояснюється підсвідомим прагненням захистити себе від болю, викликаного почуттям поразки, і тому ця стратегія відображає певну боротьбу за владу, в якій одна зі сторін виходить беззаперечним переможцем. Ця стратегія є необхідною в тих випадках, коли особа, наділена владою, повинна навести порядок в інтересах загального блага. Безсумнівно, виправдано, коли хтось бере на себе керівництво, щоб захистити людей від насильства або необдуманих вчинків. Однак «стратегія акули» рідко приносить довгострокові результати – сторона, що програла, не може підтримати рішення, що суперечать її волі, і навіть може спробувати їх саботувати. Той, хто програв сьогодні, завтра може відмовитися від співпраці.

Однією з найбільших проблем у стосунках між батьками та підлітками є критика батьків, яка не залишає простору для виправлення. Коли батьки говорять щось надто гостро або надміру наголошують на негативних моментах, дитина не отримує підтримки, а почувається безнадійною. Образливі прізвиська, слова чи дії, знижують самооцінку дитини і формують у неї таку модель спілкування, де приниження стає нормальним.

Досить часто батьки ставлять питання, які здаються дитині непотрібними чи можуть показувати недовіру до її слів. Наприклад, одними із найпоширеніших можуть бути такі: «Чому так довго?» або «Скільки часу ти витратив?». Це викликає у дитини відчуття того, що батьки постійно сумніваються в ній, а це може спровокувати замкнутість та те, що вона захоче приховувати важливі моменти свого життя від батьків.

Також, важливим є уникання безапеляційних тверджень, які заздалегідь визначають поведінку дитини та не дають їй шансів на виправдання чи пояснення. Подібні вислови дуже болісно впливають на дитину і автоматично створюють між батьками і дітьми стіну недовіри.

Варто згадати і про несвоєчасні поради, коли батьки намагаються виправити ситуацію, цим самим не дають дитині можливості пережити її емоції або вислухати її. Це може стати причиною того, що дитина більше не захоче ділитися своїми переживаннями, адже буде думати, що її почуття не важливі.

Відповідно, для того, щоб уникнути таких помилок, батьки повинні час від часу аналізувати свої слова і дії та розуміти, як вони можуть впливати на дитину. Іноді в спокійній атмосфері, коли немає стресу і нервів, можна побачити, що деякі вислови є недоречними або, навіть, шкідливими для дитячої психіки. Виховання повинно базуватися на взаєморозумінні, любові та підтримці, без надмірної критики чи авторитаризму.

Можна сформувати поради для батьків, які включають в себе одне надважливе правило - прийняття унікальності кожної дитини, її сильних і слабких сторін, а також надання їй простору для самовираження. Батьки

повинні демонструвати любов до дитини без причин, дозволяти їй бути собою та допомагати у розвитку її особистості. Звісно, важливо встановлювати певні межі і чітко визначати правила, щоб дитина розуміла, що дозволено, а що ні. Виховання повинно включати не тільки заохочення, але й обґрунтовані покарання, при цьому важливо уникати фізичних покарань і зберігати справедливість у підходах.

У той же час, батьки повинні навчити дитину розуміти причини своїх вчинків і наслідки своїх дій, а це допоможе уникнути негативних наслідків і сприятиме розвитку самоконтролю та відповідальності.

Конфлікти в родині - це звичне явище, і хоча діти не повинні ставати учасниками сварок між дорослими, вони часто стають свідками таких ситуацій. Тому, важливо намагатися перевести конфлікти в конструктивне русло, замість того, щоб просто кричати або звинувачувати один одного. Дітям не потрібно ставити вибір між батьками, тому важливо вести розмову таким способом, щоб не залучати їх до цього процесу.

Діти дуже емоційно сприймають ситуацію у сім'ї, тому, коли батьки заперечують наявність конфлікту, вони не можуть зрозуміти, що відбувається. Наприклад, якщо мама плаче, але каже, що все гаразд, дитина буде збентежена та не буде розуміти, кому вірити, собі чи мамі. Краще відкрито пояснити, що це ваш конфлікт і що ви працюєте над його вирішенням.

Крім того, якщо сварка сталася на очах у дитини, важливо не тільки завершити конфлікт, а й помиритися перед нею. Це дозволяє показати дитині, що після сварки можна миритися і вибачатися, а це є важливим уроком. Якщо конфлікт все ж таки стався перед дитиною, краще відвернути її увагу та пояснити, що це лише тимчасове непорозуміння, яке потрібно обговорити.

В сім'ї цілком нормально мати різні думки і навіть сперечатися, але важливо пам'ятати, що ви будуєте модель поведінки для своїх дітей. Якщо ви використовуєте грубі або образливі слова щодо партнера, це надовго залишиться в їхній пам'яті. Тому треба завжди стежити за тим, як ви поводитесь під час конфліктів.

Досить часто виникає бажання проявити агресію або контролювати дитину, тому що вона слабша, і може здаватися, що вона повинна слухатися. Проте, потрібно пам’ятати, що ми маємо захищати дітей навіть від своїх власних негативних емоцій. Важливо не тиснути на них і зберігати повагу.

Якщо ви зіткнулися з конфліктом в сім’ї, потрібно розуміти, що сварки через дрібниці можуть бути незначними, і краще їх просто ігнорувати або зробити паузу, щоб охолонули емоції. Просте вміння заспокоїтись, наприклад рахувати до 10 чи просто вийти з кімнати, допоможе уникнути необдуманих слів, про які батьки потім пошкодують. Якщо ситуація стає занадто напруженою, краще відійти на певну відстань, щоб взяти паузу і переосмислити розмову.

Для того, щоб навчатись гармонійному спілкуванні в сім’ї, можна сформувати основні поведінкові *стратегії батьків* у вихованні та спілкуванні своїх підлітків.

Таблиця 1.3

Стратегії вирішення сімейних конфліктів і способи їх реалізації

№	Стратегії	Способи реалізації стратегій сімейного виховання
1	Встановлення відкритої та регулярної комунікації.	Запровадити щотижневі спільні розмови або «сімейні збори», де підліток може вільно висловлювати свої думки без страху покарання. Батьки повинні навчитися слухати активно, головне без осуду, перебивання чи знецінення емоцій дитини.
2	Баланс між контролем та автономією	Батьки мають зменшити надмірну директивність (особливо, якщо вона поєднана з авторитарністю), поступово передавати підлітку більше відповідальності за власні рішення.

		Важливо домовлятися, а не наказувати, адже це формує довіру та самостійність.
3	Узгодженість у виховних діях.	Обидва батьки повинні дотримуватись єдиної лінії поведінки у вихованні, уникати суперечливих реакцій на одну й ту ж поведінку підлітка. Це запобігає маніпуляціям та знижує рівень непослідовності, яка викликає протест чи розгубленість у дитини.
4	Розвиток емоційної компетентності батьків.	Батькам доцільно розвивати навички емоційного самоконтролю, розуміння емоцій підлітка та ненасильницького спілкування. Це дозволить уникнути ескалації конфліктів, які часто виникають через нерозуміння або імпульсивні реакції.
5	Спільне вирішення проблем.	Під час конфліктів застосовувати метод «пошуку спільного рішення». Батьки та підліток разом обговорюють ситуацію, висувають свої погляди, а потім шукають компромісне рішення, яке влаштовує обидві сторони. Це навчає підлітка конструктивного підходу до конфліктів.
6	Використання посередництва у складних випадках.	При загострених конфліктах потрібно звертатися до сімейного психолога чи шкільного фахівця. Нейтральна особа допоможе почути одне одного і сформувати нову модель взаємодії.

7	Створення гармонійного клімату в родині.	Підліток повинен знати, що батьки це не лише контроль, а й насамперед джерело підтримки. Необхідно частіше демонструвати позитивну увагу, тобто хвалити за зусилля, цікавитися захопленнями, проводити час разом неформально чи спонтанно.

Обговорення конфлікту з іншою людиною або звернення за порадою може допомогти зрозуміти, що стоїть за ситуацією і як краще вирішити проблему. У такому випадку важливо підібрати момент для розмови, коли ніхто не буде роздратований або засмучений, а також знайти тихе місце, де вас не відволікатимуть. Важливо бути готовим до компромісу і, якщо необхідно, наперед продумати варіанти розв'язання ситуації. Основною здоровою стратегією вирішення конфліктів із дітьми є чесне і відкрите спілкування, де обидві сторони готові вислухати один одного і шукати спільне рішення.

Проте, навіть після всіх зусиль неможливо знайти компроміс, і тоді важливо визнати, що між вами є незгода, але це не означає, що конфлікт не можна вирішити в майбутньому. Якщо ситуація виходить з-під контролю або виникає реальна небезпека, не соромтесь звертатися за допомогою до фахівців. У таких випадках втручання сторонніх є необхідним, адже може запобігти непотрібним наслідкам.

Висновок до першого розділу

Взаємодія батьків і дітей є однією з основних тем психології, адже цей процес впливає на формування особистості дитини, її емоційного і соціального розвитку. Батьки виконують роль першого соціального інституту, і саме їхнє

виховання створює базу для подальших міжособистісних стосунків дитини. Проблеми у взаємодії між батьками та дітьми можуть призвести до виникнення емоційних та психологічних труднощів у дитини. У психології розглядаються різні аспекти цієї взаємодії, зокрема роль комунікації, емоційної підтримки, а також вплив стилів виховання на поведінку та психологічний стан дітей.

Дослідження в галузі психології сімейних відносин показують, що конфлікти між батьками та дітьми, особливо в підлітковому віці, є природними, однак вони можуть мати як конструктивний, так і деструктивний характер. Конфлікти можуть виникати через різницю в інтересах, очікуваннях або через невідповідність між вимогами батьків і реальними потребами дитини.

Стилі сімейного виховання є важливим аспектом взаємодії батьків і дітей, оскільки вони значною мірою визначають розвиток особистості дитини та її поведінку в майбутньому. Виховний стиль впливає на рівень самоповаги, емоційну стабільність і соціальну адаптацію підлітків і, безперечно, на встановлення сімейних стосунків.

Конфлікти між батьками та підлітками є складним і багатофакторним явищем, яке виникає через взаємодію різних психологічних, соціальних та емоційних чинників. В підлітковому віці дитина переживає період становлення своєї особистості, формування ідентичності, а також прагне до автономії і незалежності від батьків. Це прагнення до самостійності часто вступає в конфлікт з батьківськими вимогами та очікуваннями, що стає основною причиною конфліктів. Крім того, в підлітковому віці посилюються гормональні зміни, які можуть призводити до емоційної нестабільності та більшої чутливості до критики з боку батьків.

Отже, джерелами конфліктів є протиріччя, що виникають при істотних відмінностях: у знаннях, здібностях, навичках, особистісних якостях, оцінках і самооцінці, очікуваннях і ставленнях, розумінні та інтерпретації інформації, думках і переконаннях, мотивації та потребах.

РОЗДІЛ ІІ. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРИЧИН ВИНИКНЕННЯ КОНФЛІКТІВ МІЖ ПІДЛІТКАМИ ТА БАТЬКАМИ

2.1 Організація та процедура та дослідження

Метою емпіричного дослідження є виявлення причин, які спричиняють виникнення конфліктів між підлітками та батьками. Це дозволяє зосередити увагу на специфіці психологічних та соціальних процесів, які складають основу сімейних конфліктів, і визначити ключові фактори, що впливають на їх виникнення.

Завданням емпіричного дослідження є вивчення особливостей взаємин між батьками та дітьми, що дозволить з'ясувати, які аспекти цих відносин сприяють або, навпаки, перешкоджають розвитку гармонійного співіснування в родині. Крім того, буде розглянуто можливості покращення комунікації між батьками та дітьми, що може стати основою для ефективного подолання конфліктних ситуацій.

У процесі підготовки також було обрано відповідні методики та інструменти для збору даних, а саме:

- авторська анкета, що дозволяє визначити деякі аспекти конфліктів між батьками й дітьми;
- бесіда з підлітками, яка дозволяє отримати інформацію про ціннісні орієнтації підлітків;
- тест В. І. Андрєєва для виявлення рівня конфліктності особистості;
- метод діагностики стратегій вирішення конфліктів, розроблений Д. Джонсоном і Ф. Джонсоном (адаптований Т. Д. Кушнируком),
- опитування батьків за методикою «Аналіз сімейних взаємин» (Методика АСВ) (Ейдеміллер Е.Г., Юстіцкіс В. В.).

Була сформована репрезентативна вибірка- 50 підлітків від 14 до 16 років, також було проведення опитування батьків 50 дорослих, віком від 33 до55 років, 45 жінок й 5 чоловіків).

***Метод діагностики стратегій вирішення конфліктів, розроблений Д. Джонсоном і Ф. Джонсоном (адаптований Т. Д. Кушниру**ком*),** використовується для дослідження стратегій вирішення конфліктів.

Інструкції для учасників дослідження. Уважно прочитайте вибрані речення та вислови, які в різній мірі характеризують поведінкову стратегію людини в конфліктних ситуаціях. На бланку відповідей позначте цифру, що відповідає запропонованій шкалі оцінювання, та проаналізуйте, наскільки окремі речення або вислови відповідають вашій поведінці в конфліктних ситуаціях:

5 – завжди

4 – в більшості випадків

3 – іноді

2 –дуже рідко

1 – ніколи

Обробка даних. Кількість балів, отриманих учасником за кожну стратегію, дає уявлення про те, наскільки дана поведінка характерна для нього/неї в конфліктних ситуаціях. Чим вищий загальний бал за певну стратегію вирішення конфліктів, тим частіше людина схильна використовувати її в конфліктних ситуаціях. Чим нижчий загальний бал, тим рідше людина використовує цю стратегію.

Інтерпретація результатів дослідження. Ми аналізуємо індивідуальні дії та поведінкову стратегію особи в конфліктних ситуаціях, з огляду на дві передумови: важливість досягнення мети та підтримання хороших відносин з опонентами.

Для визначення конфліктності особистості був використаний ***тест В. І. Андрєєва***, який складається з 14 запитань, відповіді оцінюються від 1 до 3 балів. Оцінка результатів- 14-22 балів низький рівень конфліктності; 23-32 бали-середній рівень конфліктності, 33-42 бали- високий рівень.

Опитування батьків за методикою «Аналіз сімейних взаємин» (Методика АСВ) (Ейдеміллер Е.Г., Юстіцкіс В. В.). Тест «Аналіз сімейних взаємин»

призначений для вивчення впливу батьків у вихованні дитини або підлітка та пошуку помилок у батьківському вихованні. Методика «Аналіз сімейних взаємин» дозволяє діагностувати небажаний, некоректний вплив членів сім'ї один на одного, порушення при виконанні ролей у сім'ї та перешкоди для її цілісності.

Характеристика вибірки. На базі Ірпінського ліцею №2 Ірпінської міської ради Бучанського району Київської області будо проведено емпіричне дослідження причин конфліктів між батьками й підлітками. В дослідженні прийняли участь 50 учнів 9-х класів (26 хлопців і 24 дівчини). Статевий склад учасників представлено на рис. 2.2.

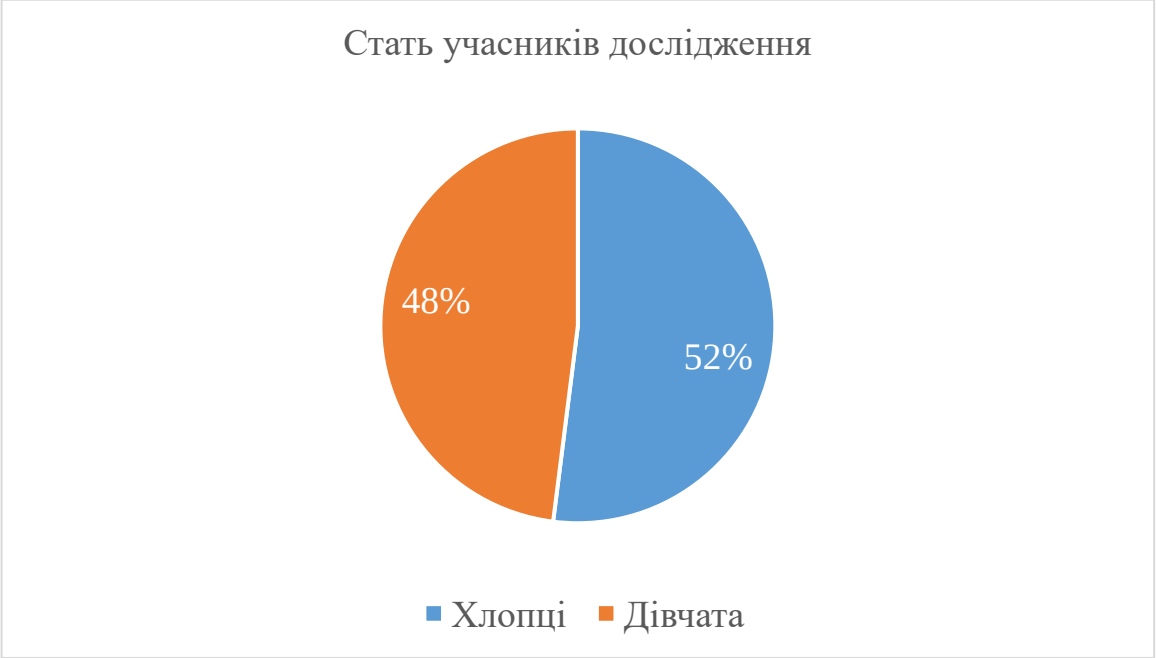


Рис. 2.1 Стать учасників дослідження

У дослідженні прийняли участь підлітки віком від 14 до 16 років. Середній вік учасників дослідження 14,8 років. В проведенні психодіагностики приймала участь шкільна психологиня. Дослідження проводились з інформованої згоди батьків. Крім того, було опитано 50 батьків. Таким чином, в дослідженні прийняли участь 100 людей.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження

Відповіді учасників емпіричного дослідження на пропоновану анкету дозволяє визначити певні аспекти конфліктів між батьками й дітьми;

Результати анкетування підлітків представлено на рис. 2.2-2.4.

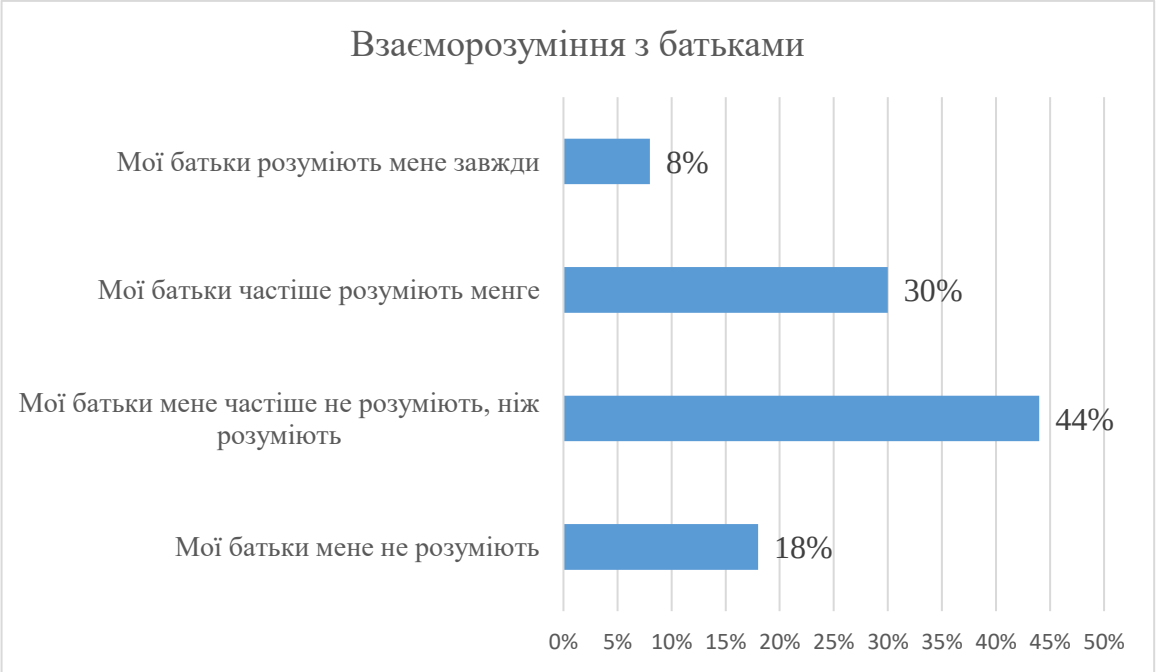


Рис. 2.2 Взаєморозуміння з батьками

Як свідчать кількісні показники, 18% підлітків, які брали участь в дослідженні впевнені, що батьки їх не розуміють й тільки 8% учасників дослідження зазначили, що батьки розуміють їх майже завжди.

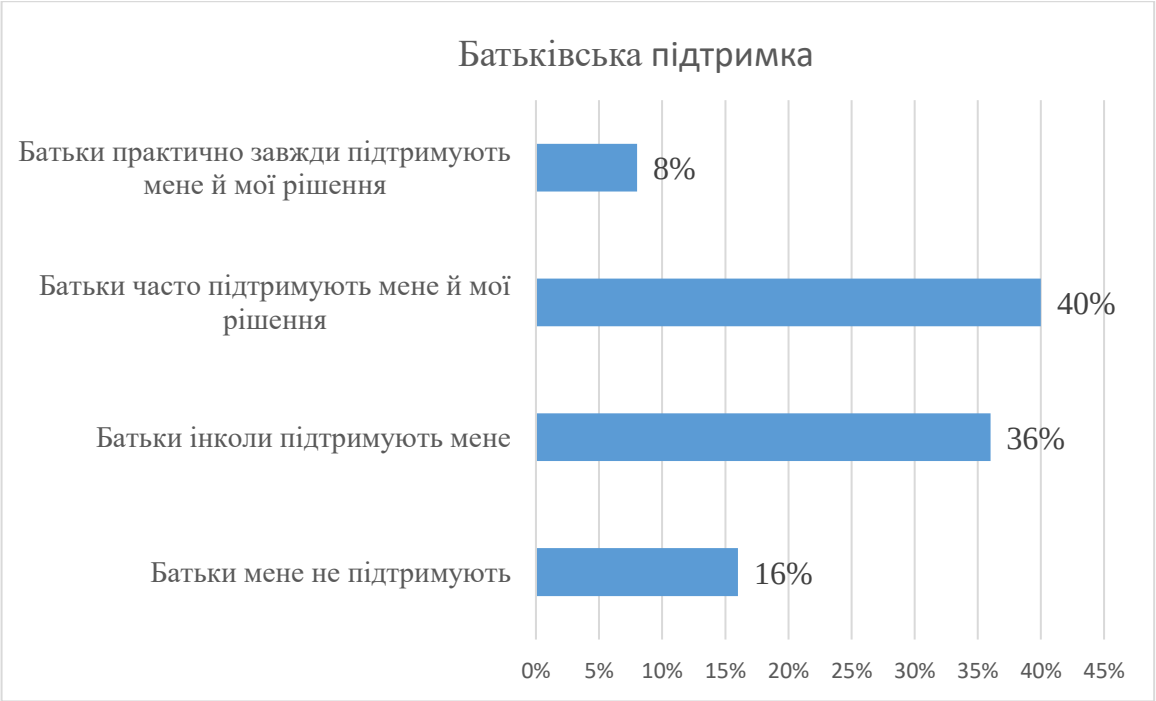


Рис. 2.3 Підтримка батьків

Отримані дані показують, що більшість підлітків, які брали участь у дослідженні (76%) відчувають батьківську підтримку,16% учасників дослідження відзначили, що батьки не підтримують їх, й 8% підлітків впевнені в тому, що батьки підтримують їх майже завжди.

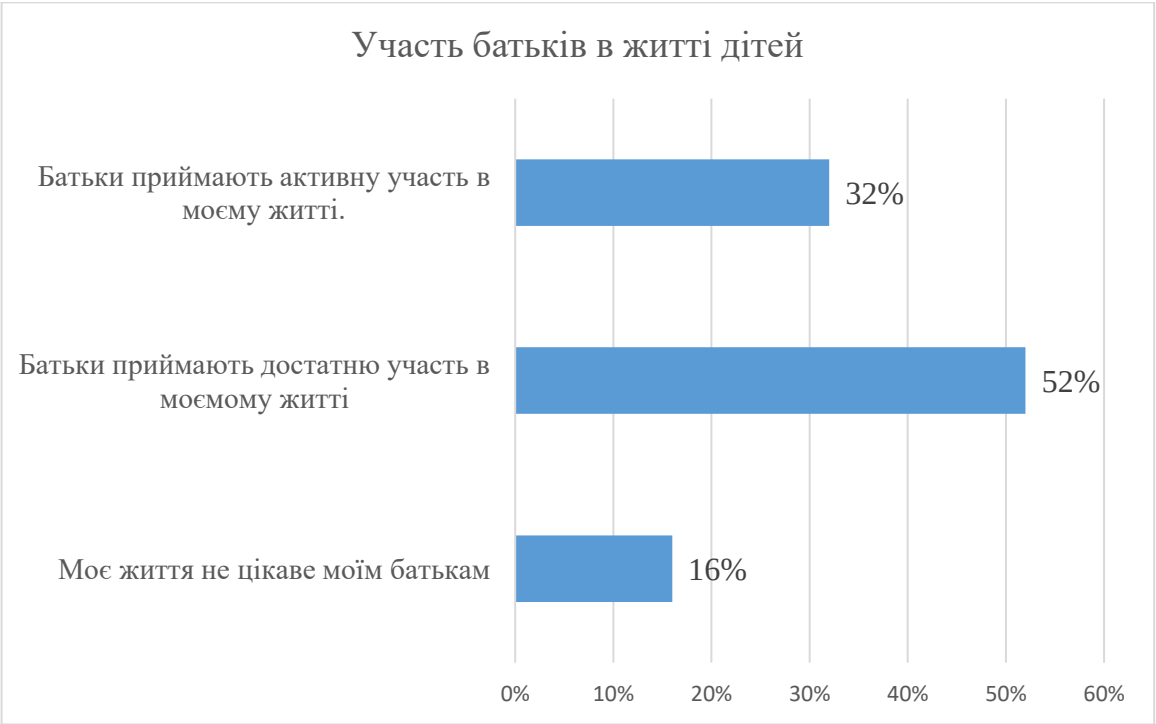


Рис. 2.4 Участь батьків в житті дітей

Половина підлітків-52% зазначила, що батьки приймають достатню участь в їхньому житті, 32% вважають, що батьки приймають активну участь в їхньому житті, й 16% вважають що їхнє життя не цікаве батькам.

Під час бесіди підліткам були поставлені такі запитання:

1. «Що для тебе є найбільш важливим у стосунках з батьками?»,
2. «Які якості ти найбільше цінуєш у своїх батьках?»,
3. «Що тебе дратує в поведінці твоїх батьків?»,
4. «Як ти вважаєш, які батьківські вчинки допомагають вам налагоджувати стосунки?»,
5. «Чи є ситуації, коли ти відчуваєш, що твої батьки тебе не розуміють?»,
6. «Як ти оцінюєш відносини між батьком і матір'ю?».

Аналізуючи ці відповіді у контексті отриманих результатів, можна зробити висновок про те, що підлітки часто цінують в батька такі якості, як підтримка, здатність до прийняття рішень і авторитет. Аж 92% підлітків зазначають те, що їхні батьки активно беруть участь у прийнятті рішень, що, ймовірно, відображає ту роль, яку батько грає в житті своїх дітей. Проте, цей активний вплив не завжди супроводжується емоційною близькістю, тому що в опитуваннях про батька також відзначається низький рівень емоційної підтримки і розуміння з його боку. Це може підтвердитися відповідями підлітків на запитання про те, чи розуміє та підтримує їх батько.

Щодо стосунків між батьком і матір'ю, підлітки вважають, що їхні батьки мають певні суперечності у відносинах, яка може позначатися на відчутті емоційної нестабільності в родині. Підлітки більш чутливі до конфліктів між батьками, і ці суперечності можуть впливати на їхні ставлення до обох батьків. Високий рівень конфліктності, відзначений у результатах, може відображати реальність стосунків у родинах, де батьки не завжди мають згоди, а це в свою чергу може погіршувати взаємодію між ними та підлітками.

Ціннісні орієнтації підлітків щодо батьків мають важливий вплив на їхнє сприйняття ролі батька в родині. Якщо для підлітка важливими є авторитет і рішучість батька, але відсутня емоційна підтримка, то такі стосунки можуть бути сприйняті як односторонні або жорсткі. Оцінка того, що мати є більш емоційно доступною вказує на те, що підлітки часто вважають мамою більш розуміючою, ніж батька, особливо в аспектах емоційної взаємодії.

В результаті проведених діагностичних методик, були отримані результати, що представлені нижче.

Результати тесту за методикою ***діагностики стратегій вирішення конфліктів, розроблений Д. Джонсоном і Ф. Джонсоном (адаптований Т. Д. Кушнируком*)** представлені в таблиці 2.1. й на рисунку 2.5.

Таблиця 2.1.

Стилі поведінки в конфлікті

Стилі поведінки в конфліктній ситуації		Кількість учасників
	Суперництво	11
	Співпраця	6
	Компроміс	3
	Уникнення	8
	Пристосування	7
Використання різних стилів	Компроміс + уникнення	3
	Співпраця + компроміс	5
	Уникнення + пристосування	5
	Компроміс+ пристосування	4



Рис 2.5 Стилі поведінки в конфліктній ситуації

Кількісний аналіз отриманих даних дає змогу свідчити, що 22% опитаних підлітків, що прийняли участь в досліджені найчастіше використовують суперництво в конфліктних ситуаціях, 12% орієнтовані на співпрацю, а ще 10% використовують співпрацю у поєднанні з прагненням досягнути компромісу; 6 % мають компромісний стиль поведінки, і ще 10% намагаються досягнути компромісу, або пристосуватися; 16% учнів 9-х класів, що прийняли участь у дослідженні, намагаються взагалі уникати конфліктних ситуацій, а 10% використовують поєднання уникнення та пристосування; 14% намагаються пристосуватися до некомфортних умов замість того, щоб знайти ефективне вирішення конфліктної ситуації

Результати визначення ***рівнів конфліктності осіб підліткового віку*** представлені на рис. 2.6

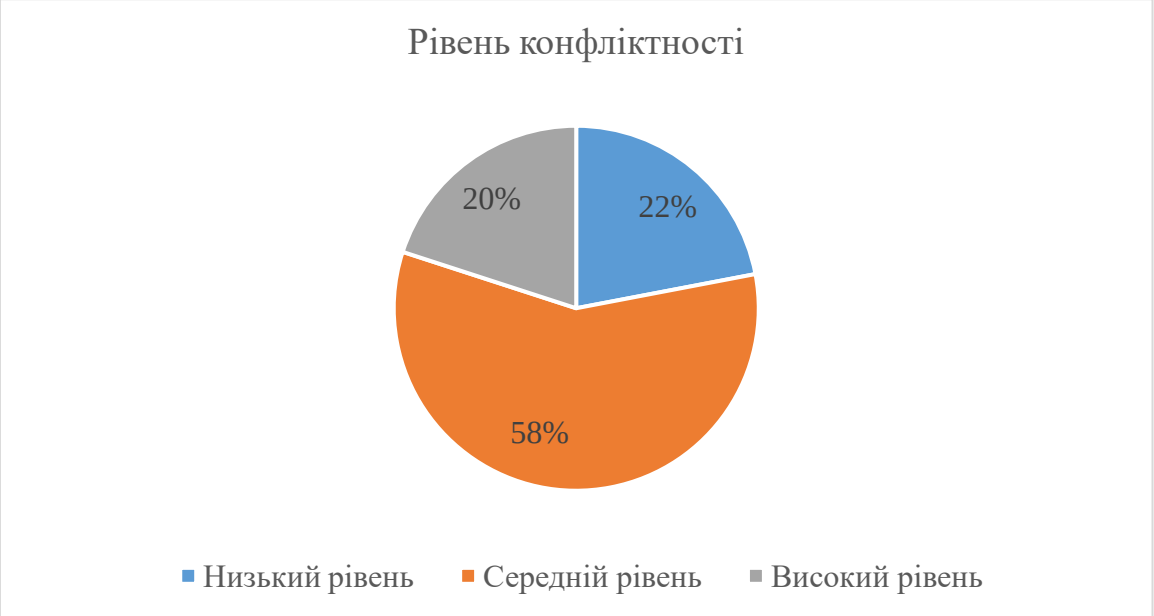


Рис. 2.6 Рівні конфліктності підлітків

Тож, як можна бачити, більша частина підлітків, що прийняли участь у дослідженні мають середній рівень конфліктності. Варто звернути увагу, що 20% учнів 9-х класів мають високий рівень конфліктності.

У даному дослідженні не було виявлено статистично значущіх відмінностей між рівнями конфліктності у хлопців і дівчат, що було перевірено з використанням tкритерію Стьюдента (p>0,1).

Результати опитування батьків за методикою «Аналіз сімейних взаємин» представлено на рисунку 2.7.



Рис. 2.7. Стилі сімейного виховання

Отримані дані діагностики стилів сімейного виховання у відсотковому співвідношенні дозволило констатувати: демократичний стиль превалює у 28% родин; авторитарний стиль – у 22%; ліберальний стиль – у16%; гіперопіка- 24%, змішаний стиль – у 10% сімей.

Під час дослідження було виявлено, що у певному стилі сімейного виховання присутні конкретні відхилення у поведінці підлітків. Це видно у таблиці 2.2..

Таблиця 2.2.

Типи відхилень в поведінці дітей залежно від стилю сімейного виховання

Типи поведінки / **Стилі виховання**	Конформний	Протестний	Гіперактивний	Демонстративний	Агресивний	Усього
Авторитарний	10%	-	8%	10%	-	22%
Ліберальний	-	8%	-	8%	-	16%
Гіперопіка		14%	2%	8%		24%
Змішаний	6%	-	-	4%	-	10%
Демократичний	-	-	-	-	-	30%

Тож, як можна бачити, авторитарний стиль виховання сприяє таким проявам, як конформізм, гіперактивність та демонстративність, тобто дитина або намагається усіма силами або бути «зручною», або максимально демонструвати свою діяльність, при чому результат цієї діяльності для дитини має значне менше значення, ніж похвала чи відсутність покарання з боку важливих дорослих. Ліберальний стиль так само сприяє демонстративній

поведінці, а ще стимулює протест, що може свідчити про прагнення дитини привернути до себе увагу. Батьківська гіперопіка найчастіше приводить до протестної поведінки в підлітковому віці, також може сприяти демонстративності та гіперактивності дитини. При змішаному стилі виховання діти намагаються бути «зручними»- проявляють конформність з одного боку, а з іншого- демонстративність. Демократичний стиль виховання забезпечує максимальні умови для прояву нормальної поведінки без відхилень.

Для оцінки взаємозв'язку між рівнем конфліктності та іншими показниками був проведений кореляційний аналіз Спірмена, з використанням програми Excel результати якого представлено в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Кореляційні зв'язки між рівнем конфліктності підлітків та іншими показниками

	Взаєморозуміння з батьками		Підтримка батьків		Участь в житті дитини		Авторитарність батьків		Суперництво	
	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p
Конфліктність	-.839	0,02	-.786	0,02	-.496	0,03	.571	0,02	.547	0,03

r-коефіцієнт кореляції; p- значущість

За результатами кореляційного аналізу можна зробити такі висновки: взаєморозумвння з батьками, батьківська підтримка та участь батьків в житті дитини сприяє зниженню конфліктності в підлітковому віці, тоді як авторитарність батьків навпаки ,підвищує конфліктність в підлітковому віці. Також, чим вище конфліктність, тим частіше підлітки обирають стратегію «акул» чи суперництва. Кореляційні зв'язки між іншими типами поведінки в конфлікті та конфліктністю підлітків в даному дослідженні не були виявлені.

2.3 Методичні рекомендації щодо покращення дитячі-батьківських стосунків

Усі батьки хочуть для своїх дітей тільки добра, але це не заважає виникненню різних конфліктів. Можливо, проблема є в тому, як саме втілюють ці добрі наміри батьки.

Конфлікт у сім'ї сприймається як невід'ємна частина сімейного життя, навіть якщо пара є повністю щасливою в шлюбі. Завжди існують різні погляди, бажання та інтереси, які можуть суперечити одне одному. Конфлікти у щасливих сім'ях відрізняються від тих, які виникають в менш щасливих. В сім'ях, де панує гармонійний мікроклімат, серйозні суперечки трапляються рідше, вони тривають недовго і, зазвичай, вирішуються без з'ясування стосунків, а шляхом знаходження рішення.

У психології виділяють кілька типів поведінки під час конфлікту. Кожен із них може бути корисним в певних ситуаціях. Важливо, щоб людина могла адаптувати свою поведінку залежно від ситуації. Проте, кожен має схильність до одного конкретного стилю взаємодії. Найкращим підходом для конструктивного розв'язання сімейних конфліктів є компроміс, який дає можливість врахувати інтереси обох сторін. Вміння контролювати свої емоції також є важливим для досягнення миру. Інші стратегії можуть загострити конфлікт, тому що часто ведуть до накопичення незадоволення і формують позицію жертви, яка веде до ще більшого протистояння. Якщо конфлікти ігноруються або уникнути їх неможливо, важливо, щоб обидві сторони були готові до компромісу.

Конфлікти часто виникають, коли дитина не погоджується з думкою або вимогами батьків, і висловлює своє невдоволення через зауваження або відмову. Батьки не намагаються вирішити ці суперечності, а це може призвести до емоційних конфліктів з дітьми. Наприклад, коли дорослі ігнорують емоції дитини, це може призвести до загострення конфлікту. Важливо враховувати вираження дитячої волі, не принижувати її і, якщо

дорослі не розуміють, чому це відбувається, краще піти на поступки, щоб знайти спільне рішення. Батьки, які готові до компромісу, набагато менше стикаються з тривалими конфліктами.

Несподівана реакція на конфлікт може допомогти його розв'язати. Якщо замість опору і боротьби запропонувати інше рішення, дитина може погодитись без заперечень. Важливо також застосовувати такі слова, які будуть детально описувати власні емоції та ситуацію, яка склалась. Потрібно намагатись не оцінювати одразу поведінку дитини, а сприйняти ситуацію без негативного нахилу на неї. Наприклад, замість того, щоб сварити дитину за розлитий сік, краще сказати: «Я бачу, сік розлився». Потім, потрібно запропонувати їй допомогу в прибиранні. Такий підхід допомагає уникнути почуття провини та зосередитись на вирішенні ситуації.

Стратегії вирішення конфліктів і покращення дитячо-батьківських відносин є важливими для створення гармонійної атмосфери в родині. Вони допомагають уникати напружених ситуацій, сприяють розвитку здорових емоційних зв'язків і дозволяють дитині відчувати себе в безпеці та підтримці. Важливо, щоб батьки залишалися спокійними навіть в момент конфлікту.

Стратегії вирішення та запобігання конфліктів між батьками та підлітками базуються на відкритому спілкуванні, підтримці автономії дитини, емоційній стабільності батьків та узгодженості виховних підходів. Регулярна комунікація допомагає уникнути непорозумінь і формує довіру, а баланс між контролем і свободою дозволяє підлітку відчувати відповідальність та повагу до своєї думки.

Послідовність у діях батьків створює безпечне середовище, яке знижує тривожність і супротив з боку дитини. Розвиток емоційної компетентності дорослих дозволяє краще реагувати на кризові ситуації, а спільне вирішення проблем вчить конструктивної взаємодії. Налагоджений емоційний контакт та залучення фахівців у складних випадках допомагає уникнути загострення конфліктів і формує здорову, підтримуючу атмосферу в родині.

Результатом використання цих стратегій буде зменшення кількості суперечок, стосунки стануть міцними, підліток буде почуватись комфортно, буде захищеним та впевненим у собі.

Один з головних моментів у вирішенні конфліктів - це уникнення грубих наказів і погроз. Використання авторитарних методів може змусити дитину почуватись некомфортно і починати уникати відкритого спілкування з батьками. Необхідно проводити відкриті розмови, де кожен має можливість висловити свою точку зору та знайти компроміс.

Методи покращення дитячо-батьківських відносин дають фундамент для створення глибшого емоційного зв’язку, підвищення довіри та формування взаємної поваги між батьками та дітьми. Вони спрямовані на зниження рівня конфліктності, зменшення непорозумінь і формування стабільного сімейного середовища, де дитина відчуває себе прийнятою, важливою та почутою.

Активне слухання і уважність дозволяють дитині відчути емоційну підтримку, сприяють глибшому розумінню її внутрішнього світу та зменшують емоційну напругу. Підтримка і заохочення розвивають впевненість у собі та відкритість у стосунках, формують відчуття безпеки. Послідовність у правилах та вимогах забезпечує передбачуваність у взаємодії, знижує кількість суперечок та непорозумінь. Контроль емоцій батьками під час конфліктів навчає дитину спокійного реагування на складні ситуації та формує модель здорової емоційної регуляції.

Спільне проведення часу зміцнює емоційний зв’язок, дозволяє краще пізнати інтереси дитини та створює основу для неформального спілкування.

Визнання унікальності дитини, особливо в підлітковому віці, сприяє формуванню її особистості, підтримує розвиток індивідуальності та формує повагу до себе. Залучення до прийняття рішень розвиває відповідальність і робить дитину активним учасником сімейного життя. Позитивне моделювання поведінки допомагає дитині навчитися конструктивних форм спілкування та вирішення конфліктів.

Конструктивний зворотний зв’язок дозволяє не лише вказувати на помилки, а й формувати навички саморефлексії та саморозвитку. Повага до приватності дитини, особливо в підлітковому віці, знижує ризик спротиву, сприяє розвитку самостійності та зміцнює довіру у стосунках.

Відповідно, за допомогою цих методів у сім’ї сформується атмосфера взаєморозуміння, підтримки та довіри. Дитина буде рости в умовах психологічної безпеки, навчиться відповідальності, самоповазі та ефективній комунікації, зменшиться кількість конфліктів і батьки отримають більше емоційного контакту з дитиною.

Отже, покращення дитячо-батьківських відносин вимагає не лише часу і зусиль, але й готовності до змін і адаптації в процесі виховання. Взаєморозуміння, підтримка та здатність до конструктивного вирішення конфліктів є основними елементами гармонійних стосунків, які покращують розвиток дитини та створюють атмосферу любові й довіри в сім’ї.

Висновок до другого розділу

Емпіричне дослідження передбачало діагностику причини виникнення конфліктів між батьками та підлітками здійснювалось на основі методичного інструментарію, обраного відповідно до мети і завдань дослідження.

За результатами анкетування, 18% підлітків, які брали участь в дослідженні впевнені, що батьки їх не розуміють й тільки 8% учасників дослідження зазначили, що батьки розуміють їх майже завжди; більшість підлітків, що прийняли участь у дослідженні - 74% відчувають батьківську підтримку,16% учасників дослідження відзначили, що батьки не підтримують їх, й 8% підлітків впевнені в тому, що батьки підтримують їх майже завжди; половина підлітків-52% зазначила, що батьки приймають достатню участь в їхньому житті, 32% вважають, що батьки приймають активну участь в їхньому житті, й 16% вважають що їхнє життя не цікаве батькам.

Аналізуючи відповіді підлітків під час бесіди, можна зробити висновок про те, що підлітки часто цінують в батька такі якості, як підтримка, здатність до прийняття рішень і авторитет. Аж 92% підлітків зазначають те, що їхні батьки активно беруть участь у прийнятті рішень, що, ймовірно, відображає ту роль, яку батько грає в житті своїх дітей. Проте, цей активний вплив не завжди супроводжується емоційною близькістю, тому що в опитуваннях про батька також відзначається низький рівень емоційної підтримки і розуміння з його боку. Це може підтвердитися відповідями підлітків на запитання про те, чи розуміє та підтримує їх батько.

Щодо стосунків між батьком і матір'ю, підлітки вважають, що їхні батьки мають певні суперечності у відносинах, яка може позначатися на відчутті емоційної нестабільності в родині. Підлітки більш чутливі до конфліктів між батьками, і ці суперечності можуть впливати на їхні ставлення до обох батьків. Високий рівень конфліктності, відзначений у результатах, може відображати реальність стосунків у родинах, де батьки не завжди мають згоди, а це в свою чергу може погіршувати взаємодію між ними та підлітками.

Ціннісні орієнтації підлітків щодо батьків мають важливий вплив на їхнє сприйняття ролі батька в родині. Якщо для підлітка важливими є авторитет і рішучість батька, але відсутня емоційна підтримка, то такі стосунки можуть бути сприйняті як односторонні або жорсткі. Оцінка того, що мати є більш емоційно доступною вказує на те, що підлітки часто вважають мамою більш розуміючою, ніж батька, особливо в аспектах емоційної взаємодії.

Встановлено, що 22% підлітків, які брали участь в досліджені найчастіше використовують суперництво в конфліктних ситуаціях, 12% орієнтовані на співпрацю, а ще 10% використовують співпрацю у поєднанні з прагненням досягнути компромісу; 6 % мають компромісний стиль поведінки, і ще 10% намагаються досягнути компромісу, або пристосуватися; 16% учнів 9-х класів, що прийняли участь у дослідженні, намагаються взагалі уникати конфліктних ситуацій, а 10% використовують поєднання уникнення та

пристосування; 14% намагаються пристосуватися до некомфортних умов замість того, щоб знайти ефективне вирішення конфліктної ситуації.

Визначено, що більша частина опитаних підлітків у дослідженні мають середній рівень конфліктності. Варто звернути увагу, що 20% учнів 9-х класів мають високий рівень конфліктності. У нашому дослідженні не було виявлено статистично значущіх відмінностей між рівнями конфліктності у хлопців і дівчат, що було перевірено з використанням tкритерію Стьюдента ($p>0,1$).

Отже, отримані результати за обраними методиками свідчать про переважно позитивні стосунки між підлітками та батьками. Проте є певні сфери, які потребують вдосконалення. Батькам потрібно покращувати способи забезпечення емоційної підтримки для дітей, а також досягати балансу між контролем і свободою, щоб сприяти розвитку самостійності та зменшити конфлікти в сім'ї.

У завершальній частині дослідження були розроблені рекомендації для покращення взаємодії з підлітками, зокрема, методичні поради психологам , педагогам і батькам щодо розвитку відкритого діалогу з підлітками, їх розуміння потреб і психологічної підтримки.

ВИСНОВКИ

На основі узагальнення теоретичних положень і отриманих емпіричних даних було сформульовано відповідні висновки.

1. Здійснено теоретичний і методологічний аналіз досліджень з проблеми, що розглядається, який дозволив розкрити основні аспекти конфліктних взаємин між батьками та підлітками. Конфлікти між батьками та підлітками є складним і багатофакторним явищем, яке виникає через взаємодію різних психологічних, соціальних та емоційних чинників.

2. Виявлено вплив конфліктних стосунків у сім'ї на поведінку підлітка. Сімейні суперечки та непорозуміння можуть мати серйозні наслідки для психічного здоров'я дітей. Це впливає не тільки на їхній психологічний стан, але й може мати значний вплив на їхній майбутній розвиток. Діти, які живуть у конфліктному середовищі, часто стають жертвами емоційного стресу, тривоги та внутрішніх конфліктів. Це може призвести до розвитку різних психологічних проблем, таких як депресія, тривожні розлади та поведінкові проблеми.

3. Визначено стратегії вирішення сімейних конфліктів: встановлення відкритої та регулярної комунікації, баланс між контролем та автономією, узгодженість між батьками у виховних діях, розвиток емоційної компетентності батьків, спільне вирішення проблем, використання посередництва у складних випадках та інші.

4. Проведено емпіричне дослідження на базі Ірпінського ліцею №2 Ірпінської міської ради Бучанського району Київської області будо проведено емпіричне дослідження причин конфліктів між батьками й підлітками. В дослідженні прийняли участь 50 учнів 9-х класів (26 хлопців і 24 дівчини). Також було проведено опитування батьків (50 дорослих, віком від 33 до55 років, 45 жінок й 5 чоловіків).

За результатами анкетування, 18% підлітків, що прийняли участь в дослідженні впевнені, що батьки їх не розуміють й тільки 8% учасників дослідження зазначили, що батьки розуміють їх майже завжди; більшість

підлітків, що прийняли участь у дослідженні-74% відчувають батьківську підтримку,16% учасників дослідження відзначили, що батьки не підтримують їх, й 8% підлітків впевнені в тому, що батьки підтримують їх майже завжди; половина підлітків-52% зазначила, що батьки приймають достатню участь в їхньому житті, 32% вважають, що батьки приймають активну участь в їхньому житті, й 16% вважають що їхнє життя не цікаве батькам.

Аналізуючи відповіді підлітків під час бесіди, можна зробити висновок про те, що підлітки часто цінують в батька такі якості, як підтримка, здатність до прийняття рішень і авторитет. Аж 92% підлітків зазначають те, що їхні батьки активно беруть участь у прийнятті рішень, що, ймовірно, відображає ту роль, яку батько грає в житті своїх дітей. Проте, цей активний вплив не завжди супроводжується емоційною близькістю, тому що в опитуваннях про батька також відзначається низький рівень емоційної підтримки і розуміння з його боку. Це може підтвердитися відповідями підлітків на запитання про те, чи розуміє та підтримує їх батько.

Щодо стосунків між батьком і матір'ю, підлітки вважають, що їхні батьки мають певні суперечності у відносинах, яка може позначатися на відчутті емоційної нестабільності в родині. Підлітки більш чутливі до конфліктів між батьками, і ці суперечності можуть впливати на їхні ставлення до обох батьків. Високий рівень конфліктності, відзначений у результатах, може відображати реальність стосунків у родинах, де батьки не завжди мають згоди, а це в свою чергу може погіршувати взаємодію між ними та підлітками.

Ціннісні орієнтації підлітків щодо батьків мають важливий вплив на їхнє сприйняття ролі батька в родині. Якщо для підлітка важливими є авторитет і рішучість батька, але відсутня емоційна підтримка, то такі стосунки можуть бути сприйняті як односторонні або жорсткі. Оцінка того, що мати є більш емоційно доступною вказує на те, що підлітки часто вважають мамою більш розуміючою, ніж батька, особливо в аспектах емоційної взаємодії.

Встановлено, що 22% підлітків, що прийняли участь в досліджені найчастіше використовують суперництво в конфліктних ситуаціях, 12%

орієнтовані на співпрацю, а ще 10% використовують співпрацю у поєднанні з прагненням досягнути компромісу; 6 % мають компромісний стиль поведінки, і ще 10% намагаються досягнути компромісу, або пристосуватися; 16% учнів 9-х класів, що прийняли участь у дослідженні, намагаються взагалі уникати конфліктних ситуацій, а 10% використовують поєднання уникнення та пристосування; 14% намагаються пристосуватися до некомфортних умов замість того, щоб знайти ефективне вирішення конфліктної ситуації.

Визначено, що більша частина підлітків, що прийняли участь у дослідженні мають середній рівень конфліктності. Варто звернути увагу, що 20% учнів 9-х класів мають високий рівень конфліктності. В нашому дослідженні не було виявлено статистично значущіх відмінностей між рівнями конфліктності у хлопців і дівчат.

Встановлено, що демократичний стиль виховання превалює у 28% родин; авторитарний стиль – у 22%; ліберальний стиль – у16%; гіперопіка- 24%, змішаний стиль – у 10% сімей.

Результати всіх методик свідчать про переважно позитивні стосунки між підлітками та батьками. Проте є певні сфери, які потребують вдосконалення. Батькам потрібно покращувати способи забезпечення емоційної підтримки для дітей, а також досягати балансу між контролем і свободою, щоб сприяти розвитку самостійності та зменшити конфлікти в сім'ї.

5. Розроблені рекомендації для покращення взаємодії з підлітками, зокрема, рекомендації щодо розвитку відкритого діалогу, емоційної підтримки та розуміння потреб підлітків.

Отже, дослідження дозволило глибше зрозуміти причини конфліктів між підлітками та батьками, а також запропонувати практичні методи для їх вирішення.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Алєксєєнко, Т. Ф. Тенденції трансформації виховної функції сім'ї та основні пріоритети сучасної державної політики у захисті прав дитини в Україні. Київ. Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. 2016. № 20 С. 25–35.

2. Бех І. Д. Зростаюча особистість у перетворювальному просторі виховних настанов. Управління освітою. 2018. № 10. С. 6–17.

3. В. В. Шевчук, М. М. Тесленко / Дитячо-батьківські стосунки в сім'ях, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку // Габітус.- 2021.-Вип.21. С.223-227.

4. Григорова І. В. Психологія конфліктів у підлітковому віці: монографія. Одеса: Видавництво "Одеса-Прінт", 2022. С.208.

5. Долинська Л.В., Матяш-Заяц Л.П./Психологія конфлікту. Навч. Посібник//Реком. МОН України. 304 с. т. 2023 р.

6. Жигайло Н. Формування комунікативних вмінь учнів підліткового віку. Педагогічна думка. 2020. №4. С.13–20.

7. Жмайло І. Взаємини підлітків Психологія. 2022. № 9. С. 18–20.

8. Заброцький М. М., Шапошникова Ю. Г. Педагогічна психологія. Лекції : навч. посібник. Херсон : ОЛДІ-ПЛЮС, 2017. 144 с.

9. Зіненко Ю. В. Сімейні конфлікти http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/30645

10. Кацавець Р.С. Психологія особистості. Навчальний посібник. Київ : Алерта. 2021. 134 с.

11. Корнєва Л. М. Роль спілкування у вихованні підлітків Наукові записки. Полтав. держ. пед. ін-т імені В.Г.Короленка. Полтава, 2022. Вип. 2. С. 177–184.

12. Ковальчук І. В. Психологія конфліктів у підлітковому віці: монографія. Київ: Видавництво "Київський університет", 2018. С.204

13. Кідалова М. М. Факторна структура емоційних бар'єрів спілкування підлітків . Практична психологія та соціальна робота. 2021. № 10. С. 49–55.

14. Коваленко А. М. Теорія та практика вирішення конфліктів: навчальний посібник. Львів: Видавництво "Світанок", 2021. С.240.

15. Ліпіч, Л. (2018). Сім’я та сімейні цінності в умовах трансформації традиційних соціальних інститутів Киїів : Релігійна свобода. 2018.21. С.14–27.

16. Макух, О. І.Трансформація цінностей сучасної сім’ї. Острог : Наукові записки Національного університету «Острозька академія».2020. №10, с. 112– 116.

17. Мельник І. С. Психологія конфліктів у сім'ї та школі: Навч. посіб. Львів: Видавництво "Новий світ - 2000", 2020. С.184.

18. Пашукова Т.І. Практикум із загальної психології: Посібник. - Київ : Знання, 2018. 203 с.

19. Пирог Г., Крошко Л. Теоретичні аспекти зв‘язку спілкування підлітків з батьківсько-дитячими стосунками. Суспільство для психічного здоров’я особистості: взаємодія родини, освіти, громади: Збірник наукових праць. Житомир, Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2023. С. 84-87.

20. Пирог Г.В., Коробко Д.О. Психологічні особливості професійного самовизначення старшокласників, які виховуються у родинах та соціальних закладах. Особистісне зростання в умовах трансформації сучасного суспільства: монографія. Житомир: Вид. О.О. Євенок, 2020. С. 166-187.

21. Потапчук Є. М., Серга О.О. Реалізація сім’єю з підлітками функції виховання як психологічна проблема. Науковий журнал «Габітус» Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій. Вип. 21. 2021. С. 183–187.

22. Профілактика девіантної поведінки підлітків: навч.-метод. посібник до спецкурсу «Психологія девіацій» для студентів спеціальності «Соціальна

педагогіка» у двох частинах. – Ч. ІІ. Практична частина. – 2-ге вид., перероб і доповн. – Київ. 2016. 193 с.

23. Психологія молодої сім'ї : монографія Вид. 2-ге, доповн. та змін. Луцьк : Вежа-Друк. 2020. 392 с

24. Резнікова О. А. Психологічні особливості поведінки підлітків у конфліктних ситуаціях. О.А. Резнікова, О.В. Солодка. Теорія і практика сучасної психології : зб. наук. праць Класичного приватного університету. Запоріжжя : КПУ, 2018. С.168 – 173.

25. Скрипченко О.В., Долинська Л.В., Огороднійчук З.В. / Віктова та педагогічна психологія//· Видавництво: Каравела, 2023, 400 с.

26. Стилі поведінки у конфлікті https://studies.in.ua/conflict_seminar/496-stil-povednki-u-konflkt.html

27. Ткаченко В. П. Психологія міжособистісних конфліктів у родині: навчальний посібник. Харків: Видавництво "Веста", 2020. С.196.

28. Ткачук А. В. Гармонізація потреб і цінностей підлітків та їх батьків як фактор у врегулюванні дитячо-батьківських конфліктів : кваліфікаційна робота бакалавра : 053 Психологія / А. В. Ткачук ; Хмельниц. нац. ун-т. – Хмельницький, 2024. – 61 с.

29. Психології сім'ї: конспект лекцій / ІринаУшакова – Х.: НУЦЗУ, 2019. – 90 с

30. Яновська Т. А. Порівняльний аналіз особливостей конфліктної поведінки молодших та старших підлітків. Науковий журнал «Молодий вчений». 2020. № 1 (77). С. 53–56.

31. Урбанович А. П. психологічні особливості впливу взаємодії підлітків та батьків на самооцінку підлітків. психологічні науки: теорія і практика сучасної науки. 2023.

URL: https://doi.org/10.36059/978-966-397-322- 7-10

32. Bandura, A., & Walters, R.H. (1959). *Adolescent Aggression*. Ronald Press: New York.

33. Bidirectional associations between family conflict and child behavior problems in families at risk for maltreatment - ScienceDirect https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0145213422003660

34. K.L. Buist, M. Deković, P. Prinzie Sibling relationship quality and psychopathology of children and adolescents: A meta-analysis Clinical Psychology Review, 33 (1) 2013 https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0272735812001596?via%3Dihub

35. Baumrind's Parenting Styles – Parenting and Family Diversity Issues https://iastate.pressbooks.pub/parentingfamilydiversity/chapter/chapter-1-2/

36. D. Cicchetti Socioemotional, personality, and biological development: Illustrations from a multilevel developmental psychopathology perspective on child maltreatment Annual Review of Psychology, 67 (1) (2016) https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0145213422003660#bb0080

37. J.L. Coe, P.T. Davies, M.L. Sturge-Apple Family cohesion and enmeshment moderate associations between maternal relationship instability and children's externalizing problems Journal of Family Psychology, 32 (3) (2018), p. 289 https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5926812/

38. M.J. Cox, B. Paley, K. Harter Interparental conflict and parent-child relationships

39. Erikson's Stages of Psychosocial Development Gabriel A. Orenstein; Lindsay Lewis. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK556096/

40. Golombok, S. (2015). *Modern families: Parents and children in new family forms.* Cambridge University Press. https://doi.org/10.1017/CBO9781107295377

41. J. Grych, F. Fincham (Eds.), Child development and interparental conflict, Cambridge University Press, New York (2001), pp. 249-272

42. C. Habib, J.W. Toumbourou, M. McRitchie, J. Williams, P. Kremer, D. McKenzie, R.F. Catalano Prevalence and community variation in harmful levels of

family conflict witnessed by children: Implications for prevention Prevention Science: The Official Journal of the Society for Prevention Research, 15 (5) (2014) https://link.springer.com/article/10.1007/s11121-013-0416-4

43. H. Kim, B. Drake Cumulative prevalence of onset and recurrence of child maltreatment reports Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 58 (12) (2019) https://www.jaacap.org/article/S0890-8567(19)30174-1/abstract

44. A.M. Novick, M.L. Levandowski, L.E. Laumann, N.S. Philip, L.H. Pric e, A.R. Tyrka The effects of early life stress on reward processing Journal of Psychiatric Research, 101 (2018) https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29567510/\

45. "Relationship Awareness Theory Overview". *personalstrengths.us*. Personal Strengths Publishing. https://web.archive.org/web/20130528120433/http:/www.personalstrengths.us/index.php/en/ra-theory/theory-overview

46. Rutter, Michael; Werker, Janet (9 December 2021). "A Conversation with Michael Rutter". *Annual Review of Developmental Psychology*. **3** (1): 1–14. A Conversation with Michael Rutter | Annual Reviews

47. S.M. Stith, T. Liu, L.C. Davies, E.L. Boykin, M.C. Alder, J.M. Harris, J .E.M.E.G. Dees Risk factors in child maltreatment: A meta-analytic review of the literature Aggression and Violent Behavior, 14 (1) (2009) https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1359178908000608?via%3Dihub

48. The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth Developmental Psychology 28(5):759-775 https://psychology.psy.sunysb.edu/attachment/online/inge_origins%20DP1992.pdf

49. *The Collected Works of D. W. Winnicott, Volume 5, 1955-1959*, Donald W. Winnicott, ed. Lesley Caldwell, Helen Taylor Robinson, Oxford University Press, 2017, p. 4

50. Transactional Analysis Theory & Therapy: Eric Berne https://www.simplypsychology.org/transactional-analysis-eric-berne.html

ДОДАТКИ

Додаток А

Результати анкетування

№	Взаєморозуміння з батьками	Підтримка	Участь у житті підлітка
1	4	4	3
2	3	3	3
3	3	3	3
4	2	3	2
5	2	2	2
6	1	1	3
7	3	3	2
8	3	3	3
9	2	2	2
10	1	1	1
11	3	3	2
12	4	4	3
13	2	2	2
14	3	3	3
15	2	2	2
16	3	2	2
17	4	4	2
18	2	2	2
19	2	2	2
20	3	3	3
21	2	2	2
22	3	3	3
23	2	2	2
24	4	4	2
25	2	2	2
26	2	2	2
27	3	3	1
28	1	1	1
29	2	3	2
30	1	1	1
31	2	2	2
32	3	3	3
33	1	1	1
34	2	3	2
35	1	2	2
36	2	3	3

37	2	2	2
38	1	1	1
39	3	3	3
40	3	3	2
41	3	3	2
42	1	1	1
43	2	2	2
44	1	1	1
45	2	3	3
46	2	2	2
47	3	3	3
48	1	2	3
49	2	2	
50	3	3	3

Додаток Б

Результати визначення конфліктності

№	Конфліктність
1	1
2	2
3	1
4	2
5	1
6	3
7	2
8	1
9	2
10	3
11	2
12	1
13	2
14	1
15	2
16	2
17	1
18	2
19	2
20	1
21	2
22	1
23	2
24	1
25	2
26	2
27	1
28	3
29	2
30	3
31	2
32	2
33	3
34	2
35	3
36	2
37	2
38	3
39	2

40	2
41	2
42	3
43	2
44	3
45	2
46	2
47	2
48	3
49	2
50	2