

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Факультет психології
Кафедра соціальної психології

На правах рукопису

ДИПЛОМНА РОБОТА

на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти
на тему «**Вплив батьківської сім'ї на стратегії реалізації батьківства**»

Виконав: студент 6 курсу, групи ПС-2м
спеціальності 053 «Психологія»

Петрейко Наталія Тарасівна

Керівник: кандидат психологічних
наук, доцент кафедри соціальної
психології, доцент

Федоришин Галина Миколаївна

Рецензент: кандидат психологічних
наук, доцент кафедри соціальної
психології, доцент

Чуйко Оксана Михайлівна

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВПЛИВУ БАТЬКІВСЬКОЇ СІМ'Ї НА СТРАТЕГІЇ РЕАЛІЗАЦІЇ БАТЬКІВСТВА	
1.1. Батьківство як предмет психологічного аналізу.....	7
1.2. Вивчення стратегій реалізації батьківства у зарубіжних та вітчизняних психологічних дослідженнях	12
1.3. Чинники впливу батьківської сім'ї на стиль виховання власних дітей	19
Висновки до розділу 1	27
РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ БАТЬКІВСЬКОЇ СІМ'Ї НА СТРАТЕГІЇ РЕАЛІЗАЦІЇ БАТЬКІВСТВА	
2.1. Методичне забезпечення та процедура емпіричного дослідження.....	28
2.2. Психологічний аналіз впливу батьківської сім'ї на стратегії реалізації батьківства	36
Висновки до розділу 2	52
РОЗДІЛ III. ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГА ЩОДО СВІДОМОГО ВИБОРУ БАТЬКАМИ СТРАТЕГІЇ БАТЬКІВСТВА	
3.1. Модель психологічного супроводу свідомого вибору батьками стратегії батьківства.....	53
3.2. Програма тренінгу свідомого батьківства	58
Висновки до розділу 3	72
ВИСНОВКИ	73
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	76
ДОДАТКИ	81

ВСТУП

Актуальність проблеми. Виховання батьками власної дитини, з одного боку, соціально обумовлене і спрямоване на успішну соціалізацію майбутнього покоління, створення умов для ефективної інтеграції дитини у соціум. З іншого боку, сім'я через дітей намагається передати код власного роду, спадок поколінь у формі традицій, норм і цінностей задля свого виживання і продовження. Такий «сімейний спадок», тобто сімейні паттерни поведінки зберігаються упродовж семи поколінь, за визначенням К.Вітакера [42]. Вони не завжди бувають конструктивними, адже змінюється соціум, умови середовища, а паттерни залишаються незмінними. Тому їх усвідомлення, розуміння батьківства як інституту, що виконує як соціальні, так і індивідуальні функції, допомагає більш усвідомленому й упорядкованому підходу до вибору стратегій батьківства.

Є й інші суперечності у сучасній молоді щодо проблеми побудови сім'ї, народження та виховання дітей, зокрема й усвідомленого ставлення до батьківства та відповідального виконання батьківських обов'язків. Так, прагнення сучасної молоді досягти кар'єрних успіхів, матеріального статку, престижу знецінює колись сформовану суспільною громадськістю цінність батьківства та материнства, відтермінуючи або й унеможливаючи реалізацію батьківської ролі на другий план. Бажання жити вільно, без зобов'язань, керуючись гедоністичними потребами також ускладнює прийняття ролі батька / матері та виконання батьківських обов'язків. А небажана дитина змушує обмежувати власний життєвий простір батьків та створює необхідність здійснювати піклування про неї без будь-якого на те бажання батька та матері. У зв'язку з цим не створюється тісний емоційний зв'язок між матір'ю і дитиною, не формується прив'язаність, виникає багато труднощів, пов'язаних зі встановленням довіри у дитячо-батьківських стосунках, емоційної депривації, насилля і жорстокості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В основі вміння будувати та підтримувати конструктивні міжособистісні стосунки, дитячо-батьківські у тому числі, лежить досвід перших років життя. Таке твердження було висунуте ще у

перші роки виникнення психоаналізу З. Фройдом (Фройд, 2019). Проте вже нині безліч теоретиків наголошують на тому, що ранні стосунки з матір'ю або особою, яка її заміняє, є передумовою якості всіх майбутніх стосунків з власною дитиною (Кернберг, 2004). Ранні значимі стосунки любові та прив'язаності є умовою та чинником психічного і фізичного здоров'я особистості (Шпиц, 2019). На фоні цих теоретичних тенденцій виникає «теорія прив'язаності», яка не лише припускає, але й емпірично доводить значущість раннього стосунку з матір'ю в усіх подальших відносинах, у тому числі і батьківсько-дитячих.

На думку Дж. Боулбі, автора теорії прив'язаності, немовля сприймає себе й маму окремо один від одного й не перебуває у злитті з нею, як раніше описували психоаналітики. А тому вже з перших моментів життя дитина та мати починають будувати стосунки – перші стосунки у житті дитини, які згодом стають взірцем усіх інших стосунків (Боулбі, 2003). К.Г. Бріш, спираючись на теорію Дж. Боулбі, визначає систему прив'язаності таким чином: «Система прив'язаності – це генетично закодована базова мотиваційна система, що виникає у немовляти після народження за чіткими біологічними детермінантами. Вона слугує для контакту дитини з первинною спорідненою особою та забезпечує її виживання» (Бріш, 2012: 38).

М. Ейнсворт продовжила теоретико-практичні спостереження Дж. Боулбі, дослідниця розробила експериментальну методику виявлення типу прив'язаності, яку назвала «незнайома ситуація». Методика була спрямована на діагностику типу прив'язаності дитини залежно від її реакції на розлуку з матір'ю (Ainsworth, 1969). Спираючись на експеримент з «незнайомою ситуацією», авторам удалось діагностувати один найбільш здоровий тип прив'язаності – надійну прив'язаність та три типи, які відображають певні особливості порушення стосунків з матір'ю: уникаючий, тривожно-амбівалентний та дезорганізований типи прив'язаності.

Учені практично усіх галузей психологічної науки цікавляться особливостями стосунків у системі «батьки – діти», детермінації вибору батьківської стратегії. Питання сімейної взаємодії відображені у працях зарубіжних сімейних

психотерапевтів і психологів, зокрема К.Вітакера, С.Мінухіна, Г.Навайтіс, В.Сатир та ін. Серед українських вчених до питань дитячо-батьківських стосунків звертаються З.Кісарчук, К.Лук'янова, І. Семків, Г.Федоришин, Актуальними напрямками у дослідженні психологічних проблем сімейного виховання також є: з'ясування впливу батьківських стратегій на розвиток віктимної поведінки дитини та механізмів вироблення імунітету стосовно девіантних форм поведінки (О.Двіжона, О.Ліщинська, Н.Максимова), психотерапевтичний супровід інституту батьківства (З.Кісарчук, К.Мілютіна, Н.Чепелєва, Т.Яценко та інші). Ще одним важливим напрямом є розробка методологічних основ психологічного супроводу батьківства під час війни, а також психологічної підтримки дітей, які втратили одного або обох батьків під час війни, дітей, які були насильно вивезені на територію ворожої країни, дітей, які були вилучені у батьків соціальними службами країн, які надали сім'ї тимчасовий притулок, дітей військовослужбовців, які зникли без вісті та ін.

За сучасних умов реалізація батьківської ролі зумовлена системою чинників, які ще достеменно не вивчені. Серед них - вплив батьківської сім'ї на вибір стратегії реалізації батьківства. Дослідження даної теми саме сьогодні є надзвичайно актуальним, адже молоді доведеться робити свій вибір в умовах невизначеності, війни або післявоєнної розбудови країни.

Об'єкт дослідження – стратегії реалізації батьківства студентською молоддю.

Предмет дослідження – вплив батьківської сім'ї на вибір стратегій реалізації батьківства студентською молоддю.

Мета дослідження полягає у виявленні особливостей впливу батьківської сім'ї на вибір стратегій реалізації батьківства студентською молоддю.

Для досягнення мети дослідження поставлено виконання наступних **завдань**:

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз стратегій реалізації батьківства та впливу батьківської сім'ї на їх вибір.

2. Здійснити емпіричне дослідження впливу батьківської сім'ї на вибір стратегій реалізації батьківства студентською молоддю.

3. Розробити модель та інструментарій психологічного супроводу молоді щодо усвідомленого вибору стратегій реалізації батьківства.

Методи дослідження – аналіз теоретичних джерел, синтез, порівняння, узагальнення; емпіричні методи (опитування, анкетування, бесіда); статистичні методи (контент-аналіз, процентне співвідношення, кореляційний аналіз). На етапі обґрунтування моделі та інструментарію психологічного супроводу застосовувались методи узагальнення, групування, логічного та графічного моделювання.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати дослідження були представлені на *Всеукраїнській науково-практичній конференції (з міжнародною участю) «Психолінгвістичні засади етикетного та конфліктного дискурсів» (29 вересня 2023 р.)* [27].

Наукова новизна роботи полягає в уточненні стратегій реалізації батьківства та впливу батьківської сім'ї на їх вибір

Практичне значення роботи полягає в розробці моделі та інструментарію психологічного супроводу молоді щодо усвідомленого вибору стратегій реалізації батьківства.

Структура роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (41 найменування) та додатку. Основний зміст роботи викладено на 78 сторінках (загальний обсяг роботи – 80 сторінок). Робота містить 6 рисунків та 6 таблиць.

РОЗДІЛ І.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВПЛИВУ БАТЬКІВСЬКОЇ СІМ'Ї НА СТРАТЕГІЇ РЕАЛІЗАЦІЇ БАТЬКІВСТВА

1.1. Батьківство як предмет психологічного аналізу

Батьківство можна розглядати на двох рівнях: як складне комплексне суб'єктивно-особистісне утворення і як надіндивідуальне ціле, яке, як правило, є сукупним, тобто включає двох людей – батька і матір. Якісною межею, що розділяє рівні, є народження дитини. Таким чином поняття «батьківство» є надіндивідуальним цілим, що виходить за рамки індивіда, тоді як «материнство» і «батьківство чоловіка» стосуються окремої особистості.

Алексєєнко Т. розглядає батьківство як процес двобічної взаємодії між батьками (біологічними чи прийомними) і дитиною, метою якої є навчання й виховання дитини, створення умов для її гармонійного розвитку [1].

І.Кучманіч трактує поняття батьківства як усвідомлену реальну поведінку батьків, виконання ними соціальних ролей, закріплених регламентованими нормами та культурними традиціями, по відношенню до своїх дітей, їх розвитку та піклування, емоційне ставлення до них, прояв батьківських почуттів, у першу чергу, любові, що в цілому відображає стиль виховання [15].

Г.Федоришин розуміє батьківство як систему знань, бачення батьками дитини (когнітивний компонент), емоційне ставлення й оцінку батьками дитини (емотивний компонент), які проявляються у поведінці, у певних поведінкових стратегіях (конативний компонент). Прояви батьківства, означених його вище компонентів є різними й зумовлюються низкою чинників [26].

О.Кириченко вказує, що структура батьківства містить сімейну історію і міфи, сімейні цінності, батьківські настанови й очікування, батьківське ставлення, батьківські почуття, позиції, відповідальність та стиль сімейного виховання (див. рис. 1.1) [13].

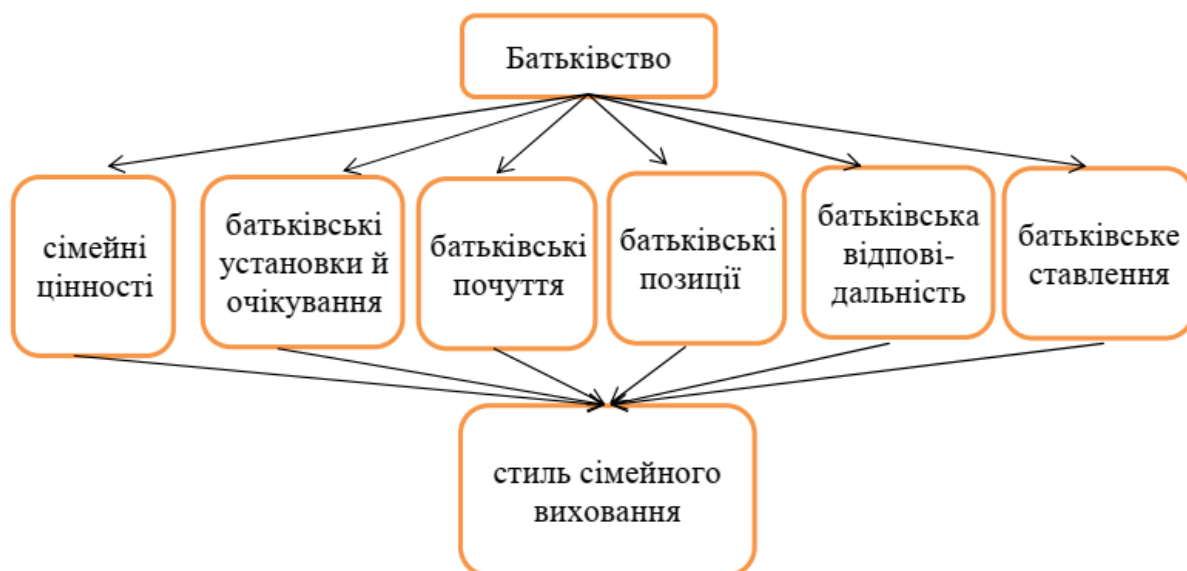


Рис. 1.1. Структура батьківства

Усі компоненти батьківства мають три складові: когнітивну, емоційну й поведінкову, які є психологічними формами прояву батьківства. *Когнітивний компонент* – це усвідомлення батьками зв'язку з дітьми, уявлення про себе як про батька, уявлення про ідеальних батьків, образ партнера як родителя спільної дитини, знання батьківських функцій, образ дитини. *Емоційний* – це суб'єктивне відчуття людини себе як родителя, батьківські почуття, ставлення до дитини, відношення до себе як до батька, ставлення до подружнього партнера як до родителя. *Поведінковий* – це вміння, навички й діяльність родителя щодо догляду, матеріального забезпечення, виховання та навчання дитини, взаємини з чоловіком (дружиною) як з родителем дитини, стиль сімейного виховання. Компоненти батьківства пов'язані один з одним в єдину структуру за допомогою взаємозумовлених складових елементів (когнітивного, емоційного і поведінкового). Квінтесенцією, сукупним виразом усіх компонентів, найбільш доступним для спостереження є стиль сімейного виховання або стратегії батьківства [13, 15, 21].

А.Радостева зазначає, що батьківські установки, тобто готовність до дії щодо дитини - це сукупність батьківського сприйняття, батьківського емоційного ставлення до дитини, способів поведінки з нею. Стиль виховання – спосіб, метод виховання, стратегія батьківства, типова для батьків система принципів, норм, індивідуальних особливостей впливу на дітей. Це сукупність

установок батьків і відповідної поведінки, яка стосується не конкретної дитини, а характеризує ставлення до дітей взагалі [21]. Виокремлюють також поняття „*батьківська позиція*” – це цілком усвідомлені, відпрацьовані погляди, наміри щодо виховання дитини. Поняття „*батьківське ставлення*” включає у себе і батьківські установки, і зумовлені ними стилі виховання.

У період становлення батьківство є нестійкою структурою, яка виявляється у відсутності узгодженості деяких компонентів в обох батьків, періодичному виникненні конфліктних ситуацій, більшій рухливості структури (у порівнянні з розвиненою формою батьківства). Становлення характеризується узгодженням уявлень чоловіка і дружини щодо ролі батьків, функцій, розподілу відповідальності, обов'язків, тобто в цілому про батьківство.

М.Волошенко стверджує, що до моменту появи дитини на світ узгодження уявлень відбувається на «теоретичному» рівні, проявляється це в побудові майбутнього, мріях, фантазуванні, плануванні. З появою дитини узгодження уявлень отримує «друге народження», коли теорія починає втілюватися в практику [9]. Т. Яблонська, Н.Булатевич, А.Мамбетова стверджують, що здобутий досвід змінює образ ідеального родителя й наближує його до Я реального, відтак самооцінка батька підвищується і він виявляє готовність до оптимальних емоційних контактів з дитиною [30]. Таким чином, загальна картина сімейного виховання багато в чому детермінується тим, як люди уявляють собі батьківство ще до того, коли вони реально стали батьками. Розвинена форма батьківства характеризується відносною стійкістю, стабільністю й реалізується в комплементарних динамічних проявах батьківства.

А. Радостева виокремлює зовнішні і внутрішні чинники формування батьківства. Зовнішні чинники, що детермінують формування батьківства, можна об'єднати в три групи. Це чинники макросистеми (суспільні впливи), мезосистеми (вплив батьківської сім'ї) і мікросистеми (вплив власної сім'ї) [21]. Суспільний вплив необхідно розглядати як соціальне регулювання народжуваності, як соціальне управління, тобто систему цілеспрямованого впливу з боку державних органів на репродуктивну мотивацію сім'ї,

спрямованість, матеріальне й моральне стимулювання народжуваності в рамках демографічної політики. Неформальний, опосередкований вплив суспільства здійснюється через комплекс соціальних впливів, що відображаються в системі ціннісних орієнтації та установок індивіда, тобто через засоби масової інформації, твори мистецтва і культури, соціальні очікування і стереотипи, через вплив репродуктивних норм, які входять у систему репродуктивних установок особистості. Якщо вплив політики держави щодо народжуваності є очевидним, то решта впливів залишаються недостатньо усвідомленими, стихійними. Таким чином, суспільний рівень впливів задає для особистості певні зразки батьківства, «налаштовує» індивіда на весь комплекс почуттів та обов'язків, пов'язаних з вихованням нового покоління, які, заломлені через особливості особистості кожного з подружжя, їх ціннісно-мотиваційну сферу, а також досвід,

Досвід, отриманий у батьківській родині, дає початок формуванню батьківства в кожному конкретному випадку. Батьківська сім'я є первинним соціальним середовищем індивіда, де він отримує перший соціальний досвід, зокрема щодо реалізації батьківської моделі поведінки. Батьки, як правило, є для індивіда значущими людьми, тому виконання ними батьківської ролі, частково усвідомлене, а частково неусвідомлене, згодом копіюється у власній родині. Якими ми стали батьками значною мірою залежить від того, що ми бачили, пережили, відчули в поведінці власних батьків [2].

Зарубіжні вчені розглядають декілька гіпотез наслідування батьківської сім'ї. Перша полягає в тому, що подружжя відтворюють у своїй родині ті засоби виховання, які використовували їхні батьки до решти сиблінгів, а не до них самих [2]. Згідно із цією гіпотезою найбільші труднощі повинні відчувати дорослі, які були єдиними дітьми в сім'ї. Вони мали б ставитися до дітей як до дорослих, як до своїх партнерів. Друга відтворює біблійну істину: діти ставляться до інших так само, як батьки ставилися до них [8]. Карел Вітакер наголошує, що наступництво поколінь завжди селективне (вибіркове): одні знання, норми і цінності засвоюються й передаються наступним

поколінням, інші, які не відповідають умовам, що змінилися, відкидаються або трансформуються [42].

Мікросистема факторного детермінування батьківства – це той рівень впливу на формування батьківства, на якому воно набуває остаточних рис. У взаємодії подружжя відбувається узгодження двох моделей батьківства – чоловіка і дружини [21]. Крім того, на формування розвинутої форми батьківства та її реалізацію впливають умови життя сім'ї [20]. Таким чином, узагальнюючи вплив рівня власної сім'ї на формування батьківства, можна виділити декілька факторів: спрямованість та індивідуальні особливості особистості; узгодження моделей батьківства подружжя; конкретні умови життя подружньої сім'ї.

До внутрішніх чинників формування батьківства відносять індивідуально-типологічні особливості кожного з подружжя. Таким чином, суспільство в цілому і батьківська сім'я зокрема задають зразок батьківства або певні межі варіабельності батьківства. Кожна конкретна особистість інтеріоризує зовнішню модель або її варіанту, пропускаючи зовнішній досвід через призму своєї спрямованості та особливостей, й узгоджує її надалі з моделлю батьківства подружнього партнера.

Як стверджує Г.Федоришин, формування компонентів батьківства потребує значних зусиль батьків та кропіткого психологічного супроводу фахівців. Звісно, молоді люди можуть інтуїтивно реалізовувати батьківства, не вдаючись до аналізу й несвідомо копіювати власних батьків, або діяти навмисно всупереч їхній стратегії. Лише внутрішня мотивація і прагнення молодих людей оволодіти мистецтвом батьківства та ефективно його реалізувати є запорукою успіху розвитку й виховання майбутньої дитини [26]. Досягнення цієї мети зумовлено вибором стратегії реалізації батьківства.

1.2. Вивчення стратегій реалізації батьківства у зарубіжних та вітчизняних психологічних дослідженнях

Найбільш ґрунтовне дослідження стратегій батьківства здійснено Діаною Баумрінд (D.Baumrind, 1980). Автор наголошує на тому, що мистецтво виховання полягає у балансуванні між ступенем контролю / автономією і емоційною близькістю / емоційною віддаленістю [8].

Дослідження, присвячені прив'язаності, вказують на вагому роль стосунків батька / матері й дитини у формуванні взаємодії дитини з іншими, її спроможність упевнено вивчати світ і перемагати стрес, вміння врівноважувати власні емоції, здатність творити цільну історію, котра наповнює сенсом життя дитини, і налагоджувати в майбутньому змістовні взаємостосунки. Прив'язаність – це той фундамент, який визначає ставлення дитини до світу, і ця здорова прив'язаність творить у ранні роки безпечну основу, на котру можуть спиратися діти, пізнаючи себе та інших [34].

Для виокремлення батьківських стратегій Д.Баумрінд використано два критерії: *ступінь емоційної близькості, теплоти батьків* (любов, прийняття, тепло або емоційне відторгнення, холодність) і *ступінь контролю за поведінкою дитини* (високий – із найбільшою кількістю обмежень, заборон; низький – із мінімальними заборонами) [32]. Батьківський контроль і теплота впливають на прояв дітьми агресії й просоціальної поведінки, формування Я-концепції, інтерналізацію моральних цінностей і розвиток соціальних навичок, вибір стратегії батьківства у мабутньому. Різні співвідношення ступеня контролю і теплоти утворюють авторитетний, авторитарний і ліберальний типи стратегій батьківства.

Авторитетний тип батьківської поведінки поєднує високий рівень контролю із теплотою, прийняттям і підтримкою зростаючої автономії своїх дітей. І якщо певні обмеження щодо поведінки дітей накладаються, їм пояснюються смисл і причини цих обмежень. Ці причини і рішення не видаються дітям несправедливими, вони спокійно із ними погоджуються. Авторитетні батьки готові вислухати заперечення своїх дітей і поступитись, якщо це буде

доречно. Напр., якщо дівчинка захоче затриматися у гостях довше, ніж звичайно, то авторитетні батьки поцікавляться причиною такого прохання, обставинами (у кого затримається, чи будуть батьки вдома), а також чи не вплине це на виконання її обов'язків (виконання уроків). Якщо відповіді дитини задовольнять батьків, то вони швидше за все дозволять їй залишитись. Діти авторитетних батьків адаптовані найкраще. Вони більш упевнені у собі, повністю себе контролюють й соціально компетентні. З часом у цих дітей розвивається висока самооцінка, у школі вони навчаються набагато краще, ніж діти, виховані батьками з іншими стратегіями батьківської поведінки [32].

Авторитарні батьки контролюють поведінку дітей і спонукають їх суворо дотримуватися встановлених правил. Вони зазвичай стримані у взаєминах з дітьми, хоча бувають і виключення. У ситуації, зазначеній вище, вони б відповіли: „Порядок є порядок”. Якщо дитина почне капризувати і настоювати на своєму проханні, можуть її покарати – можливо, й фізично. Авторитарні батьки віддають розпорядження й очікують їх чіткого й беззаперечного виконання. Усі спроби дитини здобути незалежність від таких батьків можуть залишитися фрустрованими. Діти авторитарних батьків відрізняються замкнутістю і несміливістю, майже зовсім не прагнуть до незалежності, зазвичай похмурі, невибагливі і дратівливі. У підлітковому віці ці діти, особливо хлопчики, можуть бурхливо реагувати на заборони або покарання, на осіб, що їх здійснюють, стають неслухняними й агресивними. Дівчатка залишаються пасивними і залежними.

Ліберальні батьки – повна протилежність авторитарним: вони майже або зовсім не обмежують поведінки дітей. І запитання дітей, чи можна залишитися у друзів, швидше за все, не стане предметом для обговорень, оскільки у такій сім'ї немає чітко встановлених правил. Замість того, щоб запитати батьків, дівчинка просто повідомить їх про те, що вона затримається, або пояснить усе після повернення додому. У такій ситуації діти практично позбавлені батьківського керівництва. Навіть якщо вчинки дітей сердять і виводять із рівноваги, ліберальні батьки намагаються стримати свої почуття. Більшість з них настільки

захоплюються демонстрацією безумовної любові, що припиняють встановлювати необхідні кордони правил для своїх дітей. Д. Бомрінд вважає, що ліберальні батьки ставляться до дітей з сердечністю й душевною теплотою, приймають їх такими, якими вони є [32].

Т.Яблонська вказує, що, але діти ліберальних батьків теж можуть бути агресивними й неслухняними. До того ж вони схильні потурати своїм слабкостям, імпульсивні. У деяких випадках вони стають активними, рішучими й творчими людьми [31].

Е.Маккобі і С.Мартін (1983) виокремили ще одну стратегію, *індиферентний* тип батьківської поведінки, який відрізняється низьким контролем за поведінкою дітей і відсутністю теплоти й сердечності до них [26]. Батьки не встановлюють обмежень для своїх дітей або через недостатність інтересу й уваги, або у результаті того, що турботи повсякденного життя залишають їм мало сил на виховання дітей. У випадку, коли потурання поєднується із відкритою неприязню, дитина відкрито дає волю своїм руйнівним імпульсам. Більшість неповнолітніх правопорушників виховувалися саме у таких сім'ях.

У повних сім'ях батьки зазвичай притримуються різних стилів поведінки. В українському суспільстві батьківська поведінка більшою мірою визначається давніми традиціями. Батько може бути досить авторитарним, а мати – більш турботливою й терплячою. Вплив одного із батьків урівноважується впливом іншого.

К.Лук'янова виділяє два різновиди стратегій прояву поведінкового аспекту батьківства [15]:

- 1) сприйняття батьківської ролі як тимчасового чи постійного обмеження для самореалізації. Особливо це стосується жінок, які змушені поєднувати виконання професійних, подружніх, батьківських та господарських обов'язків;
- 2) сприйняття батьківської ролі як появи нових можливостей для самореалізації, власного розвитку та розвитку сім'ї.

Інколи сприйняття батьківства як обмеження для особистого життя та самореалізації штовхає молодь на прийняття ідеї добровільної бездітності (child-free), що проявляється у вільному житті, наповненому свободою, насолодою, можливістю для творчості, кар'єрного зростання, отримання задоволення від подружніх стосунків. З іншого боку, такий вибір можуть здійснювати емоційно зрілі й самодостатні люди, як не прагнуть з допомогою дитини вирішувати питання самотності чи самореалізації. Для деяких з них професійна чи громадська діяльність може сприйматися як дитина чи сенс життя [15].

Для оволодіння оптимальною стратегією реалізації батьківства сучасною молоддю важливо, на нашу думку, оволодіння емоційно-соціальних навичок та їх реалізація у взаєминах, у процесі здійснення виховного впливу. Українські дослідниці Т. Кравченко та І. Трубавіна запропонували виокремити чотири основні конструктивні стратегії [25, с. 12-13]:

- 1) батьки як джерело емоційної підтримки та турботи;
- 2) батьки як найвища інстанція, розпорядник благ;
- 3) батьки як зразок та приклад для наслідування;
- 4) батьки як радники.

У першому випадку батьки для дитини є джерелом емоційної підтримки та тепла, що особливо вагоме значення має на перших етапах розвитку, коли провідним видом діяльності дитини є емоційно-особистісне спілкування. Без достатньої емоційної стимуляції і контакту дитина може загинути або відставати у розвитку. Достатній тактильний контакт формує у дитини почуття довіри до світу, впевненості у собі, що забезпечить у майбутньому не лише фізичний та інтелектуальний, а й соціальний розвиток, злагоджену взаємодію та успішні взаєностосунки з оточуючими людьми, у тому числі зі своїми дітьми.

Прояв батьківської позиції як влади, найвищої інстанції, розпорядника благ дозволяє здійснювати вплив на дитину з метою засвоєння нею необхідних норм та правил, встановлення необхідних обмежень задля безпеки фізичної і психологічної самої дитини. Наступна позиція проявляється у тому, що батьки є зразком для наслідування. Тут важливо, щоб батьки були послідовними у своїх

вимогах і самі дотримувалися встановлених правил. А запропоновані санкції застосовували також і до себе як до членів сім'ї.

С.Красін виділив наступні типи батьківства (біологічне і прийомне; змішане, повне і монобатьківство; мало- та багатодітне; раннє і пізнє; нормативне і ненормативне тощо)[]. Виділив п'ять його основних стратегій: інстинктивне (у випадку несподіваної вагітності та небажаного народження дитини), девіантне (нездатність чи небажання батьків виконувати батьківські функції, нехтування дитиною), делінквентне (ігнорування потреб дитини, знуцання над нею, фізичне, емоційне чи сексуальне насильство тощо), відповідальне (відповідальне ставлення до народження дітей, до їх навчання і виховання, піклування про здоров'я і розвиток дитини), усвідомлене (характеризується усвідомленим ставленням батьків до народження, розвитку та виховання здорової дитини). Учений розглянув усвідомлене батьківство, з одного боку, як процес взаємодії батьків з дітьми та між собою на основі прояву усвідомленого ставлення до виконання своїх батьківських обов'язків, інтроспекції власних мотивів, діяльності та поведінки, сприйняття кожного члена сім'ї як безумовної цінності, а з іншого – як система, що включає: відповідні знання, ціннісні орієнтації, батьківські установки й очікування, ставлення, позиції, особистісні якості, стиль сімейного виховання. При цьому готовність до усвідомленого батьківства визначено як стійке особистісне утворення, якому притаманні усвідомлена орієнтація на народження дитини, усвідомлений вибір бути батьком (матір'ю), відповідальне ставлення до виконання батьківських функцій, набуття необхідних знань і вмінь з догляду за дитиною та її виховання. Зазначена готовність включає мотиваційний, когнітивний, діяльнісний, особистісний, аксіологічний компоненти.

Ще одну стратегію реалізації батьківства представлено Радою Європи []. Для підтримки підходів, що сприяють розвитку позитивного батьківства, опубліковано новий рекомендаційний інструментарій «Батьківство у цифрову епоху», що містить «позитивні стратегії батьківства для різних сценаріїв». Посібник пропагує ідею про те, що позитивні традиційні практики батьків із

виховання, які засновані на відкритому спілкуванні й довірі, мають бути поширені і на взаємодію їх дитини з інтернет-світом. У ньому наводяться практичні поради, як реагувати батькам або опікунам на критичні ситуації, з якими стикаються діти. Також батьків і опікунів закликають до контролю за своєю поведінкою, коли вони обмінюються контентом в Інтернеті (наприклад зображеннями) або регулярно використовують цифрові технології упродовж дня. Мета цього посібника – запропонувати уявлення про модель цифрового батьківства, яка може застосовуватися до різних сценаріїв в умовах сьогодення та в майбутньому.

Посібник містить п'ять розділів: Діти у цифровому середовищі: які інтереси в різних вікових груп? Цифрове батьківство: різні стилі і підходи. Стратегії цифрового батьківства: базова модель. Позитивні сценарії цифрового батьківства: захист даних, соціальні медіа, смартфони, онлайн-ігри та час за монітором. Підсумкове слово: додаткові рекомендації щодо позитивного цифрового батьківства. Рада Європи закликає суспільство застосовувати збалансований підхід у забезпеченні взаємодії дітей із цифровим середовищем: забезпечувати рівність можливостей дітей у доступі до цифрових технологій і збалансовано захищати їх від пов'язаної шкоди.

У вітчизняній літературі запропонована широка класифікація стратегій батьківства підлітків з акцентуаціями характеру і психопатіями [19, 20]: *гіпопротекція, прихована гіпопротекція, домінуюча гіперпротекція, спотворювальна гіперпротекція, емоційне відсторонення, підвищена емоційна відповідальність*.

Найбільшу небезпеку для здоров'я дитини становить стратегія *непослідовного* ставлення до дитини, різні стратегії батька й матері та інших родичі, насилля та жорстоке ставлення батків. Непередбачуваність реакцій батьків позбавляє дитину відчуття стабільності світу і формує підвищену тривожність, неврози, психічні розлади.

У своїй праці Д. Калшед розкриває особливості реагування психіки на надзвичайні життєві обставини індивіда. Слово “травма” автор використовує для

позначення будь-якого переживання, яке викликає “непереносимі” душевні страждання і тривогу у дитини. Переживання стає “непереносимим” у тому випадку, коли звичайних захисних механізмів психіки, які Фрейд назвав “захисний екран від стимулів”, виявляється недостатньо. Травма в такому розумінні – це гостре руйнівне переживання дитячого насилля “кумулятивна травма”, викликана незадоволеними потребами в залежності. Такого роду незадоволені потреби, до яких належать і стани сильної депривації, названі Віннікотом “примітивними агоніями”, переживання яких є “немислимим” (1963, 90), наносять серйозну шкоду розвитку дитини [10].

Вивчаючи внутрішній світ людей, які пережили травму, Д. Калшед, робить два висновки. Перший із них стосується того, що травмована психіка *продовжує травмувати саму себе*. Травматичний процес не припиняється із припиненням акту насильства, а продовжується зі ще більшою інтенсивністю у внутрішньому світі жертви насилля, чії фантазії часто наповнені образами переслідуючих фігур. Другий висновок стосується того, що індивіди, які пережили психічну травму, постійно опиняються в життєвих ситуаціях, в яких вони піддаються повторній травматизації. Як би сильно вони не бажали змінитися, як би наполегливо не намагалися змінити своє життя чи стосунки, дещо більш могутнє, ніж Его, постійно підриває прогрес і руйнує надію. *Внутрішній світ, який повний переслідувань*, знаходить своє зовнішнє відображення, виявляючись у повторюваних утвердженнях саморуйнівних приписів. Автор, описуючи свій досвід клінічної практики з пацієнтами, які пережили психічну травму відмічає, що замість прогресу та полегшення у результаті психотерапії вони ніби застрягали в “компульсивному повторенні” ранніх паттернів поведінки, відчуваючи поразку і безнадійність. Це були індивіди, яких можна було назвати “шизоїдами” маючи на увазі те, що травматичні переживання, перенесені в дитинстві були *надто інтенсивними для їх чутливості і спрямували подальший розвиток всередину* [10].

Таким чином, базові травми перетворюються на життєві сценарні установки, цінності, переконання, які мають переважно неусвідомлюваний

характер. Визначальними чинниками при цьому є порушення процесів утворення прив'язаності, в результаті чого дитина сприймає це як “зупинку” оточуючого світу. Все завмирає, зупиняється, відбувається “заморожування” травматичних переживань. Такі переживання ідентифікуються як події “особистої реальності”. При цьому реальна поведінка може приховувати або розкривати переживання Я, які необхідно виявляти і пропрацьовувати в першу чергу ранній травматичний досвід для того, щоб стати цілісною особистістю і реалізувати себе конструктивно у батьківстві.

1.3. Чинники впливу батьківської сім'ї на вибір стратегії виховання власних дітей

Практика роботи сімейних психологів дає можливість виокремити низку чинників, які впливають на вибір батьками стратегії виховання.

До них відносять насамперед *композицію сім'ї*. Це сукупність характеристик членів сім'ї, які дозволяють охарактеризувати її як ціле (напр., чисельність, віковий і статевий склад, національно-культурна приналежність та соціальний статус її членів, гендерні особливості шлюбу). Виходячи з цього критерію вибору стратегії виховання (композиція сім'ї), ми можемо виокремити ще один чинник - *співвідношення дітей і дорослих*. Історичний аналіз сімей в Україні кінця XIX – початку XX ст. показує на присутність у привілейованих прошарках суспільства великої кількості дорослих (родичів, гувернанток, учителів, нянь, вихователів), що збагачувала дітей емоційним, інтелектуальним, і перш за все соціальним досвідом [26]. У сучасній нуклеарній сім'ї кількість дорослих-опікунів також перевищує чисельність дітей, але вже за рахунок одностатевості. Значно зростає енергетичне, матеріальне, часове навантаження на дорослих.

Ще один чинник - *структура сім'ї*. Значущість структури сім'ї у виборі стратегії виховання у майбутньому важко переоцінити. У структурі сім'ї виділяємо *систему сімейних ролей*. Ця система залежить від стилю шлюбу (патріархальний, матріархальний, егалітарний, змішаний), від форми сім'ї (повна, неповна), від сиблінгової позиції дитини у сім'ї, від чисельності членів сім'ї. Таким чином, соціалізація у сім'ї об'єктивно буває різною. Ця відмінність

зумовлюється також особливостями сприйняття дитиною своєї позиції у сім'ї: ролі старшої, середньої чи молодшої дитини (А.Адлер, Р.Річардсон, У.Тоумен, А.Фромм, М.Швейцар), намаганням знайти свою неповторну ідентичність, нішу у сім'ї (Г.Крайг), різницею у віці дітей, досвідом єдиної дитини у сім'ї та ін.

Характеристики старшої дитини в сім'ї [4]:

- здатні брати на себе відповідальність (що інколи розвиває тривожність і страх не відповідати очікуванням) і грати роль лідера. Цю закономірність А.Варга (2001) пов'язує із дією закону про „майорат”, згідно з яким увесь спадок переходить до старшого брата;
- допомога, захист і підтримка молодших (Г.Крайг, 2002), до того ж збагачують виховання, особливо емоційне і моральне (М,Швейцар, 2003). У відповідь малюки більш природно сприймають опіку старших братів чи сестер, аніж дорослих;
- високий рівень домагань, добросовісність і неприйняття критики;
- консервативність, прагнення до влади і схильність до лідерства (А.Адлер);
- нетерплячість до чужих помилок;
- агресивність й егоїстичність, залежність від думок оточуючих;
- дотримання сімейних установок (А.Адлер, У.Тоумен, Р.Річардсон). Старші діти першими навчають сімейним традиціям і моралі молодших, оскільки вже ідентифікували себе з батьками;
 - бажання бути зразком для наслідування молодших. Кожний виховний засіб стосовно старшої дитини буде опосередковано впливати і на молодшу дитину.

Середущі діти зростають:

- із тенденцією до суперництва;
- часто ставлять недосяжні цілі;
- з найнижчою мотивацією досягнень, особливо у навчанні (Р.Річардсон);
- намагаються змагатися із рештою деструктивними способами (Р.Річардсон);
- середущі позбавлені авторитету старших і спонтанності молодших;

- навчаються добре вести справи із різними людьми, дружелюбні зі всіма, здатні вести переговори, володіють здібностями до дипломатичної діяльності;
- у середущої дитини розвиваються характеристики тієї дитини, до якої вона ближче у віковому сенсі.

Погляди вчених на роль молодших дітей досить суперечливі:

- сильна мотивація перевершити старших дітей (А.Адлер);
- більш врівноважені (Г.Хоментаскас, 2002);
- відсутнє почуття незалежності, оскільки у старших дітей більше привілей
- труднощі з прийняттям рішення, тому очікує від інших вирішення своїх проблем;
- схильність молодших до залежності від інших;
- виробляється маніпулятивний стиль у взаєминах;
- молодші діти більше прив'язані до старших, ніж ті до них, часто засмучуються, якщо їх розділяють хоч би на ніч (Г.Крайг).

Особливостями єдиної дитини у сім'ї є наступні [19, 20, 21]:

- чутливість до турботи;
- суперництво з батьком;
- залежність та егоцентризм;
- труднощі у взаєминах із однолітками (єдина дитина ніколи ні з ким не ділить у сім'ї своєї центральної позиції, тоді як у соціумі вона вже не знаходиться у центрі уваги, що неминуче призводить до внутрішніх протиріч, які згодом виявляються у конфліктах);
- очікує і легко приймає допомогу інших;
- володіє високим (адекватним) рівнем самооцінки;
- відрізняється успіхами у школі (як правило на таку дитину доводиться 6-8 дорослих найближчих родичів, які займаються її розвитком, вихованням, освітою та матеріальним забезпеченням);
- перфекціонізм;
- комфортно почуває себе наодинці;

- характеризуються психологічною стабільністю.

Ще одним чинником виступає *стиль виховання* у сім'ї, тобто переважаючий стиль основного вихователя-соціалізатора (напр., матері) і допоміжних соціалізаторів (бабусі, батька тощо). В науковій літературі знаходимо доволі широкий спектр класифікацій стилів виховання у сім'ї. Найбільш використовуваними у практиці є авторитарний, демократичний, ліберальний, індиферентний (байдужий) і змішаний. Катерина Мілютіна виокремлює тривожний тип виховання (реалізується тривожними батьками, батьками з психічними розладами), безвідповідальний (незапланована вагітність; молоді батьки, які не готові до батьківства; зайнятість на роботі і перевага кар'єрного зросту) і конгруентний (той, що відповідає ситуації розвитку, віковим та індивідуальним особливостям дитини) (К.Мілютіна, 2023).

На вибір стратегії виховання впливає також інтервал народження дітей. Якщо у сім'ї двоє дітей із *різницею до 2-х років*, то особливості старшої і молодшої дитини будуть мало виражені. *Різниця між дітьми у 4-5 років* складна, оскільки до старшої дитини вже висуваються вже певні вимоги. Коли *різниця у 10 років*, то старша дитина довший час виховувалася як єдина у сім'ї (у неї вкладали багато духовних і матеріальних зусиль). До появи другої дитини вона вже знайшла свою нішу серед однолітків, сформувала коло своїх інтересів. Тому ставлення до молодшого брата чи сестри у неї досить конгруентне. При *різниці 15-20 років* старша дитина зростає як єдина [26].

Вибір стратегії виховання у майбутній сім'ї зумовлюється також особистісним, моральним і творчим потенціалом сім'ї, тобто сукупністю позитивних людських якостей дорослих членів сім'ї – моральних, вольових (наявність – відсутність лідерських якостей, мужності, здатності постояти за себе і за дітей), емоційних (теплота - холодність у взаєминах між людьми), інтелектуальних (рівень розвитку інтелекту старших), культурних (освіта, особливості культури, етнічні особливості), пізнавальних і творчих особливостей. Виділимо окремо і *психолого-педагогічний потенціал батьків* [1]:

- уявлення батьків про еталони вихованої особистості;

- установки подружжя щодо виховання дітей;
- рівень домагань батьків стосовно дитини;
- специфіка у ставленні батьків до хлопчиків і дівчаток.

Стиль спілкування у сім'ї традиційно вважається одним із основних чинників вибору стратегії батьківської поведінки (А.Коваленко, В.Семиченко). Він, звісно ж, тісно переплітається з попередніми чинниками, і має тісний зв'язок з досвідом попередніх поколінь сім'ї. Мається на увазі особистісно-інтимна значущість спілкування; відкритість сімейної комунікації найближчому соціальному середовищу, домінування власне сімейних інтересів; неформальність взаємин між членами сім'ї; особливе вираження таких механізмів, як емпатія, ідентифікація, рефлексія; особлива значущість стосунків з батьками і батьків між собою [14].

Слід зазначити також і про *спосіб життя сім'ї* (альтруїстичний, споживацький тощо), що також є похідним від морального потенціалу сім'ї. Це поняття визначає всю систему цінностей, установок, потреб і мотивів сім'ї, зорієнтовану на реальні можливості її життєзабезпечення.

Не менш важливою детермінантою є те, на якій стадії подружнього життя народилася дитина. *Динаміка взаємин подружжя* вказує на специфіку сімейної взаємодії, на якість виховного процесу, тип ставлення батьків до дитини, що у подальшому впливати на вибір нею стратегії виховання власних дітей. Спеціалісти у галузі перинатальної сімейної психотерапії рекомендують виділяти стадії життєвого циклу сім'ї, виходячи з того, яким чином подружжя вирішує конфліктні ситуації [19].

Незапланована вагітність у *період дошлюбних взаємин, тобто до моменту вступу у шлюб*, може бути своєрідним каталізатором його укладання. Дитина при цьому нерідко не представляє для молодої жінки чи обох з подружжя особливої цінності. У цьому випадку спостерігається ускладнення формування раннього діалогу матері і немовляти. Її виховання, як правило, здійснюється по типу гіпопротекції, спостерігається *виховна невпевненість батьків*.

Друга стадія (конфронтації) настає, коли подружжя починають жити разом. Ступінь розбіжності очікувань і реальності визначає рівень конфліктності взаємин. Вагітність і народження дитини у цей період, як правило, не укріплюють, а розхитують сім'ю.

К.Вітакер (2004) справедливо відзначає, що під час вагітності жінка послаблює зв'язок з партнером і все більше захоплюється значущим іншим, з майбутньою дитиною. У цей час батько, цілком ймовірно, може знайти собі іншу прихильність - гроші, секретарку, нову машину або власну матір. Коли дитина народжується, мати прив'язується до неї ще сильніше. Батько ще більше вимушений долучитися до чогось збоку, поки дитині не виповниться приблизно півтора роки. І тоді мати повертається до батька, а його немає поряд. Вона починає переживати почуття самотності. У такій ситуації ранній діалог матері з немовлям характеризується достатньою глибиною і взаєморозумінням, проте невирішені конфлікти з партнером, його компенсаторна поведінка роблять жінку тривожною, емоційно нестійкою, що позначається і на взаєминах в діаді мати-дитина. Часто це виражається у необгрунтованих невротичних побоюваннях за стан здоров'я дитини, фобії її втрати. При цьому можливе формування як нестійкого типу виховання, так і потураючої гіперпротекції. Якщо дитина дуже схожа на батька, з яким мати знаходиться у стані конфлікту, ймовірний розвиток емоційного нехтування [42].

Третя стадія (компромісів) знаменується закінченням протистояння. Щоб поліпшити взаємини, партнери вже не стільки намагаються змінити іншого, скільки змінюють себе. Спільними зусиллями визначаються і приймаються сімейні ролі, права й обов'язки. Починається будівництво сім'ї, що має свої смаки, ритуали, звичаї, традиції. Сумісна творчість захоплює, об'єднує ще більше, народжується спільне бажання мати дитину. На цій стадії умови формування раннього діалогу немовляти і матері найбільш сприятливі. Саме тепер при народженні дитини можемо говорити скоріше не про діаду, а про триаду „мати-немовля-батько”. Умови сприятливі для формування гармонійного сімейного виховання.

Четверта стадія (зрілої подружньої підсистеми) характеризується стабільністю і всіма особливостями, характерними для завершального етапу попередньої стадії.

П'ята стадія (експериментування з незалежністю) часто співпадає з періодом особистісної кризи середини життя одного або обох подружжя. У цей час людина нерідко намагається вийти за межі свого життєвого сценарію, пробує змінити роботу, сім'ю, місце і навіть країну проживання. Спроба запобігти кризі за допомогою вагітності і пологів до успіху майже ніколи не приводять. Ранній діалог з дітьми, які народилися у результаті такої спроби, має недоліки, що нагадують у народжених на стадії дошлюбних стосунків. Аналогічні і відхилення сімейного виховання.

Шоста стадія (ренесансу) - завершальна стадія розвитку сімейних взаємин, на якій може народитися дитина. Якщо сім'я зуміла пережити кризу, іноді взаємини між подружжям стають ще ближчими й довірливими. Саме у цій ситуації може виникнути бажання народження ще однієї дитини. Сімейна ситуація сприяє формуванню раннього діалогу, сімейне виховання таких дітей найчастіше відбувається адекватно.

До описаних вище чинників також варто додати сімейну історію. Спеціалісти у галузі сімейного консультування у сімейній історії знаходять джерело багатьох сімейних труднощів і негараздів. «Сімейний спадок» або успадковані від попередніх поколінь стратегії поведінки, які допомагали сім'ї вижити і продовжити рід, на сучасному етапі можуть виявитися застарілими. Окрім стратегій поведінки передаються також уявлення, бачення сім'єю себе [20].

Також вагомим є релігійний чинник, тобто приналежність сім'ї до певної системи вірувань, яка також впливає на систему взаємин, цінності. Релігійна спільнота виступає елементом макросистеми, однак переломлюючись через мікросистему, тобто через батьківську сім'ю, впливає і визначає стратегії батьківства.

Підводячи підсумок, зазначимо, що пропонований перелік чинників вибору стратегії батьківської поведінки не вичерпує себе, а лише підкреслює

багатогранність та актуальність окресленої проблеми. Ефективне й успішне розв'язання багатьох питань вибору безпосередньо пов'язане із соціальною зрілістю самих батьків, зокрема їх психолого-педагогічною компетентністю й особистісним зростом, усвідомленістю. Відтак актуальність досліджень впливу батьківської сім'ї на вибір стратегії виховання у майбутньому в сучасних умовах невизначеності, віднаходження шляхів допомоги батькам з питань усвідомленого батьківства лише зростає.

Висновки до першого розділу

Теоретичний аналіз феномену батьківства, чинників батьківства та особливостей впливу батьківської сім'ї на вибір власних стратегій батьківства дозволив виокремити зовнішні і внутрішні чинники формування батьківства. Зовнішні - це чинники макросистеми (суспільні впливи), мезосистеми (вплив батьківської сім'ї) і мікросистеми (вплив власної сім'ї). Досвід, отриманий у батьківській родині, дає початок формуванню батьківства в кожному конкретному випадку. Батьківська сім'я є первинним соціальним середовищем індивіда, де він отримує перший соціальний досвід, зокрема щодо реалізації батьківської моделі поведінки. Батьки, як правило, є для індивіда значущими людьми, тому виконання ними батьківської ролі, частково усвідомлене, а частково неусвідомлене, згодом копіюється у власній родині. Якими ми стали батьками значною мірою залежить від того, що ми бачили, пережили, відчували в поведінці власних батьків.

Аналіз психолого-педагогічної літератури дозволив розкрити різноманітні типології стратегій батьківства. У нашому дослідженні методологічною основою стала концепція прихильності Д.Баумрінд, яка виділила авторитетну, авторитарну й ліберальну стратегію. Також для нас важливим був аналіз впливу травмівних ситуацій у дитинстві, спричинених найближчими людьми, зокрема батьками або особами, які їх заміняли, які також у подальшому можуть вплинути на вибір дорослою людиною стратегії батьківства. Окрім цього, на нашу думку, важливим є ступінь усвідомлення батьківських виховних впливів та їх репрезентація у свідомості молодих людей.

Важливим аспектом реалізації батьківства є й опанування та виконання батьками репертуару соціальних навичок, знання вікових особливостей дітей, враховування їхніх індивідуальних особливостей та особливостей розвитку. Останнє вимагає від батьків самоосвіти й самоудосконалення, яке можливо досягти сьогодні завдяки різноманітним програмам освіти для дорослих.

РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ БАТЬКІВСЬКОЇ СІМ'Ї НА СТРАТЕГІЇ РЕАЛІЗАЦІЇ БАТЬКІВСТВА

2.1 Методичне забезпечення та процедура емпіричного дослідження

Завданням емпіричного дослідження було виявлення особливостей впливу батьківської сім'ї на стратегії реалізації батьківства.

Методологічною основою дослідження є концепція прихильності Дж.Боулбі, концепція V.Felitti, R.Anda про негативний дитячий досвід та його вплив на психічне благополуччя особистості, концепція усвідомленого батьківства Дж.Сігеле та концепція стилів сімейного виховання, розроблена Д.Бомрінд.

Емпіричне дослідження проводилось в 3 етапи:

- на основі проведеного теоретико-методологічного аналізу праць з даної тематики й визначених критеріїв впливу батьківської сім'ї на вибір стратегії реалізації батьківства, зокрема тип прихильності, наявність негативного досвіду в сім'ї до досягнення дитиною повноліття, репрезентація у свідомості батьків досвіду виховання у батьківській сім'ї та власного досвіду, розроблено програму емпіричного дослідження, визначено комплекс психодіагностичного інструментарію;
- проведено емпіричне дослідження, здійснено статистичну обробку отриманих результатів;
- здійснено якісний аналіз характеру взаємозв'язків досліджуваних показників, визначено особливості впливу батьківської сім'ї на вибір стратегії реалізації батьківства.

У дослідженні взяли участь 48 респондентів, з них 47 жінок, матерів дітей віком від 3 до 20 років.

Досвід виховання у власних батьківських сім'ях ми вивчали з допомогою Тесту на визначення якості прив'язаності (**Measure of Attachment Qualities - MAQ**). Тест був розроблений К. С. Карвером у 2013 році. [24], Міжнародного опитувальника Всесвітньої організації охорони здоров'я про

негативний дитячий досвід (автори V.Felitti, R.Anda) [17] та авторської анкети. Стратегії батьківства, тобто ставлення батьків, способи контролю і впливу на дітей, способи спілкування, задоволення емоційних потреб, вивчалися з допомогою методики **PARI (parental attitude research instrument)**. Автори - американські психологи Е. С. Шефер і Р. К. Белл [15].

«Тест на визначення якості прив'язаності» (Measure of Attachment Qualities - MAQ) був розроблений К. С. Карвером у 2013 році. Опитувальник створено з метою діагностики прихильності дитини до матері (або значущого дорослого), а також для оцінки того, як діти сприймають надійність своїх взаємин з батьками, наскільки захищеними вони почуваються в контексті цих взаємин.

Тест базується на відповідях по типу самозвіту. Питання у тесті групуються у 4 шкали, які відповідають 4 типам прив'язаності: «безпека»; «уникнення»; «амбівалентність занепокоєння», що відповідає тривожно-амбівалентній прив'язаності; та «амбівалентність заглиблення у себе», що відповідає дезорганізованому типу прив'язаності.

Інструкція: Дайте відповідь на запитання, звертаючи увагу на те, наскільки ви з ними погоджуєтесь або не погоджуєтесь. Будь ласка, спробуйте бути точним, наскільки це можливо та постарайтеся, щоб ваша відповідь не впливала на інші відповіді. Тут немає правильних чи неправильних відповідей, ви просто висловлюєте свої почуття та власну думку. Вибирайте з поміж цих варіантів відповідей: 1 = «Я більшою мірою Не погоджуюся з твердженням». 2 = «Я певною мірою Не погоджуюся з твердженням». 3 = «Я певною мірою погоджуюся з твердженням». 4 = «Я більшою мірою погоджуюся з твердженням».

1. Я почуваюся добре, коли я поруч з людиною.
2. Я часто переживаю, що мій партнер насправді не любить мене.
3. Мені важко утримати інших настільки близько, наскільки я хочу.
4. Мені легко бути поруч з іншими.
5. Я часто переживаю, що мій партнер не захоче залишитися зі мною.

6. Інші хочуть, щоб я був/була ближчою, ніж я цього хочу.
7. Це приємно бути поруч з кимось.
8. Мені добре поруч з іншими.
9. Я не засмучують, коли мене покидають люди.
10. Моя звичка заглиблюватися у себе відштовхує інших.
11. Я не хочу бути близьким/близькою з іншими людьми.
12. Люди неохоче зближуються зі мною, у той час як я цього прагну.
13. Мені стає некомфортно, коли хтось хоче зблизитися.
14. Зближення з кимось надає мені сили.

Ключ до опитувальника:

Пункти 4, 8 та 9 зворотньо закодовані.

Безпека - пункт 1, 7 та 14. Уникнення - пункт 4, 6, 8, 11 та 13. Амбівалентність занепокоєння - пункти 2, 5 та 9. Амбівалентність заглиблення у себе - 3, 10 та 12. Отримані дані описаного вище опитувальника дозволили визначили кількість респондентів з різним типом прив'язаності.

Наступний метод, який використовувався у дослідженні, - це «Співбесіда про дорослу прив'язаність» (автор Мері Мейн) [40]. Мері Мейн та її колеги, висловлюючи припущення про те, що, можливо, деякі епізоди дитинства батьків відіграють певну роль у їх ставленні до власних дітей, запропонувала метод досліджень «Співбесіда про дорослу прив'язаність». Співбесіда дає змогу розпитати батьків про спогади, що залишилися в них з дитинства. Таким чином, можна визначити тип дорослої прив'язаності, почувши, як батьки розповідають історію раннього життя іншому дорослому. Саме спілкування дорослого з дорослим, а не розповіді батьків своїх дітям про їхнє дитинство, найкраще демонструє особливості прив'язаності. Ці моделі наративу співвідносяться з типом прив'язаності. Як згадує авторка [40], діти часто демонструють різні моделі прив'язаності до різних дорослих у своєму житті.

Як стверджує М.Майн, історії життя, поки воно триває, можуть розвиватися. Здатність інтегрувати минуле, сучасне і майбутнє дає змогу досягнути більшої цілісності самопізнання. Ця чимраз цілісніша історія

пов'язана з рухом до шляху надійної прив'язаності у дорослому віці. Тобто розвиток може змінити тип прив'язаності. Студії вивчення прив'язаності [32] продемонстрували, що люди, які мали ненадійний тип дитячої прив'язаності, цілком можуть рухатися у напрямі «надійного». Цей тип «набутої» прив'язаності має важливу роль у нашому розумінні когерентного функціонування і можливості змін. В осіб, які досягли надійного типу прив'язаності, могли бути тривожні стосунки з батьками, але стосунки у дорослому віці, як особисті, так і терапевтичні, допомогли трансформувати захисне ставлення у близькість.

Тож ми розпитали респондентів з різним типом прив'язаності про їхній досвід дитинства. Критерії аналізу нарративу: цінування стосунків, гнучкість, об'єктивність, цілісність, осмислення власного досвіду та його впливу на теперішні і майбутні стосунки, прогнозованість майбутнього, описи емоційної близькості, деталі окремих випадків з дитинства з описами емоційних реакції батьків і своїх. Даний метод допоміг нам дослідити такий феномен як «набута надійна прив'язаність» і упевнитися у гіпотезі про те, що осмислення дитячого досвіду виховання у батьківській сім'ї сприяє побудові емоційної близькості з власною дитиною і формування в неї надійної прив'язаності.

Оскільки дитина в сім'ї переживає різний досвід виховання, і позитивний, і негативний, який згодом може відтворитися у спілкуванні з власними дітьми, ми поцікавились, чи були випадки насилля, травмівні ситуації у респондентів нашої вибірки і чи є зв'язок між негативним дитячим досвідом і типом прив'язаності. З цією метою ми звернулися до **Міжнародного опитувальника Всесвітньої організації охорони здоров'я про негативний дитячий досвід**. Розробниками опитувальника є команда лікарів V.Felitti, R.Anda. Вчені вказали на чіткий зв'язок між багатьма видами проблем у дитинстві та фізичними хворобами та психічними розладами у дорослому. Респондентам пропонувалося 10 запитань - травмівних ситуацій, стверджувальні відповіді на які оцінювалися одним балом. До таких травм належать: словесні приниження й образи; відсутність емоційної та фізичної уваги; жорстоке поводження й зґвалтування; проживання в сім'ї, де один з батьків страждає на депресію чи психічну хворобу

або є залежним від алкоголю чи інших речовин; спостереження жорстокого поводження матір'ю, втрата одного з батьків через роздільне проживання чи розлучення. Визначається 10 видів негативного дитячого досвіду, але нові дослідження виявляють й інші типи дитячих травм: смерть одного з батьків, спостереження жорстокого поводження з братом чи сестрою, соціальне насилля, зростання в бідності, спостереження жорстокого поводження матері з батьком, знущання однокласників чи вчителя.

У дослідженнях Вінсента Дж.Фелліті і Роберта Енда дві третини (64%) респондентів відповіли «Так» на одне або дві запитань. Опитувані - середнього класу американці, жінки й чоловіки з хорошою освітою, переважно білошкірі, медичною страховкою та стабільною роботою.

Це означає, що вони пережили принаймні одну з форм дитячих травм до 18 років. А 87% з тих, хто відповів «Так» на запитання також мали негативний дитячий досвід. 40% зазнали двох або більше видів негативного дитячого досвіду, а 12,5 % набрали в опитувальнику чотири і більше балів. [38].

У своїх дослідженнях вчені виявили, що люди з чотирма балами ННД мають удвічі більший ризик захворіти на рак, ніж ті, хто набрав нуль балів [36]. З кожним балом ННД ризик потрапити до лікарні з аутоімунним захворюванням збільшується на 20%. Ті, хто має чотири бали, страждатимуть на депресію на 460% ймовірніше, ніж ті у кого нуль балів» [36].

Фелітті стверджує, що час не загоює усіх ран. Не можна «просто пережити» щось, бо це нагадає про себе навіть через 50 років. Час приховує. І людський організм перетворює травматичний емоційний досвід дитинства на фізичне захворювання [38].

Опитувальник негативного дитячого досвіду (НДД).

1. Чи бувало таке, що хтось з батьків або інших дорослих удома часто або дуже часто сварився на вас, ображав, осуджував чи принижував? Можливо, поведився так, що ви починали боятися фізичного болю?

2. Чи бувало таке, що хтось з батьків або інших дорослих удома часто або дуже часто штовхав вас, хапав, бив або кидав щось у вас? Можливо, вдаряв так сильно, що залишався слід чи ушкодження?

3. Чи бувало таке, що дорослий або людина, яка була старша за вас щонайменше на п'ять років, колись пестила вас або торкалася свого тіла із сексуальними натяками? Можливо, намагалася доторкнутися до вас чи доторкнулася неприпустимим чином, або ж сексуально домагалася вас?

4. Чи відчували ви часто або дуже часто, що ніхто в сім'ї не любить вас або не вважає важливим і особливим? Або ж ви відчували, що члени вашої родини не дбають та не підтримують одне одного, в родині відсутня близькість?

5. Чи відчували ви часто або дуже часто, що у вас недостатньо їжі, вам доводиться носити брудний одяг, ніхто не може захистити вас? Чи бувало таке, що ваші батьки перебували у стані алкогольного чи наркотичного сп'яніння й не могли подбати про вас або відвести до лікаря, коли вам це було потрібно?

6. Чи втрачали ви когось з біологічних батьків через розлучення, відмову або з інших причин?

7. Чи бувало таке, що вашу біологічну або названу матір часто чи дуже часто штовхали, хапали, били або кидали щось у неї? Чи бувало таке, що її іноді, часто або дуже часто вдаряли, кусали, били кулаком чи вдаряли чимось важким? Або постійно били протягом кількох хвилин, чи загрожували вогнепальною або холодною зброєю?

8. Чи ви жили колись з людиною, яка мала проблеми з алкоголем або вживала наркотики, купуючи їх на вулиці?

9. Чи перебував хтось з вашої родини у депресії, можливо, мав психічну хворобу або вчинив самогубство?

10. Чи перебував хтось з вашої родини у в'язниці?

Знання і визнання НДД як однієї з причин проблем зі здоров'ям фізичним і ментальним у дорослому віці сприяють швидшому одужанню. У старій приказці про те, що знання – це сила, є правда. Тільки тоді, коли людина розуміє силу впливу й ураження від травмивного досвіду, вона буде робити науково

обґрунтовані кроки, аби позбутися цього впливу. Мозок і тіло ніколи не залишаються статичними: вони завжди перебувають у процесі становлення і розвитку.

З допомогою даних, отриманих з допомогою авторського опитувальника, ми змогли вивчити уявлення матерів з різних типом прив'язаності і НДД про виховання у батьківській сім'ї та у власній. А також дізналися від яких стратегії виховання вони відмовилися, а які – запозичили.

Анкета визначення впливу батьківської сім'ї на вибір стратегії батьківства

«Вітаємо! Просимо Вас взяти участь в опитуванні, метою якого є вивчення особливостей впливу батьківської сім'ї на вибір виховних засобів, способу спілкування з дитиною тощо. Результати дослідження допоможуть визначити необхідні психологічні інструменти підвищення ефективності батьківства.

Опитування анонімне. Щиро будемо вдячні за об'єктивні відповіді»

1. Ваша стаття
2. Ваш вік.
3. Опишіть свій досвід виховання. Яка метафора або образ у вас виникає у зв'язку з вашим вихованням у сім'ї?
4. Чи хотіли б Ви відтворити у своїй сім'ї той стиль виховання, який був у батьківській? Так. Ні. Частково.
5. Якщо ваша відповідь була «Ні» або «Частково», то що саме Ви б хотіли змінити?
6. Які батьківські настанови (що саме) ви хотіли б запозичити у батьківській сім'ї?
7. Яка метафора або образ у Вас виникає щодо виховання власної дитини / дітей?

Методика PARI (parental attitude research instrument) використовувалася для вивчення ставлення батьків (насамперед матерів) до дітей.

Автори - американські психологи Е. С. Шефер і Р. К. Белл. У методиці виділені 23 шкали, що стосуються різних сторін ставлення батьків до дитини і життя в сім'ї. Ми використали 15, які стосуються батьківсько-дитячих відносин. Ці 15 шкал групуються в три групи за наступними ознаками: I - оптимальний емоційний контакт, II - зайва емоційна дистанція з дитиною, III - зайва концентрація на дитині.

I. Оптимальний емоційний контакт (складається з 4 ознак - 1, 14, 15, 21): вербалізація, спонукання дитини словесно проявлятися(1); партнерські взаємини (рівність батьків і дітей) (14); розвиток активності дитини (15); товариські стосунки між батьками і дитиною (21).

II. Зайва емоційна дистанція з дитиною (складається з 3 ознак, їх номери наступні 8, 9, 16): дратівливість, запальність (8); суворість, надмірна суворість (9); ухилення від контакту з дитиною (16).

III. Надмірна концентрація на дитині (описується 8 ознаками, їх номери 2, 4, 6, 10, 12, 18, 20, 22): надмірна турбота, встановлення взаємин залежності (2); подолання опору, пригнічення волі (4); створення безпеки, побоювання образити (6); виключення позасімейних впливів (10); пригнічення агресивності (12); пригнічення сексуальності (18); надмірне втручання у світ дитини (20); прагнення прискорити розвиток дитини (22). Кожна ознака вимірюється за допомогою 5 суджень.

Опитувані оцінюють кожне твердження за 4-бальною шкалою: «Повністю згідний» (4 бали), «Швидше згідний, аніж ні», «Швидше не згідний, аніж згідний», «Абсолютно не згідний» (1 бал). Бали підсумовуються за кожною з наведених вище шкал. Максимально можливий – 20 (ознака виражена яскраво), мінімальний – 5 (ознака не виражена). Бали переводяться у стени за таблицею []. Якщо сирий бал потрапляє у стени від 1 до 3, то це свідчить про низький рівень вираження ознаки. Якщо від 4 до 7, то це свідчить про помірне вираження ознаки у процесі виховання. Бал, який потрапляє у стени від 8 до 10, відображає високий прояв ознаки. На основі отриманих оцінок визначається провідний тип батьківського виховання.

Так, можна говорити про вираження *гіперопіки*, якщо батьки отримують високі бали за шкалами 2-надмірна турбота, 10-залежність дитини від матері, виключення позасімейних впливів, 12-пригнічення агресивності дитини, 18-пригнічення сексуальності дитини, 20-втручання батьків у світ дитини, нав'язливість батьків.

Батьки у більшій мірі схильні до *демократичного* виховання дітей, якщо набирають високі або середні бали за шкалами 1-вербалізація, 14-партнерські стосунки, 15-заохочення активності дитини, 21-товариські стосунки між батьками і дітьми.

Схильність батьків до *авторитарного* стилю виховання відображається у високих балах за шкалами 4-пригнічення волі дитини, 7-подружні конфлікти, 8-суворість батьків, 13-незадоволеність роллю господині.

На цьому етапі ми виявили який емоційний контакт з дитиною і стратегії виховання притаманні батькам з тим чи іншим типом прив'язаності та досвідом виховання у батьківській сім'ї.

Математична обробка даних, кореляційний аналіз здійснювалися з допомогою програмного забезпечення Excel.

2.2. Результати емпіричного дослідження

Наявність приятних та близьких стосунків з батьками є одним із важливих чинників відчуття людиною задоволеності життям, гармонійних стосунків з оточенням. Події сьогодення доводять, що вміння створювати та підтримувати близькі стосунки не втрачає своє значення. Добрі стосунки, особливо у ранньому дитинстві, – той психологічний простір, у якому може розвиватись здорова психіка дитини. Натомість відсутність таких стосунків у ранньому дитинстві може призвести до порушень психічного розвитку або до тяжких розладів поведінки, що залишаються протягом усього життя. Ранні дитячі травми, які особа переживає у своїх перших значимих стосунках, мають неабиякий вплив на її функціонування у дорослому віці у різних сферах життя, зокрема у сфері батьківства. Отже, важливим є визначення можливого впливу раннього досвіду

та формування типу прив'язаності на вибір батьками стратегій поведінки; виявлення особливостей взаємозв'язку між сформованим типом прив'язаності (репрезентацією прив'язаності) особистості та ставлення батьків до дитини, емоційного зв'язку, стилю сімейного виховання.

Результати діагностики типу прив'язаності показали, що у 65% респондентів переважає унікаючий тип прив'язаності (див. рис.2.1). У дорослому віці особи з репрезентацією унікаючої прив'язаності проявляють потребу втечі та дистанціювання у стосунках в ситуації виникнення конфліктів. З досліджень М. Ейнсворт (Ainsworth, 1978) випливає, що матері дітей з унікаючим типом прив'язаності не виявляли тонкочуттєвості до задоволення емоційних потреб дитини. Цікавим є той факт, цей тип описує ставлення дитини до матері, в якому дитина неначе байдужа щодо присутності чи відсутності матері – вона не проявляє ані яскравого суму, коли мати відлучається, ані радості, коли вона повертається. Вдаваність такої байдужості дітей з унікаючою прив'язаністю доводять експерименти, у яких під час відходу та повернення матері фіксували значні стрибки фізіологічних реакцій, які свідчать про стрес. Проте явних ознак цього стресу дитина не проявляла (Бріш, 2012).

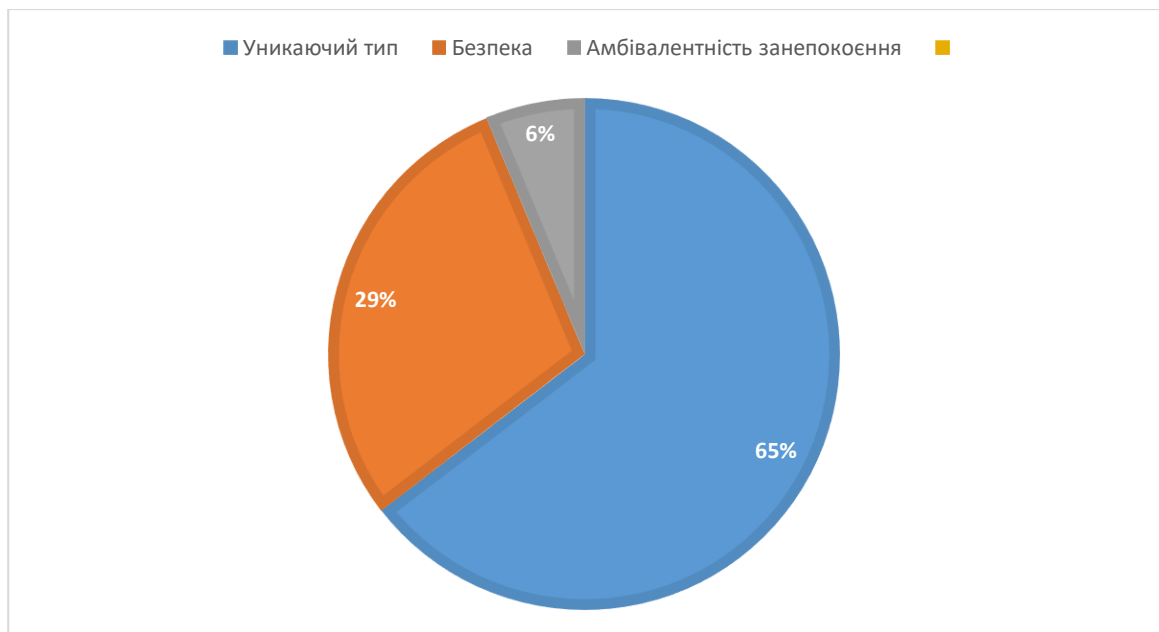


Рис 2.1. Розподіл відповідей респондентів за Тестом на визначення якості прив'язаності (Measure of Attachment Qualities - MAQ).

У 29% досліджуваної вибірки виявлено надійну прив'язаність. Цей тип відображає прихильність та позитивне ставлення до матері. Коли мати відлучається на якийсь час, то дитина проявляє сум, плач та тугу за нею, проте відразу після повернення матері дитина заспокоюється та розділює з нею свої емоції, грається з нею. У дорослому віці такі особи характеризуються високим рівнем довіри до інших, здатні любити та створювати тривалі глибокі стосунки, з власними дітьми зокрема (Боулбі, 2015). М. Ейнсворт зазначає, що чутливість, емпатійність матері до потреб і сигналів дитини та здатність вчасно та адекватно на них реагувати протягом першого року життя є передумовою для формування безпечної, надійної прив'язаності (Ainsworth, 1978).

6% респондентів притаманний тривожно-амбівалентна прив'язаність. Дитина з таким типом прив'язаності одночасно відчуває любов, гостру потребу в матері і водночас злість, образу на неї. Немовля гостро виявляє сум та страждання тоді, коли мати відходить, аж до неможливості заспокоєння, але відразу після приходу матері немовля не може вгамуватись, натомість починає злитись на матір за її відсутність та відштовхує її. У цьому фактично і розгортається амбівалентне ставлення дитини до матері (Ainsworth, 1982). Такий тип прив'язаності, на думку дослідників, формується через амбівалентність та тривожність самої матері. Під час свого контакту з дитиною вона проявляє надмірну увагу до дитини, заохочує її до гри, але потім швидко виснажується та відштовхує дитину. У дорослому віці у батьківсько-дитячих взаєминах такі батьки можуть надміру контролювати й опікувати через недовіру дитині, у її можливості впоратися з різноманітними ситуаціями або через страх її втратити; вимагати надміру уваги до себе, прогнозувати майбутню самотність.

Значення визначення типу прив'язаності у респондентів полягає у тому, що тип прив'язаності, який сформувався у дитинстві, носить характеристику «безперервності», тобто проявляється у майбутніх стосунках родителя і дитини. Дж. Боулбі пояснює безперервність прив'язаності тим, що в людини формуються певні стабільні моделі поведінки, які він називає внутрішніми

робочими моделями. Вони є спочатку гнучкими, потім більші стабільними, допоки не стають частиною психічної структури людини [34].

Оскільки дитина в сім'ї переживає різний досвід виховання, і позитивний, і негативний, який згодом може відтворитися у спілкуванні з власними дітьми, ми поцікавились, чи були випадки насилля, травмівні ситуації у респондентів нашої вибірки, і чи є зв'язок між негативним дитячим досвідом і типом прив'язаності. З цією метою ми звернулися до **Міжнародного опитувальника Всесвітньої організації охорони здоров'я про негативний дитячий досвід**. Розробниками опитувальника є команда лікарів V.Felitti, R.Anda. Розподіл відповідей респондентів представлено на рис. 2.2.

Перші п'ять запитань опитувальника - особисті: про емоції та фізичні чинники стресу, з якими мали справу досліджувані в дитячому і підлітковому віці. Йшлося про випадки, коли хтось ображав, принижував чи змушував дитину відчувати страх (емоційне насилля); бив, штовхав (фізичне насилля) або торкався із сексуальними натяками (сексуальне насилля). Ці запитання також окреслювали ситуації, коли пацієнт почувався непотрібним у сім'ї або члени родини не піклувалися одне про одного. Питання стосувалися й відчуття захищеності, а також нехтування економічними потребами дитини (економічне насилля), зокрема потреби в чистому одязі, їжі та медичній допомозі.

Наступні п'ять запитань стосувались інших членів сім'ї: особливостей сімейної ситуації в період дорослішання. Наприклад, втрата одного з батьків через роздільне проживання чи розлучення; спостереження фізичного насилля щодо матері; проживання в одному будинку з людиною, яка має залежності; проживання в одному будинку з людиною, яка страждає на депресію або інші психічні чи поведінкові розлади, або яка має суїцидальні схильності; випадки, коли член сім'ї перебував у в'язниці. Тим чи іншим чином усі десять запитань пов'язані з сімейними дисфункціями.

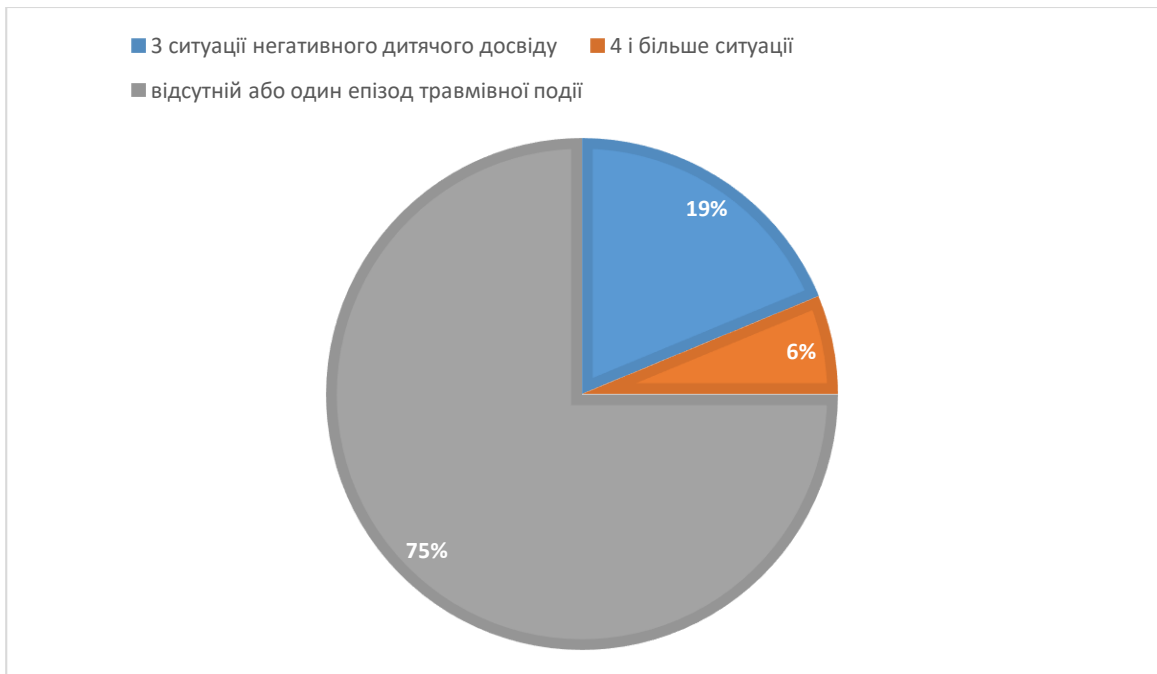


Рис. 2.2. Розподіл відповідей респондентів за опитувальником НДД.

У дослідженнях, які проводилися в Сполучених Штатах, авторами методики Вінсентом Дж.Фелліті і Робертом Енда, 36% респондентів відповіли «Так» на три і більше запитань, тоді як у нашому дослідженні – 25%. Звісно, ці дані потребують уточнень і подальших досліджень більш широкою вибіркою, та все ж припускаємо, що рівень сімейного насилля в Україні нижчий. Решта, дві третини (64%) респондентів відповіли «Так» на одне або два запитань. У нашому дослідженні три третини (75 %) опитуваних. Це означає, що вони пережили принаймні одну з форм дитячих травм до 18 років.

З'ясувалося, що 9 осіб (6% від загальної вибірки) пережили три форми дитячих травм у віці до 18 років. Це опитувані з надійним (3 осіб) і унікаючим типом прив'язаності (6 осіб). Автор методики Фелітті стверджує, що «період немовляти й роки дитинства не зникають, а, ніби дитячі відбитки у сирому цементі, залишаються довічно» [38]. І ці відбитки ми можемо спостерігати на рівні фізичного, психічного здоров'я, у соціальних відносинах.

12 осіб (19% від загальної вибірки) мали від 4 до 8 травмивних подій чи ситуацій, які часто або дуже часто повторювалися. З них переважна більшість, 9 – жінки з унікаючим типом прив'язаності. Троє - з надійним. Двоє з них мали близькі і теплі стосунки з матір'ю, однак батько мав алкогольну залежність і психічні розлади, вчиняв насилля над опитуваними, їхніми матерями, свідком

чого були опитувані (7 і 8 з 10 можливих балів). Наступний кейс надійного типу прив'язаності стосується респондентки з 4 балами ННС. Жінка зазнавала фізичного насилля у сім'ї, однак мати виступала тим дорослим, який надавав підтримку, любов і таким чином дещо нівелював травмівний вплив.

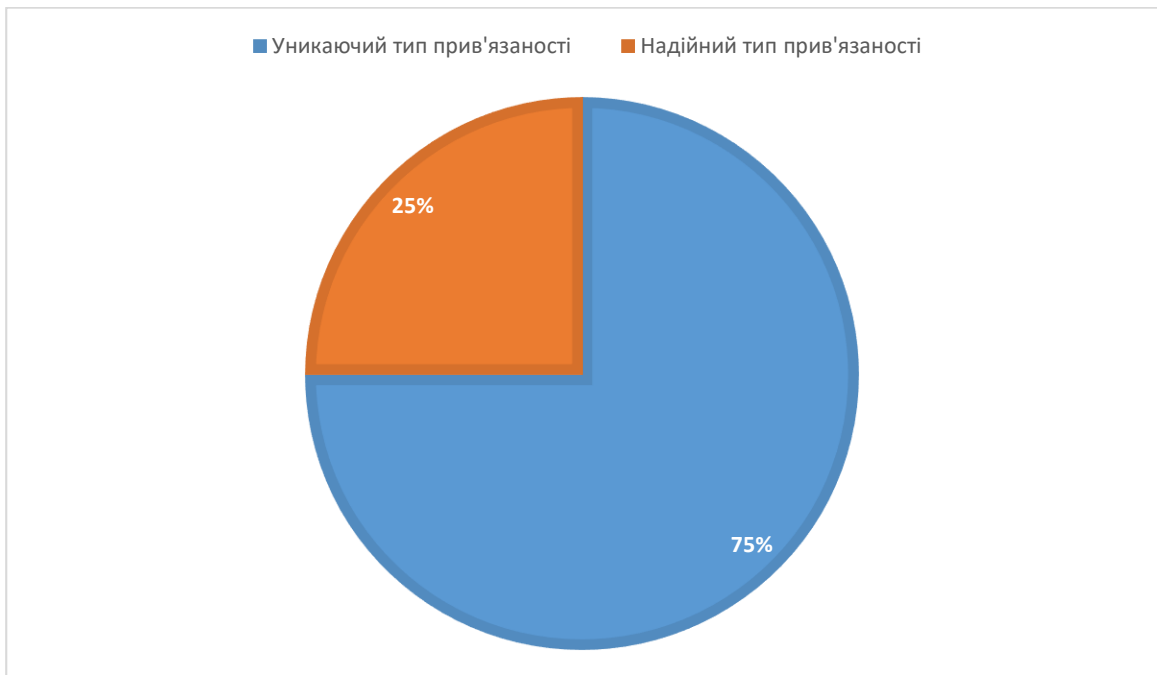


Рис.2.3. Розподіл відповідей респондентів з високим рівнем травматизації у дитячому віці

Коефіцієнт кореляції за Пірсоном показав прямий кореляційний зв'язок унікаючого типу прив'язаності і високої травматизації у віці до 18 р. (4+ балів за опитувальником ННС) ($r=0,345$ при $p < 0,01$). Це означає, що значна кількість травмівних факторів у дитячому віці сприяє формування унікаючого типу прив'язаності. Відзначимо, що декілька жінок з надійним типом прив'язаності також зазнали травмівних вплив. Уміння будувати довірливі, тонкочуттєві стосунки зі світом вдалося розвинути завдяки значущим дорослим, які все ж були поруч і надавали підтримку і прийняття.

«Життя дітей – це певною мірою глава в історії їхніх батьків», - такі роздуми веде Даніель Дж. Сігел. Кожне покоління зазнає впливу попередніх поколінь і впливає на наступні. І хоч батьки намагаються з найкращих спонукань обирати ті чи інші стратегії виховання, стається так, що дорослим не вистачає раннього досвіду, який би вони хотіли передати дітям [41].

Історії життя, поки воно триває, можуть розвиватися. Здатність інтегрувати минуле, сучасне і майбутнє дає змогу досягнути більшої цілісності самопізнання. Ця чимраз цілісніша історія пов'язана з рухом до шляху надійної прив'язаності у дорослому віці. Тобто розвиток може змінити тип прив'язаності. Студії вивчення прив'язаності [40] продемонстрували, що люди, які мали ненадійний тип дитячої прив'язаності, цілком можуть рухатися у напрямі «надійного». Цей тип «набутої» прив'язаності має важливу роль у нашому розумінні когерентного функціонування і можливості змін. В осіб, які досягли надійного типу прив'язаності, могли бути тривожні стосунки з батьками, але стосунки у дорослому віці, як особисті, так і терапевтичні, допомогли трансформувати захисне ставлення у близькість.

Мері Мейн та її колеги, висловлюючи припущення про те, що, можливо, деякі епізоди дитинства батьків відіграють певну роль у їх ставленні до власних дітей, запропонувала метод досліджень «Співбесіда про дорослу прив'язаність». Співбесіда дає змогу розпитати батьків про спогади, що залишилися в них з дитинства. Таким чином, можна визначити тип дорослої прив'язаності, почувши, як батьки розповідають історію раннього життя іншому дорослому. Саме спілкування дорослого з дорослим, а не розповіді батьків своїх дітям про їхнє дитинство, найкраще демонструє особливості прив'язаності. Ці моделі нарративу співвідносяться з типом прив'язаності. Як згадує авторка [40], діти часто демонструють різні моделі прив'язаності до різних дорослих у своєму житті.

Ми провели бесіду з декількома респондентами з різним типом прив'язаності, в якій попросили розповісти нам історію свого дитинства. Критерії аналізу нарративу: цінування стосунків, гнучкість, об'єктивність, цілісність, осмислення власного досвіду та його впливу на теперішні і майбутні стосунки, прогнозованість майбутнього, описи емоційної близькості, деталі окремих випадків з дитинства з описами емоційних реакції батьків і своїх. Приклад розповіді жінки з прив'язаністю уникнення: «Мої батьки, я жили у власному домі, де були всі умови для мого доброго дитинства. Ми відвідували багато заходів. Мене вчили відрізняти добро від зла, показували перспективні

напрями у виборі професії. Я точно не пам'ятаю, як усе було, але точно було все добре, звичайне дитинство. Так, життя тоді було чудовим». Як бачимо, розповідь хоч і містить логічну послідовну історію, однак без конкретики, без опису епізодів «чудового» життя й особистих переживань. Тобто думки, висловлені цією жінкою в лінійний спосіб, не вказують на інтеграцію пам'яті, емоцій, особистого зв'язку та процесу плину минулого в сучасне та їхнього впливу на майбутнє.

Наступна сімейна історія респондентки з набутою надійною прив'язаністю: «Мої батьки були дуже турботливими і люблячими, проте батько мав проблеми з алкоголем. Тому, коли я з братом зростала в нашому домі, наш досвід міг бути цілком неперебачуваним. Мені допомагало те, що мама знала, наскільки сильно я боюся батька, коли він випивав. Вона чудово розуміла і докладала усіх зусиль, щоб допомогти мені почуватися у безпеці. Я дуже лякалась, хоч у той час страх уважала чимось нормальним. Але, міркуючи про це тепер, я усвідомлюю, як сильно агресивна і непередбачувана поведінка батька під час запоїв впливала на моє життя аж до двадцяти років. І лише те, що я пішла з дому, навчаючись в університеті, успішна терапія допомогли оцінити по новому те, що відбувалося. Саме під час терапії я створила власну сім'ю, народила дитину. Спершу було вкрай важко справлятися з тим, що я не можу контролювати свого чоловіка, заспокоювати сина, коли той плакав. Я хвилювалася і міркувала, чому у мене так мало терпіння. Мені довелося багато працювати, щоб стати кращою матір'ю. Тепер я реаую спокійніше, чудово ладнаю з чоловіком і сином. Навіть стосунки з батьком дещо покращились. Йому довелося багато пережити, і я починаю розуміти, який біль він намагався заховати у такий спосіб як алкоголь. На диво, він майже не вживає алкоголю тепер, ми почали більше спілкуватися».

Ця жінка пережила у дитинстві складний досвід, але змогла його переосмислити. Вона визнає вплив своїх дитячих стосунків, як добрих, так і поганих, на власний розвиток і роль матері. Її роздуми цілком неупереджені, і вона продовжує процес осмислення свого життя. Її дітям пощастило, їхня мати

зараз відчувається надійно і може надалі піклуватися про них так, що це наповнює їхнє життя почуттям безпеки і зв'язку з світом. Можливість змін є завжди.

Підсумовуючи зазначимо, що історії дорослих з надійною прив'язаністю характеризують високе цінування стосунків, гнучкість, об'єктивність. Вони інтегрують своє минуле з сучасним і прогнозованим майбутнім. Це цілісні нарративи, котрі розповідають, як людина осмислила історію свого життя. Наративи дорослих з набутою надійною прив'язаністю також характеризують цілісність і осмислення власного досвіду. Батьки з ненадійною прив'язаністю, які пережили у дитинстві неприйняття і емоційну недоступність, не надто чутливі до сигналів власної дитини. Оповідачі часто наполягають на тому, що не пам'ятають власного дитинства. Розповіді демонструють незалежність і відсторонення від близькості. Водночас дослідження [41] засвідчують, що тілесні реакції дітей і дорослих цієї категорії вказують на те, що несвідомий розум цінує присутність інших в їхньому житті.

Високий дослідницький інтерес у нас викликали відповіді респондентів на відкриті запитання авторської анкети про досвід виховання у власній сім'ї. Якісний аналіз даних дав нам більш повну картину того, які почуття респонденти переживали у дитинстві, через що їм довелося пройти («крізь терни до зірок»), які стратегії вони свідомо змінюють і який стосунок вибудовують з власними дітьми.

Свій досвід виховання жінки з унікаючим типом прив'язаності і високими балами (4+) НДД описували наступним чином: «тоталітарна мама», «Бардак, хаос, сварки, алкоголізм, але хороша картинка для суспільства», «Курка з підрізаними крилами», «Свобода на грані відчуженості», «Скорпіон», «Неповага», «Жорстокість, приниження, контроль», «Постійне переживання страху, мала завжди відповідати очікуванням», «Вирощування, плекання потрібних і зручних якостей, осуд незручних», «Американські гірки». Були і відсутні відповіді.

Жінки з надійним типом прив'язаності і високими балами (4+) НДД досвід виховання описували наступним чином: «Любов і доброта матері, як світло і тепло сонця», «Люби як душу, труси як грушу», «Самотність».

Учасниці дослідження з амбівалентно-тривожним типом прив'язаності описали свій досвід дитинства так: «Постійне переживання страху, мала завжди відповідати очікуванням» (5 балів НДД), «Безпечне фізичне середовище зі зверненням першочергової уваги на матеріальний світ і добробут, ніж на почуття і емоції» (1 бал НДД). Ще одна учасниця не дала відповіді, натомість як метафору виховання власних дітей написала «Не повторити помилок моїх батьків» (3 бали НДД).

Досліджувані з надійним типом прив'язаності описали свої стосунки з батьками у дитинстві як «Тепло» (3), «У мене була найкраща мама», «Баланс між підтримкою та свободою», «Довіра» та ін.

Здійснюючи якісний аналіз відповідей респондентів на запитання про те, які батьківські стратегії хотіли б змінити і не повторити у вихованні власних дітей, ми згрупували їх у наступні блоки, які відображають сімейне спілкування, емоційну дистанцію членів сім'ї «Близькість, геть до спутаних і нечітких кордонів – автономія і відчуження», міру свободи чи контролю, а також провідні потреби, такі як безпека, любов, довіра. Задоволення цих потреб у ранньому, зокрема немовлячому віці створює підґрунтя для усіх решта психічних надбудов особистості, формує фундаментальне ставлення до себе і до світу як дружнього або ворожого, зрештою формує тип прив'язаності, певні моделі поведінки, які проявляються у майбутньому. Отже, відповіді респондентів розподілилися наступним чином:

- *Змінити все* (2);
- *Безпека* - «Я б хотіла, щоб моя дитина відчувала себе в безпеці і могла передбачити, що її чекає цього вечора. Тобто відчувала спокій, комфорт, безпеку і довіру», «Щоб моя сім'я була безпечним місцем для моїх дітей, щоб мої діти почувалися у нашій сім'ї вільними, щоб це було щасливе місце для них, щоб вони хотіли з нами разом проводити час»;

- *Любов* – «Проявляти почуття любові і турботи» (5), «Я маю і хороші спогади з дитинства - поїздки, читання разом, а хотіла б щоб мої батьки могли проявляти любов не тільки функціональним способом, відчувати що мене досить для того щоб мене любили тоді», «Хочу щоб мої діти любили батька»;
- *Довіра* - «Більше довірливих стосунків» (4), «Більше довірливих/дружніх відносин з мамою» (2), «Я хочу теплу, довірливу атмосферу, без звинувачень і претензій, багато прийняття і підтримки без алкогольної чи іншої залежності»;
- *Емоційна близькість і розуміння дітей* - «Бути більш близькими з дітьми», «Навчитись чути своїх дітей і точно розуміти про що вони мені говорять», «Цікавлюсь почуттями, думками і бажаннями дитини, жалію її, витримую в істеричі, якщо підвищила голос - вибачаюсь. Ми багато справ робимо разом. Хвалю і часто звертаю увагу на те, що їй вдається. Кажу про свою любов. Цього всього не було у мене», «Більше поваги в родині та відповідальності» (2), «Любов, спілкування, набуття необхідного досвіду дитиною через власні помилки - "крізь терни до зірок"», «Сам процес проведення часу з дітьми, розмови з дітьми, обійми, турбота», «Чути і бачити дитину»;
- *Авторитаризм і гіперконтроль* – «Мої батьки дещо авторитарні. Я б хотів уникнути цього. Поки вдається», «Прибрати гіперопіку і тиск»;
- *Спілкування* - «Більше взаємопорозуміння дати сім'ї/спілкування», «Не ображати, підтримувати, не порівнювати постійно з кимось і найважливіше, завжди говорити, у будь-якій ситуації, а не мовчати днями, тижнями, місяцями», «Додати спокій, не кричати, додати повагу»;
- *Аддикції і розлучення* - «Виключити проблему з алкоголем у батька і пов'язане з цим розлучення і виховання тільки однією матір'ю. Це привело до відсутності повноцінного образу батька, чоловіка як чоловіки, його ролі у сім'ї і вихованні», «Менше біди від алкоголю від батька».

У дослідженні ми звернулися також до методу метафори і попросили респондентів описати досвід виховання вже у ролі батьків. Відповіді батьків були наступними: «Любов» (8), «Свобода як прояв поваги», «Дали волю, замало вимагали, дітоцентризм», «Тепло», «Встигнути все», «Я тепла і надійна мама курка, поруч бігає цікаве і веселе курчатко. Я спостерігаю і присутня поруч», «Згасаючий день або в очікуванні свята», «Гра в баскетбол», «Свобода і відданість», «Бути на одній хвилі, бути другом», «Дорога серед полів»,

Не завжди батьки метафорично висловлювалися про своє батьківство. Були оцінкові твердження («достатньо хороша мама»), рекомендації, кейси, вже обдуманий досвід з висновками:

- «Хочу, щоб вони почувалися в безпеці і довіряли всі свої проблеми і радості. Здебільшого, так і є»
- «Вони самі обрали свій шлях»
- «Бути лояльним та щасливим, творчим та колективним поруч з дитиною»
- «Теж хочу бути другом, щоб мені довіряли діти у вирішенні своїх проблем»
- «Поважаю твою думку. Люблю за будь яких обставин. Ти можеш завжди розраховувати на мою підтримку»
- «Зі старшою до певного часу - "мама сказала, значить так треба". Потім уже ми навчилися бути чесними і бути друзями. Молодшому дісталися кращі батьки»
- «Недостатньо мого терпіння»
- «Любов, повага, особистий приклад»
- «Ви особистості, це варто плекати»
- «Обійми, постійно їх обіймати» (5 б. НДД)

Приклад бачення виховання власної дитини жінки з прив'язаністю уникання: «Частіше перебувати у своїй нірці і щоб ніхто не чіпав». Наступний приклад жінки з амбівалентним типом прив'язаності. Вона висловилася наступним чином про своє батьківство: «Боюся, що я їх недолюблюю і не даю все для успішного старту в житті».

Можемо прийти до висновку, батьки досліджуваної вибірки усвідомлюють ті несприятливі фактори дитинства, яких вони зазнали у батьківській сім'ї. Вони розуміють, які батьківські стратегії були не ефективні, і які вони готові змінити, свідомо обирають нові, напр. «Мої батьки дещо авторитарні. Я б хотів уникнути цього. Поки вдається», «Пошуки, я пробую що підходить саме їй і нашій родині, стараюся працювати з автоматизмами з мого дитинства і замінити на щось більш сприятливе».

«Життя дітей – це певною мірою глава в історії їхніх батьків», - такі роздуми веде Даніель Дж. Сігел. Кожне покоління зазнає впливу попередніх поколінь і впливає на наступні. І хоч батьки намагаються з найкращих спонукань обирати ті чи інші стратегії виховання, стається так, що дорослим не вистачає раннього досвіду, який би вони хотіли передати дітям [41].

Наступним етапом дослідження було вивчення особливостей емоційного контакту, стилів виховання батьків з різним типом прив'язаності. Середні бали за шкалами, які допомагали визначити особливості емоційного контакту респондентів з дітьми засвідчили, що у переважної більшості опитуваних переважає оптимальний емоційний контакт (98 %). Даний показник включає шкали «партнерські стосунки», «розвиток активності дитини», «вербалізація і заохочення до спілкування з дитиною». В одному випадку виявлено надмірну концентрацію на дитині (надмірна турбота про дитину, пригнічення її волі та емоцій, втручання у внутрішній світ дитини, прагнення прискорити розвиток дитини).

Такі ж показники ми отримали, визначивши стиль виховання (див. рис. 2.4.). У 98 % виявлено демократичний стиль виховання. Даний показник включає в себе шкали «заохочення спілкування з дитиною, вербалізація», «партнерські стосунки», «заохочення активності дитини», «товариські взаємини між батьками і дітьми». Лише в одному випадку, у тому, де виявлено надмірну концентрацію на дитині, діагностовано гіперопіку.

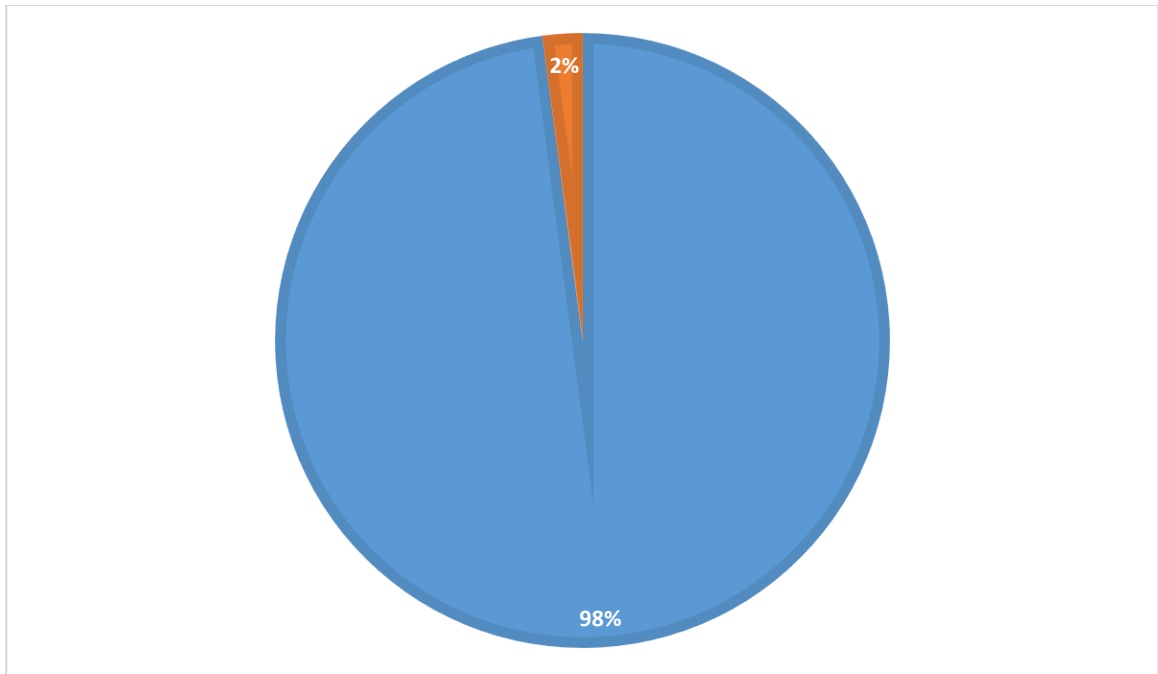


Рис.2.4. Розподіл відповідей респондентів щодо стилю сімейного виховання.

Цей факт дозволяє припустити про високий психолого-педагогічний рівень батьків та прагнення упроваджувати відповідальне й свідоме батьківство.

Аналіз окремих кейсів, батьків з типом прив'язаності «амбівалентність занепокоєння», показав низькі прояви за шкалами «надмірний авторитет батьків», тобто заохочення залежності дитини від батьків), «нав'язливість батьків, втручання у світ дитини», «ухилення від конфлікту», тобто уникання спілкування з дитиною. Також виявлено низькі показники за шкалою «заохочення активності дитини», що ми розглядаємо як один із напрямів роботи з батьками з батьківської ефективності. Помірні показники у згаданих випадках виявлено за шкалами «вербалізація», тобто надання дитині можливості висловитися; «пригнічення волі дитини» (див. табл. 2.1.).

Для порівняння особливостей прояву батьківських стратегій респондентів з різним типом прив'язаності, ми обрали трьох респондентів з надійним типом прив'язаності і такими ж балами негативного дитячого досвіду. Порівняльний показник оцінок батьківських стратегій з різним типом прив'язаності не виявив суттєвих відмінностей, за виключенням шкали «пригнічення волі дитини». За цією шкалою у батьків з надійним типом прив'язаності спостерігаються нижчі

показники. А також випадку, у якому виявлено помірні показники за шкалами «дратівливість», «гіперавторитетність батьків», «нав'язливість батьків».

Таблиця 2.1.

Вияви батьківських стратегій респондентів з типом прив'язаності «амбівалентність занепокоєння» і «надійна прив'язаність»

Назва шкали	Амбівалент на занепокоєність Досвід ндд 3	Надійна прив'язаність Досвід ндд 3	Амбівалент на занепокоєність досвід ндд 5	Надійна прив'язаність Досвід ндд 7	Амбівалент на занепокоєність досвід ндд 1	Надійна прив'язаність Досвід ндд 0
Вербалізація	Помірний 15	Помірний 16	Помірний 16	Помірний 17	Помірний 15	Помірний 16
Надмірна турбота	Помірний 10	Низький 7	Низький 8	Помірний 11	Низький 7	Низький 10
Пригнічення волі дитини	Помірний 14	Низький 9	Помірний 14	Низький 10	Помірний 13	Низький 10
Острах образити	Помірний 16	Низький 9	Низький 13	Низький 8	Низький 9	Низький 10
Суворість батьків	Помірний 11	Низький 6	Низький 7	Низький 7	Низький 6	Низький 9
Дратівливість батьків	Помірний 13	Низький 6	Низький 9	Низький 11	Низький 6	Помірний 10
Надмірний авторитет батьків	Низький 10	Низький 7	Низький 5	Низький 9	Низький 7	Помірний 16
Нав'язливість батьків	Низький 9	Низький 7	Низький 8	Низький 6	Низький 7	Помірний 14
Пригнічення агресивності дитини	Помірний 12	Помірний 14	Низький 9	Помірний 13	Помірний 14	Помірний 13
Партнерські взаємини	Помірний 16	Низький 8	Помірний 13	Помірний 12	Низький 8	Низький 15
Заохочення активності дитини	Низький 12	Низький 8	Низький 9	Низький 10	Низький 8	Низький 11
Уникнення конфлікту	Низький 10	Низький 6	Низький 7	Низький 7	Низький 5	Низький 11
Товариські стосунки між батьками і дітьми	Помірний 17	Помірний 16	Низький 14	Помірний 15	Помірний 17	Помірний 15

Ми припускаємо, що помірний прояв таких стратегій швидше пов'язаний з характерологічними особливостями опитуваного, в якого при кінцевому підрахунку балів за показником «Стиль виховання» діагностовано демократичний стиль. Ступінь вияву тих чи інших стратегій визначався підсумком балів за кожною шкалою і переведенням їх у стенові оцінки, згідно тестових норм опитувальника PARI. Стенові оцінки від 1 до 3 свідчили про низький вияв стратегії, від 4 до 7 – про помірний і від 8 до 10 – про високий [15].

Хоч респонденти, згідно опитувальника, застосовують демократичні стратегії батьківства, дані окремих шкал дозволяють нам виокремити напрями роботи психолога з удосконалення батьківських навичок, зокрема заохочення товариських стосунків з дитиною, заохочення активності дитини; розвиток емоційного інтелекту батьків, зокрема навчання батьків навичками емоційної саморегуляції, зменшення рівня дратівливості у спілкуванні з дітьми, формування навички витримувати конфронтацію з дітьми і дозволяти їм різноманітні емоційні реакції, зокрема прояви агресивності.

Таким чином, приходимо до висновку, що, не залежно від типу прив'язаності і негативного травмивного досвіду, пережитого до 18 р., сучасні батьки обирають демократичні стратегії виховання й оптимальний емоційний контакт. Це означає, що батьки не намагаються оберігати своїх дітей від труднощів, зберігають баланс контролю й автономності дітей, не нав'язують своєї думки, не втручаються у внутрішній світ дітей, дозволяють їм проявляти різні реакції, у тому числі й агресивність, будують з дітьми партнерські стосунки.

Батьки не приречені повторювати моделі поведінки своїх батьків або свого минулого у взаєминах з дітьми. Наші дослідження цьому є підтвердженням. Позитивні зв'язки з іншими у власних сім'ях або поза ними, осмислення власного життя дає змогу повніше зрозуміти інших, неупереджено ставитися до різного досвіду, обирати свою поведінку і забезпечити власним дітям стосунок, який надасть відчуття безпеки і стійкості. Від того, як батьки осмислюють своє життя і розповідають цілісну історію свого раннього життєвого досвіду, найбільше залежить те, яку саме прив'язаність вироблять їхні діти.

Висновки розділу 2

Результати діагностики типу прив'язаності показали, що у 65% респондентів переважає уникаючий тип прив'язаності. У 29% досліджуваної вибірки виявлено надійну прив'язаність. 6% респондентів притаманний тривожно-амбівалентна прив'язаність. Значення визначення типу прив'язаності у респондентів полягає у тому, що тип прив'язаності, який сформувався у дитинстві, носить характеристику «безперервності», тобто проявляється у майбутніх стосунках родителя і дитини.

У дослідженні негативного дитячого досвіду 25% респондентів відповіли «Так» на три і більше запитань. Це означає, що вони пережили три і більше форм дитячих травм до 18 років. Три третини (75%) респондентів відповіли «Так» на одне або два запитань. Це опитувані з надійним і уникаючим типом прив'язаності. Виявлено зв'язок уникаючого типу прив'язаності і високої травматизації у віці до 18 р. Це означає, що значна кількість травмівних факторів у дитячому віці сприяє формуванню уникаючого типу прив'язаності. Відзначимо так, що декілька жінок з надійним типом прив'язаності також зазнали травмівних вплив. Уміння будувати довірливі, тонкочуттєві стосунки зі світом вдалося розвинути завдяки значущим дорослим, які все ж були поруч і надавали підтримку і прийняття.

Батьки досліджуваної вибірки усвідомлюють ті несприятливі фактори дитинства, яких вони зазнали у батьківській сім'ї. Вони розуміють, які батьківські стратегії були не ефективні, і які вони готові змінити, свідомо обирають нові. Не залежно від типу прив'язаності і негативного травмівного досвіду, пережитого до 18 р., сучасні батьки обирають демократичні стратегії виховання й оптимальний емоційний контакт.

Результати співбесіди про власне дитинство допомогли нам дослідити такий феномен набутої надійної прив'язаності і упевнитися у гіпотезі про те, що осмислення дитячого досвіду виховання у батьківській сім'ї сприяє побудові емоційної близькості з власною дитиною і формування в неї надійної прив'язаності.

РОЗДІЛ III.

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГА ЩОДО СВІДОМОГО ВИБОРУ БАТЬКАМИ СТРАТЕГІЇ БАТЬКІВСТВА

3.1. Модель психологічного супроводу свідомого вибору батьками стратегії батьківства

Переваги свідомого вибору батьками стратегій виховання і спілкування з дітьми очевидні – коли батьки більш активно беруть участь у житті своїх синів та дочок, їхні діти частіше отримують позитивні результати, такі як краще фізичне та психічне здоров'я, кращі успіхи у навчанні, когнітивні та соціальні навички, вища самооцінка. У них менше проблем у поведінці та підвищена стійкість до стресу.

Діти батьків, які свідомо підходили до батьківства, на 39% частіше отримують хороші оцінки в школі, у них на 45% менше ймовірність залишитися на другий рік та на 60% менша ймовірність бути відстороненими від занять або виключеними зі школи. Вони удвічі частіше здобувають університетську освіту та знаходять стабільну роботу після закінчення середньої школи, а також на 75% рідше вагітніють до 18 років. Підлітки, батьки яких вдосконалюють свої батьківські навички, частіше мають краще психічне здоров'я, рідше повідомляють про зловживання психоактивними речовинами та демонструють безпечнішу сексуальну поведінку [2].

Гері Чепмен і Рос Кембел у праці «П'ять мов любові до дітей» пропонують наступні можливості свідомого вибору стилю спілкування з дитиною [29]. Перше, з чого розпочинають автори, це – необхідність задовольнити емоційні потреби дитини. У кожної дитини є емоційні потреби, завдяки яким вона формується у дитинстві і юності. Вчені використовують метафору автомобіля для пояснення значення задоволення емоційних потреб: «Як автомобіль, який не може рушити з місця, якщо його не заправлено бензином, так і наші діти не можуть розвиватися, якщо їхні емоційні потреби не задоволено» [29]. Дитина відчуває любов через дію. Тому проявляти любов слід саме таким чином, при чому увесь час. Є п'ять способів, якими діти виражають і сприймають емоції:

фізичний дотик, слова утвердження, спільне проведення часу, подарунки і служіння.

Вчені визнають, що батькам складно увесь час проявляти «безмежну» любов, корисні стратегії батьківства (батьки втомлюються, дратуються, сумніваються у необхідності такої демонстрації) і пропонують наступні корисні нагадування [29]:

1. Пам'ятати, що діти діють як діти.
2. Поведінка дітей буває різною.
3. Якщо батьки люблять своїх дітей, то ті щораз більше ставитимуть відповідальними і зрілими.
4. Якщо батьки виражають любов до дітей тільки тоді, коли вони добре поведуться (обмежена любов), то діти не відчують, що їх люблять по справжньому. Це позначається на їхній самооцінці. Такі діти не почуваються затишно і безпечно, а це заважає досягнути самоконтролю і відповідальності.
5. Якщо батьки виражають любов лише тоді, коли діти виконують їхні вимоги і сподівання, то діти не віритимуть у власні сили. Їх пригнічуватиме тривога, низька самооцінка і гнів. Щоб цьому зарадити, батьки мають частіше нагадувати собі про власну відповідальність за загальний розвиток дитини.
6. Якщо батьки виражають любов до дітей без жодних умов, то це дарує дітям почуття безпеки і впевненості у собі, що у дорослому житті допоможе контролювати свої почуття і дії.

Проаналізуємо два з наведених п'яти способів задоволення емоційних потреб дитини. Отже перше, на чому зупинимося, це **фізичний дотик**. Дотик є найлегшою мовою любові, оскільки батьки не потребують для цього контакту жодної спеціальної нагоди. Дотики важливі у будь-якому віці дитини. Багато батьків уникають дарувати здорові форми доторків дітям, тому що бояться сексуальних зловживань. Страх може позбавити одного з найбільш природних виявів любові. Слід аналізувати власну поведінку і наміри. Якщо батьки

відчувають сексуальне ваблення до дитини, то, звісно, такі дотики не припустимі. Обов'язок батьків – бути уважними до дитини, до себе і до дорослих, які поруч з дитиною, щоб не допустити сексуальних зловживань щодо неї.

Наступний спосіб – це слова утвердження. У вираженні любові слова мають значення. Підбадьорювання, похвала і заохочення, слова прийняття скеровують розвиток у правильному напрямі, створюють почуття безпеки. Навіть, коли їх промовляють швидко, дитина їх чує і не забуває. І, навпаки, прикре слово, сказане у хвилини гніву або поганого настрою, може вразити дитину і підважити її самооцінку, посіяти сумніви у своїх можливостях. Гері Чемпмен, Маршал Розенберг, автор концепції ненасильницького спілкування, говорять про те, що слід розрізняти любов і похвалу. Любов означає вдячність за саме існування дитини, з усіма рисами і здібностями. Навпаки, коли батьки хвалять дитину, то за її досягнення, добру поведінку або свідому позицію. Тому важливо хвалити правильно. Надто часта похвала не приносить позитивного впливу, вона знецінюється. Також нічого не вартує похвала з перебільшенням, необґрунтована похвала. Деякі діти настільки звикають до похвали, що сприймають її як належне й очікують на неї. Це може мати негативні віддалені наслідки, які у майбутньому призведуть до корисливої поведінки або до несвідомого очікування похвали від найближчого оточення – керівництва, колег та ін., коли похвала стає єдиним чи найвагомішим мотиватором поведінки. Також важливі підбадьорювання й заохочення, які додають дітям сміливості більше вчитися. Найбільшим ворогом заохочення є гнів. Щобільше гніву є у батьках, то більше вони вилитимуть його на дітей. У результаті дитина буде налаштована або проти батьків, або проти авторитетів взагалі. Слова підтвердження не слід надавати з умовою або запереченням, напр.: «Я люблю тебе... чи можеш зробити для мене це?» або «Я люблю тебе, але мушу тобі сказати...». Звісно, батьки – звичайні люди і роблять помилки, промовляють лайливі слова до дитини у гніві. Тому вони мають навчитися перепрошувати за свої негативні критичні зауваження. І хоч вибачення не зітре

з пам'яті дитини негативних слів, та значно пом'якшить їхній вплив. Деякі психологи рекомендують записати момент гнівливої розмови батьків з дитиною і пізніше прослухати цей запис. Це може стати для них холодним душем і водночас першим кроком до переборення негативних моделей спілкування.

Результати проведеного емпіричного дослідження вказують на те, що сучасним батькам важливо аналізувати власний досвід дитинства і моделі виховання батьків, тип прив'язаності. Прив'язаність – це той фундамент, який визначає ставлення дитини досвіду, і ця здорова прив'язаність творить у ранні роки безпечну основу, на котру можуть спиратися діти, пізнаючи себе й інших.

Трьома головними факторами розвитку прив'язаності є співзвучність, рівновага і когерентність, які послідовно виникають у процесі розвитку. Співзвучність – гармонізація свого внутрішнього стану зі станом дітей. Її часто супроводжує контингенційний обмін невербальними сигналами. Рівновага – діти врівноважують свої емоції, тіло й розум завдяки співзвучним стосункам. Когерентність – відчуття єднання, котре приходить до дітей завдяки стосункам з батьками, що сприяють появі відчуття внутрішньої цілісності й міжособистісного зв'язку з іншими [24].

Коли батьки розуміють, як прив'язаність впливає на розвиток, в як їхнє спілкування та поведінка впливають на здатність дитини формувати надійну прив'язаність, вони часто відчувають мотивацію змінитися. Батьки навчаються більш контингенційного спілкування зі своїми дітьми та свідомо працюють, вибудовуючи фундамент, який стане основою розвитку здорових стосунків батька/матері й дитини.

Пропонуємо декілька вправ на розуміння батьками себе [15]:

1. Поміркуйте про три базові елементи прив'язаності – бажання бути поряд, безпечну гавань і надійну опору. Як ви реагуєте, коли ваші діти бажають бути поряд з вами? Що відбувається, коли вони засмучені й потребують розради? Чи гадаєте ви, що вони інтерналізують свої стосунки з вами як безпечну опору? Що ви могли би зробити, щоб покращити свої стосунки з дітьми й поглибити їхню прив'язаність до вас?

2. Розгляньте способи, за допомогою яких три головні фактори розвитку прив'язаності – співзвучність, рівновага й цілісність – наявні у ваших стосунках з дитиною. Чим саме ці фактори комфортні для вас і наскільки важко вони даються вам у вихованні дитини?
3. Поміркуйте над чотирма категоріями прив'язаності: надійною, уникнення, тривожною/амбівалентною та дезорганізованою. Як, на вашу думку, ваші взаємини з дитиною зображають риси кожної з цих моделей? Чи помічаєте ви в них елементи більше ніж однієї категорії? Як, на ваш погляд, природа контингенційного спілкування покращується або погіршується під час взаємодії з дитиною за певних умов – наприклад, коли ваша дитина плаче, коли ви втомлені та ін.? Як ви можете покращити своє спілкування у таких випадках?»

У Додатку А представлено ще декілька вправ на поглиблення усвідомлення батьками власного досвіду дитинства.

Таким чином, теоретичний аналіз наукової літератури з питань відповідального й усвідомленого батьківства, результати емпіричного дослідження дозволили сконструювати модель формування усвідомленого батьківства й свідомого вибору батьками стратегій виховання (див. рис.3.1).

Форми реалізації моделі: тренінги, групи підтримки батьків, індивідуальні консультації, психотерапія. Кожна з форм роботи з батьками має свої переваги. Групові форми дозволяють охопити якомога більшу частину батьків. Задля покращення ефективності роботи груп необхідно здійснювати відбір учасників. Критерії відбору: труднощі у розвитку або вихованні, вік дітей, типові труднощі батьків, вплив травмівних чинників тощо. Під час роботи групи виявляються учасники, які потребуватимуть індивідуальної роботи, стабілізації.

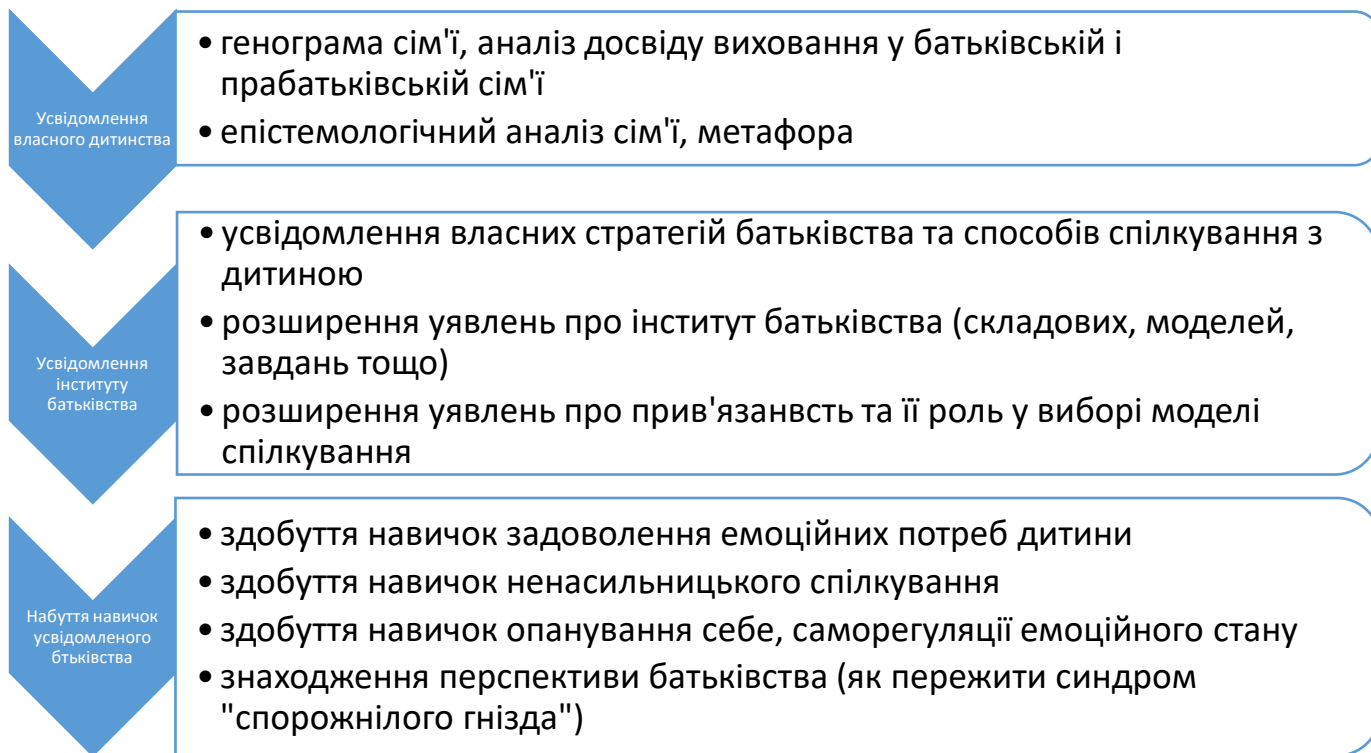


Рис.3.1 Модель формування свідомого батьківства й свідомого вибору батьками стратегій виховання

Методи роботи залежать від професійної спрямованості психолога і вимагають знань психології сім'ї, вікової психології, психології насилля, клінічної психології та ін., а також інструментів системно-орієнтованої сімейної терапії, КПТ, клінічноорієнтованої терапії, соціально-психологічного тренінгу.

3.2. Програма тренінгу свідомого батьківства

Для сучасної сім'ї дуже важливо побудувати адекватні взаємини між її членами. А особливо між батьками та дітьми. Одним із пріоритетних способів психологічної підтримки батьків і дітей є тренінг свідомого батьківства. Запропонована програма тренінгу і методичні рекомендації щодо його проведення розраховані на психологів шкільних та дошкільних закладів, соціальних працівників, а також усіх спеціалістів, які працюють з батьками і дітьми.

Мета тренінгу: підвищити батьківську ефективність.

Завдання:

- поглибити пізнання батьками самих себе, своїх психологічних особливостей, усвідомлення своїх дій і думок, зміцнення позитивних якостей особистості, набуття навичок усвідомленої поведінки;
- покращення рефлексії стосунків з дитиною, вивчення світу дитинства як такого, поглиблене пізнання своєї дитини, її вчинків, емоцій, думок;
- відпрацювання нових навичок взаємодії з дитиною, активізація комунікації у сім'ї, пошук та використання адекватних методів виховання і розвитку дитини та умов їх повного прийняття.

Під час проведення тренінгу слід враховувати безпосереднє оточення групи.

Фізичне оточення. Кімната для занять площею 25–30 кв.м, м'яке покриття на підлозі, 11–13 крісел, магнітофон, планшет або дошка з крейдою для запису, папір формату А4, ручки, олівці, маркери.

Особистісне оточення. Група учасників складається з 10–12 осіб, що мають потребу в підвищенні своєї батьківської компетентності. Добре, щоб у групі було порівну представників чоловічої і жіночої статі. Бажана також участь сімейних пар. Вік учасників – довільний.

Соціальне оточення. Вплив соціального статусу членів групи (місця роботи, посади, статі тощо) має враховуватися ведучим у процесі утворення групової ієрархії, розподілу ролей.

Проблемне оточення. У членів групи, як правило, є проблеми, пов'язані з батьківсько-дитячими стосунками. У декого існують проблеми іншого плану, розв'язанню яких також може сприяти тренінг батьківської ефективності (особистісні, подружніх взаємин тощо). Тому ведучому важливо визначити очікування учасників і враховувати це у процесі обговорення мети і завдань тренінгу.

Регламент тренінгу. Тренінг складається з 4 занять по 2 години. Заняття проходять один раз або двічі на тиждень. Під час проведення тренінгу слід враховувати, що:

- кожна людина має багатий позитивний досвід розв'язання різних проблем, знайома з аналогічними методами реагування в різних сімейних ситуаціях;

- є багато інформації, що стосується батьківсько-дитячих стосунків, якою батьки володіють не повною мірою;
- батьківський досвід кожної окремої людини досить обмежений і потребує постійного поповнення та періодичної переоцінки.

Методичні прийоми, що використовуються під час тренінгу: рольова гра, дискусія, брейн-стормінг, розгляд реальних проблемних ситуацій учасників тренінгу, аналіз власного життєвого досвіду, обговорення поданої інформації.

Модель тренінгу свідомого батьківства

Заняття 1. Знайомство

1. Розповідь ведучого щодо мети тренінгу, його завдань, можливостей, правила групи, укладання групового контракту (не запізнюватися, не пропускати заняття, дотримуватися правил групи тощо).

Активність учасників – необхідна умова для досягнення поставлених завдань. Кожна доросла людина критично сприймає інформацію, спираючись на свій життєвий досвід, тобто вона сама може себе навчити, і одночасно вона дає інформацію до роздумів для інших учасників.

Правила групи:

- всі обговорення і дії відбуваються за принципом «тут і зараз» (якщо учасники заздалегідь не обумовлюють, що розглядається ситуація з минулого або з майбутнього);
- учасники відкрито висловлюють свої думки, виявляють почуття;
- члени групи говорять від себе («я гадаю», «мені здається»);
- в дискусії учасники звертаються до конкретної людини;
- учасники не оцінюють одне одного, а описують те, що відбувається.

2. Знайомство «Що в імені моєму». Учасники по черзі називають своє ім'я, його походження та значення, повідомляють деяку (за бажанням) інформацію про себе (вік, місце роботи тощо).

3. Визначення запитів та очікувань учасників тренінгу. Батьки по колу відповідають на запитання: «Що привело вас у групу», «Що ви очікуєте від групи».

4. Ведучий розповідає про важливість розуміння себе самого та дитини, пропонує батькам відповісти на ряд запитань. Батьки вперше звертаються до своїх щоденників, про які ведучий повинен наголосити окремо. Слід звернути увагу на важливість ведення щоденників і виконання домашніх завдань, оскільки їх обговорення буде відбуватися на наступних заняттях. Відповідаючи на запитання, батьки заповнюють таблицю, де відповідають за себе і за дитину, залишаючи місце для реальної відповіді дитини, яку вони отримають вже вдома (див.табл. 3.1).

Таблиця 3.1

Шаблон для батьківської групи (Заняття 1)

Запитання	Відповідь батьків	Відповідь за дитину	Відповідь дитини (домашнє завдання)
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			

Для прикладу наведемо перелік запитань для молодших школярів та їхніх батьків:

- Моя улюблена тваринка і чому.
- Мій улюблений колір і чому. Мій не улюблений колір і чому.
- Моя улюблена казка. Казка, яка мені не подобається.
- В іншій людині мені найбільше подобається така риса, як..., а не подобається ...
- Якби у мене була можливість на один день перетворитись на когось іншого, то я став би ... Чому?
- Доброго чарівника я попросив би про ... Чому?

- У яких тварин перетворив би чарівник мене та інших членів моєї родини? Чому?

5. *Народна мудрість.* Батькам пропонується робота по підгрупах (3–4 особи). Завдання учасників – тлумачення приказок, які стосуються сім'ї. Кожній підгрупі ведучий пропонує по три-чотири приказки. По завершенню роботи групи дають варіанти тлумачення, пояснюють, що мали на увазі наші пращурі і наскільки це актуально у наш час. Ведучому важливо створити атмосферу групової згуртованості і підкреслити можливість використання свого та чужого досвіду для вирішення проблем виховання.

6. *Зворотний зв'язок.* Учасники тренінгу (в тому числі й ведучий) висловлюють свої почуття, що виникали в них під час першої зустрічі, вносять пропозиції щодо подальших занять.

7. *Домашнє завдання:* завершення таблиці у графі відповідей дитини. Батьки повинні задати дитині запитання, записати їх і порівняти їх з тими, які вони припустили. Друга частина завдання може стосуватися того, щоб запитати дитину про значення двох-трьох приказок і спробувати пояснити їй їх значення.

Заняття 2. Світ дітей і світ дорослих

1. *Проговорення незавершених почуттів.* Батьки розповідають те, що вони не встигли на попередньому занятті, що бажають сказати групі зараз.

2. *Обговорення домашнього завдання у формі групової дискусії у великому колі.*

3. *Розповідь учасників про себе від імені предмета, який «багато знає про свого господаря».* Наприклад, від імені годинника, прикрас, одягу тощо. Розповідь починається словами «Мій господар ...».

4. *Інформаційна частина.* Ведучий пояснює причини різного світосприйняття дитини і дорослого, вказує на імпульсивність, емоційність, дитячий натуралізм, повноту сприйняття світу, життя за принципом тут і зараз, захопленість та ін.

Нам часто видається, що дитина погано поводить себе тому, що у неї така вдача чи на зло батькам, однак так буває не завжди. Тут можна згадати про

чотири цілі негативної поведінки дитини: вимога уваги і комфорту, бажання показати свою владу або демонстрація непокори, помста, утвердження своєї неспроможності або неповноцінності. Батьки часто керуються думкою, що діти повинні розуміти оточуючий світ і їх так само, як і дорослі. Діти роблять свої висновки, враховуючи при цьому не лише те, що ми їм говоримо, але й те, що ми робимо, як поводимо себе з іншими людьми. Наш особистий приклад є більш дієвішим, ніж будь-які повчання.

5. *Групова дискусія «Оповідь про права»*. Ведучий ділить групу на дві частини. Одна підгрупа представляє дітей, інша – батьків. У групу «дітей» відбираються найбільш центровані на батьківській позиції дорослі. Завдання кожної групи полягає у складанні списку своїх прав. «Дітям» також нагадується, що вони повинні записувати свої права, виходячи з дитячих ролей, для цього можна стати на місце своєї дитини або пригадати себе у дитинстві. Група може поточнити, у якому віці будуть перебувати «діти». Після того, як підготовка списків завершилася (протягом 15–20 хв), «батьки» і «діти» починають почергово висувати свої права, причому кожне право може бути занесене в остаточний список лише тоді, коли воно буде прийняте іншою групою. Кожна сторона має можливість відхилити яке-небудь право або настоювати на змінах. Ведучий регулює дискусію і записує прийняті права на планшеті (дошці). Якщо дискусія затягується (зазвичай вони бувають дуже «гарячими»), ведучий з'ясовує, чому сторони не можуть домовитися, і припиняє обговорення, скориставшись правом вето. Заздалегідь групу варто оповістити про тривалість обговорення кожного пункту до 3–5 хвилин.

6. *Обговорення членами групи почуттів, що виникли у процесі виконання вправи*. У цій ігровій ситуації яскраво модулюються процеси відстоювання дитячих прав і ті стани, які виникають у зв'язку з цим у дітей і батьків. Тому, підводячи підсумки, бажано звернутися до почуттів учасників групи.

7. *Домашнє завдання*: заповнити таблицю.

Таблиця 3.2

Шаблон для виконання домашнього завдання

Що засмучує мене у дитині	Що подобається мені у дитині
1.	1.
2.	2.
...	...

Заняття 3. Очікування та цілі батьків

1. Заняття можна розпочати з *вправи з м'ячем*: кинути м'яча і дати побажання іншому.

2. *Обговорення домашнього завдання* у формі обміну думок, вражень, почуттів. Кожен учасник розповідає про зміст таблиці. Ведучий ставить запитання батькам про те, яку частину таблиці їм було важче заповнити, де у них більше записів. Ведучий звертає увагу на взаємозв'язок деяких характеристик дитини з лівої і правої частин таблиці, на те, що продовженням чеснот дитини є її недоліки.

3. *Психологічна гра «Асоціації»*. Один з учасників групи виходить з кімнати. Інші домовляються між собою (бажано робити це тільки за допомогою жестів), кого з присутніх вони загадали. Далі учасник, який виходив, повертається і за допомогою запитань намагається вгадати, кого всі загадали. Запитання повинні задаватися в певній формі, а саме: «Якби ця людина була деревом, то яким», «Якби – будинком, то яким», «Якби – їжею, то якою». Кожне запитання ставиться одній людині, яка відповідає, маючи на увазі задуманого учасника. Після кількох відповідей у члена групи, що виходив, складається певний збірний образ загаданої людини. Тому можна намагатися вгадати, кому цей образ належить. Якщо учасника вгадали – він виходить і сам намагається визначити людину, яку загадали знову.

4. *Заповнення «Аркуша мети»*. Батьки малюють одноповерховий будинок (стіни, дах, стежка до дверей). Малюнок повинен займати майже весь аркуш. На даху будинку батькам пропонується написати мету, яку вони ставлять перед

собою у процесі виховання, розвитку своєї дитини. На стіні – завдання, вирішивши які, можна досягти заданої мети. На стежці записуються методи, способи вирішення завдань. Праворуч і ліворуч від стежки – бар'єри, перепони, які заважають досягти вказаної мети.

5. *Обговорення заповнених бланків.* Перед обговоренням ведучий нагадує про можливість задавати запитання на розуміння сказаного. Вони починаються зі слів: «Якщо я правильно тебе зрозумів, ...». Учасники тренінгу обговорюють мету, завдання, методи, бар'єри, таким чином усвідомлюючи їх. У такій дискусії батьки також дізнаються про думки інших, бачать нові варіанти, переоцінюють або зміцнюють свої думки.

6. *Дискусія на тему «Чого ми чекаємо від наших дітей?»* Батьки по колу висловлюють свої думки, ведучий записує їх на планшеті (дошці). Потім очікування аналізуються з використанням таких критеріїв:

- реальність – нереальність очікувань;
- наявність суперечностей очікувань у різних членів групи (особливо звертається увага на суперечності у подружжя);
- чи є серед очікувань те, що батькам не вдалося досягти в житті (і тепер вони будь-якою ціною намагаються спрямовувати зусилля дітей саме в цьому напрямі, незважаючи на бажання, можливості дитини).

7. *Зворотний зв'язок* (обговорення почуттів, які виникли під час заняття).

8. *Домашнє завдання.* Намалювати круглий стіл з дитиною і попросити дитину розсадити за цим святковим столом тих, кого б вона хотіла бачити на сімейному святі. Дитина сама повинна намалювати кількість стільців, не слід їй підказувати або допомагати.

Заняття 4. Особливості дитячого мислення

1. *Проговорення незавершених почуттів, висловлення побажань один одному.*

2. *Обговорення домашнього завдання у формі обміну змістом записів.* Це домашнє завдання дозволяє батькам краще пізнати дитину, кого вона включає у своє найближче оточення. При обговоренні можна звернути увагу батьків на те,

як розсаджує дитина своїх гостей, кого наближує, а кого віддаляє від себе, які мікрогрупи створює. Слід звернути увагу на відкритість чи закритість сім'ї. Про це свідчить кількість запрошених гостей. Ступінь відкритості не можна розгляди з погляду негативу-позитиву. Однак важливо, щоб надмірна інтровертованість батьків не перешкоджала соціальному розвитку дитини. Таким чином, завдання тренера полягає у створенні ситуації, яка б сприяла обговоренню актуальних проблем учасників.

3. *Вправа «Поглянь на світ очима дитини».* Учасники групи присідають і навприсядки пересуваються по кімнаті, розглядаючи таким чином навколишнє середовище. Ведучий стає посеред кімнати (він – фізична модель дорослої людини) і через 2-3 хвилини пропонує підняти вгору руку і розповісти про почуття, що виникли. Обговорення своїх почуттів.

4. *Особливості дитячого мислення.* «Марсіанське» мислення дітей. Діти сприймають своєрідно не лише фізичне оточення, а й слова дорослих. Можливі такі варіанти інтерпретації інформації дорослого:

- 1) що має на увазі дорослий з погляду його власних слів;
- 2) який семантичний зміст закладений у висловлюванні;
- 3) який зміст дістане з висловлювання дитина.

Наприклад, трирічна дівчинка, побачивши, що батьки п'ють, каже: «Я теж буду пити». Мати їй відповідає: «Тобі ще рано пити». На що дівчинка каже: «Коли я виросту – я теж буду пити». Що ж відбулося? *Мати хотіла сказати*, що вона не бажає, аби її дитина пила. *Семантичне значення сказаного:* «Поки що тобі пити рано, ти ще не доросла до того віку, коли можна пити». *Дитина зрозуміла* сказане так: «Я поки що маленька, але коли виросту – буду пити».

Батьки згадують і обговорюють подібні приклади з власного досвіду.

5. *Розгляд чинників, які впливають на розвиток і формування особистості.* Дискусія з питання: «Які чинники впливають на розвиток особистості?» Учасники висловлюють свої думки. Ведучий записує їх на планшеті (дошці).

На розвиток особистості впливають два основні чинники: *біологічний і соціальний*. Уже з народження під впливом *біологічного* чинника діти розрізняються

за: рівнем активності; ритмічністю станів організму (харчування, сон та ін.); рівнем сприйняття нових ситуацій, людей; адаптивними можливостями; інтенсивністю реакцій (бурхливі чи спокійні); основним настроєм. Деякі діти з народження відносяться дорослими до категорії «важких». У них нерегулярні біологічні ритми, невисокі адаптивні можливості, негативна реакція на нові стимули тощо. Водночас у так званих «неважких» дітей регулярні біологічні ритми, гарна пристосованість до змін, реакції середньої інтенсивності.

Соціальний чинник містить вплив *трьох життєвих середовищ*: сім'ї; дитячого садка, школи; «вулиці», ровесників.

Важливо порівняти поведінку дитини в різних середовищах. Якщо в школі і вдома поведінка різна (у школі дитина поводить себе слухняно, а вдома – ні), то причина цього ймовірніше – вдома, в сімейних стосунках. А якщо скрізь дитина поводить себе недобре, то причина тут, очевидно, криється у прояві особистісних якостей дитини.

Яка тактика дорослих повинна бути у стосунках з важкою дитиною?

Правила батьківської поведінки:

- 1) у стосунках з дитиною необхідно спиратися на позитивні якості особистості;
- 2) показувати власний приклад позитивної поведінки, не допускати розходження між словами і власними діями, «Роби, як я», а не «Роби, як я кажу»;
- 3) давати оцінку не особистості, думкам, емоціям дитини, а її поведінці;
- 4) навіювати дитині позитивне;
- 5) жити сьогоднішнім днем, не згадувати без особливої потреби негативні ситуації з минулого;
- б) не жити замість дитини, але бути поруч для допомоги їй у разі необхідності.

Зворотний зв'язок щодо поданої інформації.

6. *Гра «Згоден – незгоден»*. Члени групи розставляють стільці біля протилежних стін кімнати. З одного боку на підлогу виставляється табличка

«Згоден», з другого – «Незгоден». Ведучий зачитує твердження. Ті учасники тренінгу, які згодні з цим твердженням, переходять до таблички «Згоден». Ті, які не погодились, переходять до таблички «Незгоден». Далі відбуваються відстоювання групами своїх поглядів. Учасники, які змінили точку зору в ході дискусії можуть змінювати і своє місцезнаходження.

Твердження для розгляду: 1. Я вважаю, що повинен знати все, про що думає моя дитина. (Ні.) 2. Я мрію про те, щоб моя дитина досягла в житті того, що не вдалося мені. (Ні.) 3. Не можна бути другом власній дитині. (Ні.) 4. Суворі дисципліна в дитинстві розвиває сильний характер. (Ні.) 5. За суворе виховання діти дякують потім. (Ні.).

Адекватні відповіді (за А.Варгою і В.Століним) наведені в дужках після тверджень. Після завершення дискусії відбувається короткий підсумок кожного учасника (у вигляді додатку, фрази).

7. Домашнє завдання. Запитати у дитини і записати відповіді на наступні запитання: «Як ти вважаєш, що у тобі мені подобається, а що ні?» Перед тим як запитувати, батьки повинні припустити, що може відповісти їм дитина. Для підлітків це завдання доповнюється другою частиною: «Що у мені засмучує і що подобається моїй мамі (моєму татові)?»

Під час виконання домашнього завдання батьки можуть зустрітися з тим, що дітям дошкільного чи молодшого шкільного віку буде важко відповісти на це запитання. Ці труднощі можуть стати предметом обговорення у групі.

Заняття 5. «Мова прийняття» і «мова неприйняття». Завершення.

1. Проговорення незавершених почуттів, висловлення побажань на сьогоднішній день.

2. Обговорення домашнього завдання у формі обміну змістом записів щоденників.

3. Учасники описують свій настрій у вигляді кольорів. Наприклад, синій, сірий або червоний у жовту клітинку. Учасник, у якого поганий настрій (чорні, сірі тони), сідає у центр кола і заплющує очі. Всі інші кладуть на нього долоні

рук і, заплющивши очі, в думках передають йому позитивну енергію (2–3 хвилини).

4. *Інформаційна частина.* Ведучий розповідає про зони прийняття і неприйняття дитини, обговорюються якості батьків і дітей та інші чинники, від яких залежить динаміка співвідношення цих зон. Ведучий обговорює з учасниками групи, що означає «мова прийняття» і «мова неприйняття», розповідає про те, що означають:

- оцінка вчинку («Мені шкода, що ти не поділився іграшками із сестричкою») і оцінка особистості («Ти дуже жадібний хлопчик»);
- тимчасова мова («Сьогодні у тебе це завдання не вийшло») і постійна мова («У тебе ніколи нічого не виходить як слід»);
- невербальні прояви «мови прийняття і неприйняття» (посмішка, жести, інтонації, пози).

Разом з групою ведучий складає список складових «мови прийняття» і «мови неприйняття» (див. табл. 3.2).

Таблиця 3.3

Приклади висловлювань мовою прийняття і неприйняття

«Мова прийняття»	«Мова неприйняття»
Оцінка вчинку, а не особистості	Відмова від пояснень
Похвала	Негативна оцінка особистості
Ласкаві слова	Порівняння не у кращу сторону
Підтримка	Вказівка на невідповідність батьківським очікуванням
Зацікавленість	Ігнорування
Схвалення	Накази
Позитивні тілесні контакти	Погрози
Посмішка	Покарання
Контакт очима	Суворі міміка
Доброзичливі інтонації	Погрозливі пози
Вираження своїх почуттів	Негативні інтонації
Відображення почуттів дитини	Образи та ін.
Заохочення та ін.	

5. Ведучий пропонує групі проекспериментувати з «мовою прийняття» і «мовою неприйняття». Для цього учасники групи у своїх щоденниках креслять наступну таблицю.

Таблиця 3.4

Таблиця для тренування навичок спілкування мовою прийняття

Фрази дитини	Відповідь на «мові прийняття»	Відповідь на «мові неприйняття»
1.		
2.		
...		

Далі ведучий пропонує кожному сказати будь-яку фразу від імені дитини, а члени групи записують відповідь спочатку на «мові прийняття», а потім на «мові неприйняття». Після того, як фрази записали, і батьки заповнили всю таблицю, тренер просить одного з батьків увійти в роль дитини і озвучити свою фразу. Решта батьків відповідають йому спочатку на «мові неприйняття», а потім на «мові прийняття». Потрібно попросити батька, який знаходиться у ролі дитини, фіксувати відповіді, що викликали сильні почуття. Для підсилення «враження дитинства» і впливу з боку інших, всі батьки стоять, а «батько-дитина» сидить. Після того, як батько побував у ролі дитини, ведучий пропонує йому поділитися враженнями і почуттями.

Під час виконання цієї вправи важливо акцентувати увагу батьків на тому, що між погоджуваністю і прийняттям є відмінність. Легко демонструвати прийняття, у всьому погоджуватися з іншою людиною; набагато важче, не погоджуючись, все-таки впевнити її, що ви приймаєте її особистість, рахуетесь з нею, хоч і маєте власну думку.

6. *Сімейний портрет*. Кожний з групи малює сімейний автопортрет: себе і свою сім'ю (у будь-якому стилі). Листки не підписуються і не показуються учасникам. Після того як всі намалювали і здали свої роботи ведучому, він організовує «експертну комісію», яка визначає авторів малюнків. Кожний «експерт» отримує рисунок невідомого художника і його завдання полягає у тому, щоб здогадатися, хто автор, й обґрунтувати свої здогади. Зауважимо, що малювання є не менш захоплюючим для дорослих людей, як і для багатьох дітей.

7. *Зворотний зв'язок батьків і ведучого стосовно всіх занять* (їх результативність, корисність для учасників, побажання на майбутнє). Ведучий просить учасників дати відповіді у письмовій формі на наступні запитання: «Яка тема чи інформація виявилися найбільш цікавою?», «Яке відкриття впродовж занять ви зробили для себе?», «Які зміни відбулися у сім'ї за цей час?» Ведучому важливо показати учасникам тренінгу, що їхня співпраця може продовжуватися з використанням інших форм роботи (індивідуальні консультації, зустрічі, свята тощо). Дуже важливо не дати членам групи відчуття себе залишеними.

Якщо є можливість і бажання учасників, можна влаштувати ще одну неформальну зустріч з солодким столом, кавою. У таких невимушених умовах прощання з групою відбувається, як правило, природно, знімається зайве емоційне навантаження.

Висновки до розділу 3

Таким чином, теоретичний аналіз наукової літератури з питань відповідального й усвідомленого батьківства, результати емпіричного дослідження дозволили сконструювати модель формування усвідомленого батьківства й свідомого вибору батьками стратегій виховання. Модель складається з трьох блоків, які стосуються минулого батьків, теперішнього і майбутнього. Перший блок моделі передбачає розширення уявлень батьків про досвід власного дитинства і виховних стратегій свої батьків і прабатьків. Інструментами, з допомогою яких, відбувається цей аналіз, є генограма сім'ї, епістемологія і метафора, нарратив (історія власної сім'ї - усна або письмова). Другий блок включає психоедукацію з питань становлення інституту батьківства та його сучасного стану (його складових, нових підходів, моделей взаємодії з дітьми тощо). Методами роботи є інтерактивні лекції, дискусії, робота в групах, діагностичні опитувальники, які дозволяють проаналізувати поточні сімейні стосунки і стосунки з дітьми, а також метафора й епістемологічний аналіз. Третій блок моделі включає аналіз перспектив і розвитку власного батьківства, набуття навичок ненасильницького спілкування, задоволення емоційних потреб дітей, аналіз власних перспектив батьківства. На цьому етапі застосовуємо метод ННС м. Розенберга, технології емоційної саморегуляції (тілесно-орієнтовані практики, медитації, інструменти КПТ), коучингові технології.

Форми реалізації моделі: тренінги, групи підтримки батьків, індивідуальні консультації, психотерапія. Кожна з форм роботи з батьками має свої переваги. Групові форми дозволяють охопити якомога більшу частину батьків. Задля покращення ефективності роботи груп необхідно здійснювати відбір учасників. Критерії відбору: труднощі у розвитку або вихованні, вік дітей, типові труднощі батьків, вплив травматичних чинників тощо. Під час роботи групи виявляються учасники, які потребуватимуть індивідуальної роботи, стабілізації. Методи роботи залежать від професійної спрямованості психолога.

ВИСНОВКИ

Теоретичний аналіз наукової літератури дозволяє нам зробити висновок про те, що батьківство – важливе життєве призначення кожної людини, основна сутність якого відображається не у біологічному відтворенні потомства, а перш за все в усвідомленій поведінці батьків щодо своїх дітей, їх розвитку та піклування, у прояві почуттів та емоцій, і відображається у стратегіях батьківства, створенні умов для успішної соціалізації дитини та ефективної її інтеграції у соціум.

Батьківська сім'я є первинним соціальним середовищем індивіда, де він отримує перший соціальний досвід, зокрема щодо реалізації батьківської моделі поведінки. Батьки, як правило, є для індивіда значущими людьми, тому виконання ними батьківської ролі, частково усвідомлене, а частково неусвідомлене, згодом копіюється у власній родині. Якими ми стали батьками значною мірою залежить від того, що ми бачили, пережили, відчули у поведінці власних батьків.

Методологічною основою дослідження є концепція прихильності Дж.Боулбі, концепція V.Felitti, R.Anda про негативний дитячий досвід та його вплив на психічне благополуччя особистості, концепція усвідомленого батьківства Дж.Сігеле та концепція стилів сімейного виховання, розроблена Д.Боумрінд.

Аналіз психолого-педагогічної літератури дозволив розкрити різноманітні типології стратегій батьківства, визначити критерії впливу батьківської сім'ї на вибір стратегії реалізації батьківства, зокрема тип прихильності, наявність негативного досвіду в сім'ї до досягнення дитиною повноліття, репрезентація у свідомості батьків досвіду виховання у батьківській сім'ї та власного досвіду, розробити програму емпіричного дослідження, визначити комплекс психодіагностичного інструментарію.

Результати діагностики типу прив'язаності показали, що у 65% респондентів переважає унікаючий тип прив'язаності. У 29% досліджуваної вибірки виявлено надійну прив'язаність. 6% респондентів притаманний

тривожно-амбівалентна прив'язаність. Значення визначення типу прив'язаності у респондентів полягає у тому, що тип прив'язаності, який сформувався у дитинстві, носить характеристику «безперервності», тобто проявляється у майбутніх стосунках родителя і дитини.

Вивчення негативного дитячого досвіду показало, що 25% респондентів пережили три і більше форм дитячих травм до 18 років. Три третини (75%) респондентів відповіли «Так» на одне або два запитань. Це опитувані з надійним і унікаючим типом прив'язаності. Виявлено зв'язок унікаючого типу прив'язаності і високої психологічної травматизації у віці до 18 р. Це означає, що значна кількість травмівних факторів у дитячому віці сприяє формуванню унікаючого типу прив'язаності. Відзначимо, що декілька жінок з надійним типом прив'язаності також зазнали травмівних вплив. Уміння будувати довірливі, тонкочуттєві стосунки зі світом вдалося розвинути завдяки значущим дорослим, які були поруч і надавали підтримку і прийняття.

Психолінгвістичний аналіз наративу респондентів про досвід виховання у батьківській сім'ї показав, що батьки досліджуваної вибірки усвідомлюють несприятливі фактори дитинства. Вони розуміють, які батьківські стратегії були не ефективні, і які вони готові змінити, свідомо обирають нові. Результати співбесіди про власне дитинство допомогли вивчити феномен набутої надійної прив'язаності і упевнитися у гіпотезі про те, що осмислення дитячого досвіду виховання у батьківській сім'ї сприяє побудові емоційної близькості з власною дитиною і формування в неї надійної прив'язаності.

Не залежно від типу прихильності і негативного травмівного досвіду, пережитого до 18 р., сучасні батьки обирають демократичні стратегії виховання й оптимальний емоційний контакт.

Теоретичний аналіз наукової літератури з питань відповідального й усвідомленого батьківства, результати емпіричного дослідження дозволили сконструювати модель формування усвідомленого батьківства й свідомого вибору батьками стратегій виховання. Модель складається з трьох блоків, які стосуються минулого батьків, теперішнього і майбутнього. Перший блок моделі

передбачає розширення уявлень батьків про досвід власного дитинства і виховних стратегій свої батьків і прабабків. Інструментами, з допомогою яких, відбувається цей аналіз, є генограма сім'ї, епістемологія і метафора, нарратив (історія власної сім'ї - усна або письмова). Другий блок включає психоедукацію з питань становлення інституту батьківства та його сучасного стану (його складових, нових підходів, моделей взаємодії з дітьми тощо). Методами роботи є інтерактивні лекції, дискусії, робота в групах, діагностичні опитувальники, які дозволяють проаналізувати поточні сімейні стосунки і стосунки з дітьми, а також метафора й епістемологічний аналіз. Третій блок моделі включає аналіз перспектив і розвитку власного батьківства, набуття навичок ненасильницького спілкування, задоволення емоційних потреб дітей, аналіз власних перспектив батьківства. Форми реалізації моделі: тренінги, групи підтримки батьків, індивідуальні консультації, психотерапія.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у вивченні впливу досвіду виховання у батьківській сім'ї на уявлення студентської молоді про батьківство.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексеєнко Т. Концептуалізація соціально-педагогічних основ сучасного сімейного виховання. *Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук*. 2017 р. 48 с.
2. Аллен Г., Дейлі К. Вплив участі батьків у житті членів родини: резюме дослідження доказів. Канада: Центр для сім'ї, роботи та добробуту, Гуелфський університет, 2007.
3. Балл Г. О. Феномен вибору в контексті соціальної поведінки. *Соціальна психологія*, 2005. № 1. С. 3–13.
4. Багатовимірність особистості : психологічний ракурс : колективна монографія; за заг. ред.: С. Л. Грабовської, Р. І. Карковської. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2015. 374 с.
5. Белей М.Д., Тодорів Л.Д. Основи діагностичної психології. Івано-Франківськ: Тіповіт, 2008. 296 с.
6. Бондарчук О.І. Психологія сім'ї: Курс лекцій. К.: МАУП, 2020. 96 с.
7. Бородулькіна Т. О. Метод використання метафори в процесі розвитку та корекції образу професії. *Актуальні проблеми психології. Том 3: Консультативна психологія і психотерапія: Зб.наукових праць Інституту психології ім.Г.С.Костюка АПН України*. За ред. Максименка С.Д., Кісарчук З.Г. Ніжин: Міланік, 2008. Вип.5. С.255-265.
8. Бріш К.Г. Розлади прив'язаності від теорії до терапії : посібник. Львів : 2012. С. 38.
9. Волошенко, М. Уявлення молоді про відповідальне батьківство. Людинознавчі студії. Серія «Педагогіка», 13(45), 16–20, 2021 doi: <https://doi.org/10.24919/2413-2039.13/45.2>
10. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору. Львів: Видавництво Старого Лева, 2021. 424 с.

11. Дем'яненко А. М. *Відповідальне батьківство як складова цінностей європейського простору. Teoretyczne i praktyczne aspekty rozwoju wsp?czesnej nauki: zbi?r artyku??w naukowych. konferencji Mi?dzynarodowej NaukowoPraktycznej (30.03.2017 - 31.03.2017).* с. 86-87. ISSN 978-83-65608-45-1
12. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. *Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях.* К.: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
13. Кириченко О.В. *Батьківство як соціально-психологічний феномен. Соціально-гуманітарний вісник, 2018 - irbis-nbuv.gov.ua*
14. Коваленко А. Б. *Психологія міжособистісного взаєморозуміння: підруч. К.: ВПЦ «Київський університет», 2010. 215 с.*
15. Кучманіч І. М. *Усвідомлене батьківство : навчально-методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Миколаїв : МНУ ім. В. О. Сухомлинського, 2019. – 245 с.*
16. Малімон Л., Федецька Ю. *Лінгвокультурний концепт Батьківство: до постановки проблеми. Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Серія : Філологічні науки. Мовознавство. Луцьк, 2014. № 5. С. 34–38.*
17. Наказава Д.Д. *Уламки дитячих травм. Чому ми хворіємо і як це припинити. К.: Форс Україна, 2022. 384 с.*
18. Панок В. Г., Рудь Г. В. *Психологія життєвого шляху особистості : Монографія. К. : Ніка-Центр, 2006. 280 с.*
19. *Психологія сім'ї: підручник. За ред. В. М. Поліщука. Суми: Університетська книга, 2021. 248 с.*
20. *Психологія сім'ї : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Укладачі: Л.В.Помиткіна, В.В.Злагодух, Н.С.Хімченко, Н.І.Погорільська. К. : НАУ, 2011. 272 с.*
21. Радостєва А.Г. *Батьківство як психологічне явище. Чинники, що впливають на його формування. Вісник ПДДПУ. Серія № 1. Психологічні та*

- педагогічні науки. Теоретико-експериментальні дослідження. 2013. С. 100–108.
- 22.Сандал О. Психотравмувальні події як чинник травматичного досвіду особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Випуск 2. 2021. С 49-62.*
- 23.Семків І.І. Психологічні особливості романтичних стосунків осіб із різним типом прив'язаності в юнацькому та зрілому віці. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія “Психологічні науки».* 2020. Випуск 3. С.46-56.
- 24.Сігел Дж.Д., Гарцел М. Свідоме батьківство: Як глибоке розуміння себе допомагає виховати успішних дітей. Львів: Свічадо, 2022. 272 с.
- 25.Трубавіна І. Усвідомлене і відповідальне батьківство. *Вісник Луганського національного університету.* 2013.
- 26.Федоришин Г.М. Психологічні проблеми сімейного виховання. Івано-Франківськ, 2013. 213 с.
- 27.Федоришин Г., Петрейко Н. Психолінгвістичні аспекти аналізу уявлень жінок про досвід виховання в батьківській сім'ї. *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (з міжнародною участю) «Психолінгвістичні засади етикетного та конфліктного дискурсів» (29 вересня 2023 р.)*
- 28.Чаусова Ю. А. Сімейний наратив як соціально-психологічний засіб конструювання подружніх стосунків : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.05 «Соціальна психологія, психологія соціальної роботи». К., 2013. 16 с.
- 29.Чепмен Г., Кембел Р. П'ять мов любови до дітей.Львів: Свічадо, 2022. 224 с.
- 30.Яблонська Т., Булатевич Н., Мамбетова А. Образи ідеальних батьків як складова частина уявлень про батьківство в юнацькому віці: етнопсихологічні особливості. *Теорія і практика сучасної психології.* 2019 р., № 6, Т. 2. С. 142-147. DOI <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.6-2.25>

31. Яблонська Т.М. Розвиток ідентичності дитини в системі сімейних взаємин: монографія. Суми : Вид-во СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2013. 444 с.
32. Ainsworth M.D.S., & Wittig B.A. Attachment and exploratory behavior of one-year-olds in a strange situation. In B.M. Foss (Ed.), *Determinants of infant behavior*. London : Methuen, 1969. Vol. 4. Pp. 111–136.
- Ainsworth M.D.S., Blehar M.C., Waters E., & Wall S. *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ : Erlbaum, 1978. 392p.
33. Adams K. M., Morgan A.P. *When He's Married to Mom: How to Help Mother-Enmeshed Men Open Their Hearts to True Love and Commitment*. New York : [s. n.], 2007. 288 p .
34. Bowlby J. *A Secure Base*. Behavioral Sciences. London : Routledge, 2005. Ed. 1. 224 p.
35. Coates S.W. John Bowlby and Margaret s. Mahler: their lives and theories. *Journal of the American Psychoanalytic Association* 02/2004; 52(2): 571-601.
36. Dube S.R., Anda R.F., Felitti V.J at al. «Growing Up with parental alcohol abuse: exposure to childhood abuse, neglect, and household dysfunction» *Child abuse and neglect* 25, no. 12. December 2001. P. 1627-40.
37. Erikson E. H. Studies in the interpretation of play: clinical observation of play disruption in young children. *Genetic Psychology Monographs*, Vol. 22, 1940, P. 557-671.
38. Felitti V.J. and Anda R.F. «The relationship of Adverse childhood experiences to adult medical disease, psychiatric disorders and sexual behavior: implications for healthcare» in *The Effect of Early Life Trauma on Health and Disease: The Hidden Epidemic*, edited by R.Lanius, E.Vermetten, C.Pain. New York: Cambridge University Press. 2010. P.77.
39. Heath Ch., Heath D. *Decisive: How to Make Better Choices in Life and Work*. New York : Crown Business, 2013. 243 p
40. Main M. The Adult Attachemnt interview: Fear, Attention, Safety and Discourse Processes. *Journal of the American Psychoanalytic Association* 48(4): 1055-1096.

41. Sigel D.J. *The Developing Mind*. New York: Guilford Press, 1999.

42. Wtaker C. *Midnight musings of a family therapist*. New York: W.W. Norton & Company. 208 p.

ДОДАТКИ

Додаток А

Запитання, що сприяють батьківського самоаналізу

1. Як ви виростили? Якою була ваша сім'я?
2. Як ви ладнали з батьками в ранньому дитинстві? Які стосунки розвивалися впродовж ранньої юності і донині?
3. Як відрізняються ваші стосунки з батьком і матір'ю, і чим саме вони подібні? Чи бажаєте ви в чомусь бути подібними до своїх батьків або, навпаки, не бути?
4. Чи відчували ви колись, що батьки відкидають вас або становлять для вас загрозу? Чи мали ви інший досвід, який видавався травматичним чи приголомшливим – у дитинстві чи пізніше? Чи щось з того досвіду оживає й досі? Чи впливає він на ваше життя?
5. Як батьки карали вас у дитинстві? Як це вплинуло на вас тоді, і як, на вашу думку, цей досвід впливає на вашу батьківську роль тепер?
6. Чи пригадуєте свої найперші моменти розлуки з батьками? Що ви відчували? Чи ви колись розлучалися надовго зі своїми батьками?
7. Чи хтось важливий у вашому житті помер упродовж вашого дитинства чи трохи згодом? Що пережили ви в той час, і як ця втрата впливає на вас тепер?
8. Як ваші батьки спілкуються з вами, коли ви щасливі чи схвильовані? Чи поділяють вони ваш ентузіазм?
9. Чи хтось інший, окрім ваших батьків, піклувався про вас у дитинстві? Якими були ці стосунки для вас? Що сталося з цими людьми? Що ви відчуваєте тепер, коли інші піклуються про вашу дитину?
10. Як ваш дитячий досвід вплинув на ваші стосунки з іншими в дорослому житті? Чи не ловите себе на думці, що прагнете уникати певної поведінки через ті чи інші події зі свого дитинства?
11. Який вплив, на ваш погляд, ваше дитинство мало на ваше доросле життя загалом, зокрема на те, що ви думаєте про себе й як спілкуєтеся зі своїми дітьми? Що ви хотіли б змінити в тому, як ви розумієте себе та ставитеся до інших?