

ФЕНОМЕН ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Шипіцина Алла Юріївна

здобувач вищої освіти соціально-економічного факультету,
спеціальності 053 «Психологія»
Вінницького соціально-економічного інституту Університету «Україна»

Павленко Олена Олександрівна

здобувач вищої освіти соціально-економічного факультету,
спеціальності 053 «Психологія»
Вінницького соціально-економічного інституту Університету «Україна»

Науковий керівник: Найчук Вікторія Віталіївна

ORCID ID: 0000-0003-2971-1386

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри соціальних технологій
Вінницького соціально-економічного інституту Університету «Україна»

Україна

Актуальність теми, розробка її у науковій вітчизняній та зарубіжній літературі. Розвиток дитини молодшого шкільного віку — це складний процес, на який впливають як біологічні, так і соціальні чинники. У цьому контексті батьківське середовище відіграє ключову роль, оскільки саме родина забезпечує перші та найважливіші взаємодії, що формують особистість, та психологічні особливості дитини. Виховні стратегії та поведінкові моделі, які батьки демонструють у повсякденному житті, формують емоційну стабільність, когнітивні здібності, соціальні навички та моральні цінності дитини.

Наукові дослідження вказують на те, що якість батьківського середовища тісно пов'язана з успішністю дитини в навчанні, її соціальною

адаптацією та психологічним здоров'ям. Наприклад, діти, які отримують достатню емоційну підтримку від батьків, мають вищий рівень емоційної компетентності та саморегуляції [1]. Крім того, батьки є основними моделями для наслідування, а їхні дії та цінності впливають на соціальну поведінку дитини.

Актуальність вивчення впливу батьківського середовища на розвиток дитини полягає в необхідності глибшого розуміння механізмів, через які родинні взаємодії впливають на різні аспекти розвитку дитини. Це знання важливе для розробки стратегій підтримки дітей, які стикаються з викликами у своєму розвитку, особливо в умовах соціально-економічної нестабільності, змін у традиційних сімейних структурах та інших сучасних викликів.

Дослідження останніх років також акцентують увагу на впливі конкретних стилів виховання на різні аспекти розвитку дитини. Демократичний стиль виховання, що поєднує високу емоційну підтримку та адекватний контроль, сприяє формуванню позитивного ставлення до навчання та досягненню високих академічних результатів [1]. Водночас авторитарний стиль, що передбачає жорсткий контроль та низький рівень емоційної підтримки, може призводити до проблем у соціальній адаптації та зниження мотивації до навчання.

Мета статті: аналіз особливостей впливу батьківського середовища на розвиток дитини.

Виклад основного матеріалу. Соціально-економічні фактори також значно впливають на здатність батьків створити сприятливе середовище для розвитку дитини. Дослідження показують, що батьки з вищим рівнем доходу та освіти зазвичай здатні забезпечити кращі умови для розвитку дитини, включаючи доступ до якісної освіти, позашкільних занять та ресурсів для інтелектуального та соціального розвитку [3].

Отже, наукові дані підтверджують, що батьківське середовище є важливим фактором у розвитку дитини, впливаючи на її емоційний, когнітивний та соціальний розвиток, а також на соціальну адаптацію та психологічне благополуччя.

Батьківське середовище включає всі аспекти взаємодії між батьками та дитиною, що впливають на її фізичний, емоційний, когнітивний та соціальний розвиток. Це середовище охоплює не лише безпосередні взаємодії, але й ширший контекст, включаючи родинні цінності, економічні ресурси та соціальні зв'язки. Від якості цього середовища значною мірою залежить, як дитина сприйматиме себе, взаємодітиме з іншими, а також її успіхи в навчанні та інших сферах життя.

Наукові дослідження вказують, що емоційна підтримка батьків є ключовою для формування емоційної компетентності та впевненості дитини [5]. Крім того, батьки забезпечують когнітивну стимуляцію, беручи участь у спільних освітніх іграх, читанні та дискусіях, що позитивно впливає на розвиток мислення, мовлення та загальної інтелектуальної активності [5].

Соціальні та моральні навички дітей також формуються під впливом батьківського середовища. Діти засвоюють основні етичні принципи та соціальні моделі, спостерігаючи за поведінкою батьків [9]. Наприклад, діти, яких навчають справедливості, чесності та відповідальності, краще адаптуються до соціальних вимог і встановлюють міцні соціальні зв'язки.

Батьківське середовище визначає, як дитина соціалізується і вчиться взаємодіяти з іншими людьми. Батьки виступають першими вчителями у розвитку навичок спілкування, вирішення конфліктів і співпраці. Різні стилі виховання впливають на здатність дитини адаптуватися до соціальних ситуацій та регулювати свої емоції. Демократичний стиль виховання сприяє формуванню емоційної автономії та саморегуляції [4].

Кілька теоретичних підходів пропонують різні перспективи щодо впливу батьківського середовища на розвиток дитини.

Теорія прив'язаності Дж. Боулбі [11] підкреслює важливість надійної емоційної прив'язаності для психологічного благополуччя дитини. Діти, які мають надійний зв'язок з батьками, відчують більшу безпеку і краще адаптуються до соціальних викликів.

Теорія соціального навчання Альберта Бандури [9] наголошує на тому, що діти навчаються соціальним і моральним нормам через наслідування поведінки батьків, що робить їх прикладом для соціалізації.

Емоційна підтримка батьків має вирішальне значення для емоційного розвитку дитини. Вона включає здатність батьків розпізнавати емоційні потреби дитини, надавати їй стабільність і впевненість, що сприяє розвитку емоційної компетентності [4].

Емоційна регуляція є ключовим процесом, який дозволяє дитині управляти своїми емоційними реакціями та адаптуватися до соціальних ситуацій. Батьки відіграють важливу роль у формуванні цих навичок, моделюючи свою поведінку та навчаючи дітей стратегіям емоційної регуляції [2].

Сімейні конфлікти можуть негативно впливати на емоційний розвиток дитини. Постійні конфлікти між батьками можуть призвести до підвищеного стресу у дитини, що збільшує ризик розвитку тривожних і депресивних розладів [3]. Діти, які постійно стають свідками конфліктів, можуть відчувати страх, невпевненість і вину за ситуацію, що негативно впливає на їхню самооцінку та емоційну стабільність [3].

Батьківське ставлення також впливає на розвиток тривожних розладів у дітей. Авторитарний стиль виховання, що супроводжується надмірним контролем, може призводити до підвищеної тривожності. Діти, які зростають у таких умовах, можуть відчувати постійний страх перед невдачами та хронічний стрес [8].

Навпаки, демократичний стиль виховання, що поєднує підтримку та контроль, сприяє розвитку емоційної стійкості та здатності справлятися зі стресом [8].

Негативне батьківське ставлення, що включає емоційну холодність або нехтування емоційними потребами дитини, може призвести до розвитку депресивних станів. Такі діти часто відчують себе непотрібними і нелюбими, що сприяє формуванню негативного образу "Я" і підвищує ризик депресії [3]. Особливо важливим є ставлення батьків до емоційних викликів та невизначених ситуацій. Якщо батьки виявляють надмірну тривогу або страх перед новим, це може передаватися дітям, що підвищує в них ризик розвитку тривожних розладів [3].

Соціалізація дитини багато в чому залежить від моделі батьківської поведінки. Діти, які спостерігають за позитивними прикладами соціальної поведінки у своїй родині, краще адаптуються до соціального середовища, демонструють вищий рівень співпраці та емпатії [1]. Батьки відіграють центральну роль у навчанні дітей основам взаємодії з іншими людьми, включаючи такі важливі аспекти, як співчуття, взаємодопомога та вирішення конфліктів.

Важливо, що стиль виховання батьків впливає на здатність дитини встановлювати і підтримувати соціальні зв'язки. Наприклад, демократичний стиль, що поєднує підтримку і контроль, допомагає дітям розвивати впевненість у соціальних ситуаціях і краще вирішувати конфлікти [1]. Авторитарний стиль, навпаки, може призвести до розвитку агресивних або замкнених моделей поведінки, що ускладнює соціалізацію дитини.

Моральні принципи, які дитина засвоює в сім'ї, впливають на її поведінку і стосунки з оточуючими. Батьки є першими вчителями моральних норм, таких як чесність, справедливість і відповідальність. Діти, які з раннього віку отримують від батьків ці цінності, зазвичай краще

адаптуються до соціальних норм і демонструють більш етичну поведінку [5].

Виховання моральних цінностей також впливає на самооцінку і почуття власної гідності дитини. Діти, яких вчать поважати інших і чинити правильно, розвивають високу самооцінку і почуття впевненості в собі, що допомагає їм ефективно функціонувати у соціальних ситуаціях [5].

Висновки. Батьківське середовище є одним із найважливіших чинників розвитку дитини молодшого шкільного віку. Вплив батьків на дитину багатогранний і охоплює емоційний, когнітивний, соціальний та моральний аспекти її розвитку. Якість батьківського середовища визначає, як дитина буде справлятися з емоційними викликами, розвивати соціальні навички, формувати самооцінку та адаптуватися до шкільного життя.

Наукові дослідження підтверджують, що емоційна підтримка, когнітивна стимуляція, стиль виховання та соціально-економічні умови є ключовими факторами, які визначають успіх дитини в різних сферах її розвитку. Особливо важливо, щоб батьки забезпечували дитині емоційну безпеку, навчали її соціальних та моральних цінностей, а також створювали умови для інтелектуального зростання.

У сучасному світі, де діти стикаються з багатьма викликами, важливо надавати батькам інформацію про вплив їхніх дій на розвиток дитини. Це знання допоможе батькам більш ефективно виконувати свою виховну роль, забезпечуючи дітям найкращі умови для розвитку та процвітання.

Список використаної літератури

1. Безлюдний О. Роль сім'ї в особистісному розвитку дитини URL: http://library.udpu.org.ua/library_files/poriv_ped_stydii/2011/2011_1_6.pdf.
2. Бондарчук О.Й. Психологія сім'ї. Харків: НУА, 2018. 364 с.

3. Заїка В.М. Вплив дисгармонійних дитячо-батьківських стосунків на виникнення адиктивних схильностей в підлітковому віці як соціальна проблема. Ужгород: Говерла, 2023. С. 50–54.
4. Карпенко А.О. Дитячо-батьківські стосунки як складова розвитку емпатії у дітей молодшого шкільного віку. 2021 URL: http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/%D0%97%D0%B1_%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%84.2021.pdf#page=110
5. Лесгафт П.Ф. Сімейне виховання дитини і його значення. Київ, 2021. 33 с.
6. Малкович М.М. Стилі сімейного виховання та їх роль у формуванні гендерних уявлень дітей дошкільного віку. URL: <http://vuzlib.com/content/view/845/94/>.
7. Сичинська М. Теоретичні аспекти впливу батьківсько-дитячих взаємин на формування резильєнтності підлітка. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. 2022. № 18 (63). С. 64-75.
8. Трофаїла Н. Д. Дитячо-батьківські відносини в молодшому шкільному віці. URL: <http://dspace.udpu.edu.ua/handle/123456789/13906>
9. Bandura, A. Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1977. 46 p.
10. Bowlby, J. A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. Basic Books, 1988. 136 з.
11. Neppel, T.K., Jeon, S., Diggs, O., Donnellan, M.B. Positive parenting, effortful control, and developmental outcomes across early childhood. Developmental Psychology. 2020. URL: <https://doi.org/10.1037/dev0000874>