

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ ДЗВО
«УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ»
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ
Кафедра педагогіки, психології та менеджменту



ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ

Рішенням засідання кафедри
педагогіки, психології та
менеджменту

Протокол № 6 від 09.05 2026 р.
завідувачка кафедри

Юлія ГЕРАСИМЕНКО

підпис

**«Психологічний вплив сімейних конфліктів на емоційний стан
дітей»**

Кваліфікаційна робота

на здобуття освітнього ступеня «магістр»

Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 Психологія

Освітньо-професійна програма «Психологія»

Здобувачка вищої освіти
групи ПС-24-13-зМ

БОРИСЮК Оксана Олександрівна

Науковий керівник:
Кандидат психологічних наук

ХОМЧУК Олена Павлівна

Біла Церква 2026

Протокол аналізу звіту подібності

Заявляю, що я ознайомився (-лась) з Повним звітом подібності, який був згенерований Системою виявлення і запобігання щодо роботи:

Автор: Борисюк Оксана Олександрівна , група ПС-24-13-зМ

Назва: Психологічний вплив сімейних конфліктів на емоційний стан дітей

Керівник: Хомчук Олена Павлівна

Підрозділ: Bila Tserkva institute of continuous professional education

Коефіцієнт подібності 1: 7.46%

Мікропробіли: 295

Заміна букв: 0

Інтервали: 0

Після аналізу Звіту подібності констатую наступне:

Запозичення, виявлені в роботі є законними і не є плагіатом. Рівень подібності не перевищує допустимої межі. Таким чином робота незалежна і приймається.

Запозичення не є плагіатом, але перевищено граничне значення рівня подібностей. Таким чином робота повертається на доопрацювання.

Виявлено запозичення і плагіат або навмисні текстові спотворення (маніпуляції), як передбачувані спроби укриття плагіату, які роблять роботу невідповідною вимогам законодавства (Ст. 26. ЗУ Про фахову передвищу освіту, пункт 3.1, Ст. 42. ЗУ Про освіту) та вимог НАЗЯВО (Критерій 5), а також кодексу етики і процедур. Таким чином робота не приймається.

Висновок:

Відсоток оригінальності за системою Strike Plagiarism 7,46% відповідає встановленим вимогам. Високий рівень оригінальності. Допускається до захисту/рецензування.

Дата 01.05.2026 р.

Відповідальний за антиплагіатну технічну експертизу у Білоцерківському інституті неперервної професійної освіти
ДЗВО «Університет менеджменту освіти»
НАПН України:

Підпис _____



**«УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ»
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ
ОСВІТИ**

Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність: 053 Психологія

Освітньо-професійна програма «Психологія»



ЗАТВЕРДЖУЮ

завідувачка кафедри

Юлія ГЕРАСИМЕНКО

« 01.05 2026 року

ЗАВДАННЯ

на кваліфікаційну роботу здобувачці освіти

Борисюк Оксані Олександрівні

Тема роботи: «Психологічний вплив сімейних конфліктів на емоційний стан дітей».

Науковий керівник: Хомчук О. П., кандидат психологічних наук, затверджено наказом № 01-06/01 від 12.01.2026 р.

Строк подання здобувачем освіти роботи: 01.05.2026.

Вихідні дані до роботи: наукові праці вітчизняних і зарубіжних учених, матеріали сучасних періодичних видань, електронні наукові ресурси, монографії та публікації, присвячені проблемі психологічного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей.

Перелік питань, які потрібно розробити:

1. Проаналізувати теоретичні основи дослідження психологічного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей, а саме: сім'я як провідний

соціально-психологічний чинник розвитку дитини; психологічна сутність, причини та типологія сімейних конфліктів, емоційний стан дитини як психологічна категорія: структура та показники; вплив сімейних конфліктів на емоційний розвиток і психологічне благополуччя дітей.

2. Здійснити емпіричне дослідження емоційного стану дітей в умовах сімейних конфліктів та описати його результати.

3. Обґрунтувати практичні аспекти розвитку емоційної компетентності дітей дошкільного віку.

4. Розробити, апробувати та перевірити ефективність впровадження програми «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника».

Консультанти розділів роботи:

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
1	Хомчук О. П., кандидат психологічних наук	12.01.2026	12.01.2026
2	Хомчук О. П., кандидат психологічних наук	02.03.2026	02.03.2026
3	Хомчук О. П., кандидат психологічних наук	01.05.2026	01.05.2026

Дата видачі завдання: 12.01.2026

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1.	Узгодження теми, складання змісту	січень	виконано
2.	Вивчення літературних джерел	січень-лютий	виконано
3.	Збирання матеріалу у закладі	лютий	виконано
4.	Обробка матеріалів	березень	виконано
5.	Написання розділу 1	лютий-березень	виконано
6.	Написання розділу 2	лютий-березень	виконано
7.	Написання розділу 3	квітень	виконано
8.	Формулювання висновків	квітень	виконано

9.	Оформлення кваліфікаційної роботи, одержання відгуку та рецензії, перевірка на плагіат	квітень	виконано
10.	Подання роботи на кафедру	травень	виконано
11.	Захист кваліфікаційної роботи	травень	виконано

Здобувач/ка освіти  Оксана БОРИСЮК

Керівник роботи  Олена ХОМЧУК

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ» НАПН УКРАЇНИ
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ
Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

В І Д Г У К
наукового керівника на кваліфікаційну роботу здобувача вищої освіти
другого (магістерського) рівня
Борисюк Оксани Олександрівни
за темою:
«Психологічний вплив сімейних конфліктів на емоційний стан дітей»

Актуальність даної теми полягає у зростанні кількості конфліктних ситуацій у сучасних сім'ях та необхідності дослідження їхнього впливу на емоційний розвиток і психологічне благополуччя дітей дошкільного віку. Сім'я є основним соціальним середовищем розвитку дитини, тому саме характер взаємин між членами родини значною мірою визначає особливості формування емоційної сфери дитини, її самооцінки, рівня тривожності, емоційної стійкості та здатності до соціальної адаптації. Особливої актуальності проблема набуває в сучасних соціально-психологічних умовах, що супроводжуються підвищеним рівнем стресу, емоційного напруження та нестабільності у суспільстві.

У кваліфікаційній роботі магістра розкрито теоретичні основи дослідження психологічного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей, проаналізовано сім'ю як провідний соціально-психологічний чинник розвитку дитини, визначено психологічну сутність, причини та типологію сімейних конфліктів. Автором охарактеризовано емоційний стан дитини як психологічну категорію, визначено його структуру та основні показники, а також висвітлено особливості впливу сімейних конфліктів на емоційний розвиток і психологічне благополуччя дітей дошкільного віку.

У роботі здійснено емпіричне дослідження емоційного стану дітей в умовах сімейних конфліктів із використанням комплексу психодіагностичних методик. Проаналізовано результати опитування батьків та дітей, визначено

особливості емоційних проявів дошкільників у конфліктному сімейному середовищі. Практичну цінність роботи становить розроблена та апробована програма розвитку емоційної компетентності дітей дошкільного віку «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника», спрямована на формування навичок емоційного самовираження, розвитку емпатії, емоційної стійкості та саморегуляції.

Вважаємо, що кваліфікаційна робота Борисюк О. О. розкрита на належному теоретичному та практичному рівнях, містить елементи наукової новизни, оформлена згідно встановлених вимог та рекомендується до захисту на засіданні екзаменаційної комісії. Кваліфікаційна робота заслуговує 82 (А) балів (оцінка ECTS, оцінка за національною шкалою).

Науковий керівник:

кандидат психологічних наук



О. П. Хомчук

АНОТАЦІЯ

Кваліфікаційна робота: 131 сторінка, 6 рисунків, 9 таблиць, 4 додатки, 70 літературних джерела.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічний вплив сімейних конфліктів на емоційний стан дітей дошкільного віку, а також розробити й апробувати програму розвитку емоційної компетентності дітей в умовах сімейної конфліктності.

Об'єкт дослідження – емоційний стан дітей дошкільного віку.

Предмет дослідження – психологічний вплив сімейних конфліктів на емоційний стан дітей дошкільного віку.

Для досягнення поставленої мети та реалізації завдань дослідження було використано комплекс взаємопов'язаних методів. До теоретичних методів належали аналіз, синтез, порівняння, систематизація та узагальнення наукової літератури з проблеми психологічного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей. До емпіричних методів віднесено психодіагностування на основі використання анкет, методик та опитувальників, зокрема: опитувальник «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Ю. Альошина, Л. Гозман, О. Дубовська), «Морфологічний тест життєвих цінностей» (В. Сопов, Л. Карпушин), анкета «Взаємини в сім'ї». «Методика вивчення мимічної моторики» (Г. Волкова), методика «Вивчення та розуміння емоційних станів людей, зображених на картинках» (О. Ізотова), тест «Розпізнавання емоцій» (Т. Чередникова).

Для обробки та інтерпретації отриманих результатів застосовувалися методи кількісного та якісного аналізу даних, що дозволило узагальнити результати дослідження та визначити особливості психологічного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей дошкільного віку.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у практичній діяльності психологів, вихователів закладів дошкільної освіти, соціальних педагогів та батьків з метою своєчасного виявлення й попередження негативного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей дошкільного віку.

Практичну цінність має розроблена та апробована програма розвитку емоційної компетентності дітей дошкільного віку «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника», спрямована на формування навичок розпізнавання, усвідомлення та вираження емоцій, розвиток емпатії, емоційної стійкості та здатності до саморегуляції. Запропонована програма може використовуватися у роботі практичних психологів і вихователів закладів дошкільної освіти під час проведення корекційно-розвиткових занять з дітьми.

Ключові слова: сім'я, сімейні конфлікти, подружні взаємини, конфліктність, сімейне середовище, емоційний стан дитини, емоційний розвиток, психологічне благополуччя, емоційна сфера, емоційна компетентність, міжособистісні взаємини, тривожність, емоційна нестабільність, емоційна саморегуляція, сімейні взаємини, психологічна безпека.

ABSTRACT

Qualification work: 131 pages, 6 figures, 9 tables, 4 appendices, 70 literary sources.

The purpose of the study: to theoretically substantiate and empirically investigate the psychological impact of family conflicts on the emotional state of preschool children, as well as to develop and test a program for the development of children's emotional competence in conditions of family conflict.

The object of the study is the emotional state of preschool children.

The subject of the study is the psychological impact of family conflicts on the emotional state of preschool children.

To achieve the set goal and implement the research tasks, a complex of interrelated methods was used. The theoretical methods included analysis, synthesis, comparison, systematization and generalization of scientific literature on the problem of the psychological impact of family conflicts on the emotional state of children. Empirical methods include psychodiagnostics based on the use of questionnaires, methods and questionnaires, in particular: the questionnaire «Character of interaction between spouses in conflict situations» (Yu. Alyoshina, L. Gozman, O. Dubovskaya), «Morphological test of life values» (V. Sopov, L. Karpushin), the questionnaire «Interactions in the family». «Methodology of studying facial motor skills» (G. Volkova), the method «Study and understanding of emotional states of people depicted in pictures» (O. Izotova), the test "Recognition of emotions» (T. Cherednikova).

To process and interpret the results obtained, methods of quantitative and qualitative data analysis were used, which allowed us to generalize the results of the study and determine the features of the psychological impact of family conflicts on the emotional state of preschool children.

The practical significance of the study lies in the possibility of using the obtained results in the practical activities of psychologists, preschool educators, social workers and parents in order to timely identify and prevent the negative impact of family conflicts on the emotional state of preschool children.

The developed and tested program for the development of emotional competence of preschool children "Emotional Journey: the World of Feelings of a Preschooler" is of practical value, aimed at forming the skills of recognizing, understanding and expressing emotions, developing empathy, emotional stability and the ability to self-regulation. The proposed program can be used in the work of practical psychologists and preschool educators during correctional and developmental classes with children.

Keywords: family, family conflicts, marital relations, conflict, family environment, emotional state of the child, emotional development, psychological well-being, emotional sphere, emotional competence, interpersonal relations, anxiety, emotional instability, emotional self-regulation, family relations, psychological safety.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	12
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ НА ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДІТЕЙ.....	18
1.1. Сім'я як провідний соціально-психологічний чинник розвитку дитини....	18
1.2. Психологічна сутність, причини та типологія сімейних конфліктів.....	27
1.3. Емоційний стан дитини як психологічна категорія: структура та показники....	33
1.4. Вплив сімейних конфліктів на емоційний розвиток і психологічне благополуччя дітей.....	38
Висновки до розділу 1.....	41
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ В УМОВАХ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ.....	44
2.1. Структура, організація та методики дослідження емоційного стану дітей в умовах сімейних конфліктів.....	44
2.2. Інтерпретація результатів опитування батьків щодо емоційного стану їхніх дітей в умовах сімейних конфліктів.....	56
2.3. Інтерпретація результатів опитування дітей щодо їхнього емоційного стану в умовах сімейних конфліктів.....	71
Висновки до розділу 2.....	83
РОЗДІЛ 3 РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	86
3.1. Практичні аспекти розвитку емоційної компетентності дітей дошкільного віку.....	86
3.2. Зміст програми «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника».....	91
3.3. Узагальнення результатів формувального етапу дослідження емоційного стану дітей в умовах сімейних конфліктів.....	106
Висновки до розділу 3.....	110
ВИСНОВКИ.....	113
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	116
ДОДАТКИ.....	122

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Проблема психологічного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей є однією з найбільш актуальних у сучасній психологічній науці та практиці. Це зумовлено тим, що сім'я виступає первинним і найважливішим соціальним середовищем розвитку дитини, у межах якого формуються її емоційна сфера, самооцінка, моделі поведінки, система міжособистісних взаємин та базове відчуття психологічної безпеки. Саме у сім'ї дитина отримує перший досвід емоційної взаємодії, навчається розуміти власні почуття та емоції інших людей, засвоює норми поведінки й способи реагування на життєві труднощі.

У сучасних умовах проблема сімейних конфліктів значно загострюється під впливом соціально-економічної нестабільності, підвищеного рівня психоемоційного напруження, трансформації сімейних цінностей, зростання кількості розлучень та кризових явищ у суспільстві. Особливої актуальності ця проблема набуває в умовах воєнного стану в Україні, коли багато сімей переживають тривалий стрес, емоційне виснаження, матеріальні труднощі та психологічні перевантаження, що нерідко стає причиною конфліктності у родинних взаєминах.

Як зазначають сучасні українські дослідники, конфлікти у сім'ї негативно впливають не лише на взаємини між подружжям, а й безпосередньо на психоемоційний розвиток дитини. Постійне перебування у конфліктному середовищі може викликати у дітей тривожність, страхи, емоційну нестабільність, агресивність, зниження самооцінки, труднощі у спілкуванні та соціальній адаптації.

На думку українських психологів (І. Беха, С. Максименка, О. Кононко, Т. Титаренко, М. Боришевського), саме сімейне середовище має визначальний вплив на становлення емоційного благополуччя дитини. Атмосфера підтримки, довіри, любові та психологічної безпеки сприяє гармонійному розвитку особистості, тоді як конфліктність, емоційне напруження, агресія або байдужість між членами сім'ї можуть призводити до порушення емоційної

рівноваги дитини та негативно впливати на її психічне здоров'я.

Актуальність дослідження посилюється також тим, що діти є особливо вразливою категорією до впливу психотравмувальних факторів. На відміну від дорослих, дитина ще не має достатньо сформованих механізмів психологічного захисту та навичок емоційної саморегуляції, тому сімейні конфлікти часто переживаються нею надзвичайно гостро. У результаті у дітей можуть виникати порушення емоційного розвитку, труднощі у навчанні, проблеми поведінки та міжособистісної взаємодії.

Важливість дослідження проблеми визначається і тим, що сімейні конфлікти мають довготривалий вплив на формування особистості дитини. Негативний емоційний досвід, отриманий у дитинстві, може відобразитися на подальшому психічному розвитку, формуванні комунікативних навичок, здатності будувати довірливі взаємини та конструктивно вирішувати конфліктні ситуації у дорослому житті. Як свідчать наукові дослідження, діти, які систематично спостерігають конфлікти між батьками, нерідко переймають деструктивні моделі поведінки та відтворюють їх у власних міжособистісних стосунках.

Актуальність теми зумовлюється необхідністю своєчасного виявлення негативних наслідків сімейних конфліктів для психіки дитини та розробки ефективних психолого-педагогічних заходів щодо профілактики емоційних порушень. Сучасна психологічна практика потребує нових підходів до психологічної підтримки дітей, які зростають у конфліктному сімейному середовищі, а також програм психологічного супроводу сімей з метою гармонізації родинних взаємин і створення психологічно безпечного простору для розвитку дитини.

Отже, актуальність теми дослідження «Психологічний вплив сімейних конфліктів на емоційний стан дітей» визначається зростанням кількості конфліктних ситуацій у сучасних сім'ях, значним впливом сімейного середовища на емоційний розвиток дитини, необхідністю збереження психологічного здоров'я дітей та потребою у вдосконаленні психолого-педагогічної допомоги сім'ям. Дослідження цієї проблеми має важливе

теоретичне і практичне значення, оскільки сприятиме глибшому розумінню особливостей емоційного розвитку дітей в умовах сімейної конфліктності та пошуку ефективних шляхів психологічної підтримки дитини і родини загалом.

Об'єкт дослідження – емоційний стан дітей дошкільного віку.

Предмет дослідження – психологічний вплив сімейних конфліктів на емоційний стан дітей дошкільного віку.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічний вплив сімейних конфліктів на емоційний стан дітей дошкільного віку, а також розробити й апробувати програму розвитку емоційної компетентності дітей в умовах сімейної конфліктності.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні основи дослідження психологічного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей, а саме: сім'я як провідний соціально-психологічний чинник розвитку дитини; психологічна сутність, причини та типологія сімейних конфліктів, емоційний стан дитини як психологічна категорія: структура та показники; вплив сімейних конфліктів на емоційний розвиток і психологічне благополуччя дітей.

2. Здійснити емпіричне дослідження емоційного стану дітей в умовах сімейних конфліктів та описати його результати.

3. Обґрунтувати практичні аспекти розвитку емоційної компетентності дітей дошкільного віку.

4. Розробити, апробувати та перевірити ефективність впровадження програми «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника».

Для досягнення поставленої мети та реалізації завдань дослідження було використано комплекс взаємопов'язаних **методів**. До теоретичних методів належали аналіз, синтез, порівняння, систематизація та узагальнення наукової літератури з проблеми психологічного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей.

До емпіричних методів віднесено психодіагностування на основі використання таких анкет, методик та опитувальників: опитувальник «Характер

взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Ю. Альошина, Л. Гозман, О. Дубовська), «Морфологічний тест життєвих цінностей» (В. Сопов, Л. Карпушин), анкета «Взаємини в сім'ї». «Методика вивчення мімічної моторики» (Г. Волкова), методика «Вивчення та розуміння емоційних станів людей, зображених на картинках» (О. Ізотова), тест «Розпізнавання емоцій» (Т. Чередникова).

Для обробки та інтерпретації отриманих результатів застосовувалися методи кількісного та якісного аналізу даних, що дозволило узагальнити результати дослідження та визначити особливості психологічного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей дошкільного віку.

Теоретичне значення дослідження полягає у поглибленні та систематизації наукових уявлень про психологічний вплив сімейних конфліктів на емоційний стан дітей дошкільного віку. У роботі уточнено сутність понять «сімейний конфлікт», «емоційний стан дитини», «емоційне благополуччя», розкрито психологічні особливості емоційного розвитку дітей в умовах конфліктного сімейного середовища.

У дослідженні узагальнено теоретичні підходи українських і зарубіжних науковців до проблеми сімейних конфліктів та їхнього впливу на особистісний розвиток дитини. Визначено основні причини, типи та психологічні механізми впливу конфліктних взаємин у сім'ї на емоційну сферу дітей дошкільного віку.

Теоретично обґрунтовано значення сімейного середовища як провідного соціально-психологічного чинника формування емоційного благополуччя дитини. Розкрито взаємозв'язок між рівнем конфліктності у сім'ї та проявами тривожності, емоційної нестабільності, агресивності, труднощів емоційної саморегуляції та міжособистісної взаємодії у дітей.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у практичній діяльності психологів, вихователів закладів дошкільної освіти, соціальних педагогів та батьків з метою своєчасного виявлення й попередження негативного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей дошкільного віку.

Результати дослідження можуть бути використані для психодіагностики

особливостей емоційного стану дітей, які виховуються в умовах підвищеної сімейної конфліктності, а також для визначення рівня тривожності, емоційної нестабільності, труднощів емоційної саморегуляції та міжособистісної взаємодії.

Практичну цінність має розроблена та апробована програма розвитку емоційної компетентності дітей дошкільного віку «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника», спрямована на формування навичок розпізнавання, усвідомлення та вираження емоцій, розвиток емпатії, емоційної стійкості та здатності до саморегуляції. Запропонована програма може використовуватися у роботі практичних психологів і вихователів закладів дошкільної освіти під час проведення корекційно-розвиткових занять з дітьми.

Матеріали дослідження можуть бути використані у процесі психологічного консультування батьків щодо гармонізації сімейних взаємин, створення психологічно безпечного сімейного середовища та попередження емоційних порушень у дітей.

Результати дослідження можуть бути корисними під час підготовки навчально-методичних матеріалів, проведення тренінгів, семінарів та просвітницької роботи з проблем емоційного розвитку дітей і профілактики негативних наслідків сімейних конфліктів.

Експериментальна база дослідження: Білоцерківський заклад дошкільної освіти №18 «Ясочка» Білоцерківської міської ради Київської області.

Апробація результатів дослідження:

1. Борисюк О. О. Розвиток емоційної компетентності дітей дошкільного віку. Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції «Modern Scientific Research: Theoretical and Practical Aspects» (11-13 травня 2026 року, Рига, Латвія).

2. Борисюк О. О. Психологічний вплив сімейних конфліктів на емоційний стан дітей. Збірник тез VI Міжнародної наукової конференції «Інноваційна наука: пошук відповідей на виклики сучасності» (15 травня 2026 року, м. Чернівці).

Структура роботи включає вступ, три розділи, висновки до кожного з них, загальні висновки, список використаних джерел та додатки. Ілюстративний матеріал представлено 6 рисунками та 9 таблицями.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВПЛИВУ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ НА ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДІТЕЙ

1.1. Сім'я як провідний соціально-психологічний чинник розвитку дитини

Психологічне здоров'я та особистісне благополуччя людини значною мірою визначаються її здатністю будувати гармонійні й ефективні взаємини з навколишнім світом. Формування цих взаємин розпочинається ще з ранніх етапів розвитку людини та триває протягом усього життя, впливаючи на становлення особистості, її емоційний стан і поведінку.

У сучасних психологічних дослідженнях дедалі більшої уваги набуває поняття середовища як важливого чинника розвитку людини. Ця категорія активно використовується не лише в межах екопсихології, а й у різних напрямках психологічної науки. Сам термін «екологічна психологія» походить від грецьких слів *oikos* – середовище, оточення, *psyche* – душа та *logos* – учення, що підкреслює важливість взаємозв'язку людини із середовищем її існування [21].

Середовище створює широкий спектр можливостей для розвитку особистості, однак їх реалізація залежить від активності самої людини. Саме здатність особистості взаємодіяти з навколишнім світом, освоювати його та впливати на нього відображає її активну роль як суб'єкта власного життя та розвитку.

Суспільство виступає важливою системою, у межах якої взаємодія людини з іншими людьми є необхідною умовою її життєдіяльності, розвитку та самореалізації. Особистість постійно включена в різні соціальні підсистеми, у процесі взаємодії з якими вона не лише зазнає впливу, а й сама впливає на них через власну діяльність. Таким чином, відбувається взаємний процес змін: середовище впливає на розвиток психологічних якостей людини, а людина, у свою чергу, трансформує саме середовище [14].

Поняття середовища почало активно розроблятися ще у 30-х роках ХХ

століття. Одним із перших його наукове обґрунтування здійснив М. Басов у межах педології – науки про цілісний розвиток дитини. Основою такого підходу стало розуміння людини як психофізіологічної цілісності, що формується у процесі активної взаємодії з природним і соціокультурним середовищем. Особливу увагу дослідник приділяв саме взаємозв'язку людини та середовища, підкреслюючи їх взаємний вплив [26].

Новизна цієї концепції полягала в тому, що психічний розвиток особистості розглядався в системі соціокультурних координат, де як природне середовище, так і культурно-історичні умови визнавалися однаково важливими чинниками становлення людини.

Перші спроби класифікації середовищ були здійснені в межах педології. Хоча сьогодні ці підходи можуть видаватися дещо спрощеними, вони стали важливим етапом у розвитку психологічної науки. Дослідники аналізували особливості різних соціальних середовищ, у яких перебувала дитина, зокрема пролетарського, селянського, шкільного, дошкільного та позашкільного. Значна увага приділялася вивченню впливу умов життя, типу виробництва, культурних і національних особливостей на формування особистості дитини. Також окреслювалися принципи організації освітнього й виховного середовища – ясел, дитячих садків, шкіл, піонерських та виробничих колективів [30].

Подальший розвиток цього напрямку досліджень був тимчасово призупинений через заборону педології, що суттєво загальмувало вивчення психічного розвитку особистості в контексті різних аспектів життєвого середовища – освітнього, культурного, соціального, побутового та просторового.

Водночас у психології та педагогіці значна увага приділялася дослідженню впливу сімейного оточення на розвиток дитини. Науковці довели важливість сімейної атмосфери у формуванні особистісних якостей, моральних цінностей та емоційної сфери дитини. Особливого значення набували емоційне ставлення батьків до дітей, стиль сімейного виховання, способи передавання моральних норм, а також організація спільної діяльності й спілкування в родині.

Я. Корчак у своїх працях використовував поняття «середовище, що виховує», підкреслюючи важливість сімейних умов для формування особистості дитини. На його думку, саме атмосфера сім'ї визначає рівень активності дитини, її самостійності, почуття свободи та можливості для гармонійного розвитку. Учений розрізняв середовище, яке сприяє розвитку особистості, підтримує її потреби та потенціал, і середовище, що обмежує розвиток, пригнічує ініціативність та не забезпечує психологічного комфорту [36].

Вчений прагнув відтворити модель позитивного сімейного середовища у дитячих будинках, вважаючи, що лише атмосфера любові, безпеки, прийняття та взаємоповаги забезпечує повноцінний інтелектуальний, емоційний і соціальний розвиток дитини. Його педагогічні ідеї були підтверджені не лише науковими поглядами, а й особистим громадянським вчинком — він добровільно залишився зі своїми вихованцями-сиротами та розділив їхню трагічну долю під час Другої світової війни [36].

У сучасній психологічній науці поняття середовища розглядається значно ширше та охоплює просторові, культурні, освітні, етнічні, інформаційні, мовленнєві й природно-ландшафтні характеристики. Дослідники підкреслюють, що середовище слід аналізувати насамперед через призму особистості та її взаємодії з навколишнім світом.

Український учений Ю. Швалб виокремлював різні типи середовища залежно від сфер життєдіяльності людини: культурне, освітнє, професійне, інформаційне, побутове, природне та міжособистісне. Вплив кожного з них здійснюється опосередковано – через систему особистісних відносин, емоційних переживань, мотивацій, пізнавальних процесів і поведінки людини [40].

Особливе місце серед усіх типів середовищ посідає сімейне середовище, оскільки воно поєднує у собі одразу декілька важливих складових: побутову, освітню, інформаційну та міжособистісну. На різних етапах розвитку сім'ї провідного значення можуть набувати різні аспекти середовища, визначаючи специфіку розвитку її членів. Саме тому сім'я розглядається як найважливіше життєве середовище дитини, у межах якого відбувається взаємний розвиток,

формування особистості та здійснення цілеспрямованого психологічного й педагогічного впливу.

Сучасні наукові дослідження свідчать про те, що система «людина – середовище» може розглядатися в кількох взаємопов'язаних аспектах. По-перше, вона виступає як важлива теоретико-методологічна основа аналізу розвитку особистості. По-друге, середовище розглядається як умова психічного та особистісного розвитку людини в межах конкретних психологічних досліджень. По-третє, воно може виконувати роль засобу розвитку особистості, впливаючи на її самореалізацію, формування цінностей, поведінки та способів взаємодії зі світом [46].

Психічний розвиток людини відбувається в певному соціальному та предметно-просторовому середовищі, сукупність елементів якого формує сімейне середовище. Важливе значення має не лише сам факт існування такого середовища, а й його якість, оскільки саме вона визначає особливості розвитку, становлення та взаємодії всіх членів сім'ї.

Першим і найважливішим середовищем у житті людини є сім'я. Саме вона поєднує в собі просторові умови проживання, соціально-економічні характеристики, культурний потенціал родини, систему сімейних традицій, особливості міжособистісного спілкування, а також виховний та освітній вплив. Водночас сучасний інститут сім'ї переживає складний кризовий період, що визнається як науковцями, так і суспільством загалом.

Особливо важливим є не лише усвідомлення наявності цієї кризи, а й розуміння її причин, особливостей перебігу та можливих шляхів подолання. Актуальним залишається питання: чи є сучасна криза сім'ї тимчасовим явищем, яке може бути подолане, чи вона має глибокий системний характер і свідчить про трансформацію самого інституту сім'ї [50].

У зв'язку з цим дослідження сім'ї як соціального середовища набуває особливого значення. Аналіз способу життя родини, її структури та особливостей взаємодії дозволяє прогнозувати тенденції розвитку сім'ї як первинного середовища виховання дитини, а також визначати напрями

психологічної підтримки та супроводу родини в сучасних умовах.

Сімейне середовище, подібно до освітнього, можна розглядати як складне багатовимірне соціальне утворення, яке є предметом теоретичних, експериментальних і практичних досліджень. Аналіз сімейного середовища здійснюється з різних позицій залежно від особливостей взаємодії між його учасниками.

З одного боку, сім'я може розглядатися як фактор розвитку та виховання дитини, де взаємодія будується за моделлю «суб'єкт – об'єкт». У такому випадку дитина виступає об'єктом виховних впливів з боку батьків та інших членів родини, які формують її поведінку, систему цінностей, навички та уявлення про світ.

З іншого боку, сімейне середовище можна розуміти як умову розвитку дитини, у межах якої взаємодія має суб'єкт-суб'єктний характер. За такого підходу сім'я створює можливості для набуття нових знань, формування життєвого досвіду, розвитку емоційної сфери та виявлення індивідуальних особливостей дитини. Саме в атмосфері підтримки, взаєморозуміння та співпраці забезпечуються умови для гармонійного особистісного розвитку [50].

Сім'я як цілісна «екологічна система» характеризується взаємозалежністю всіх її членів. Порушення узгодженості психологічних потреб, способів спілкування чи реалізації особистісних інтересів може призводити до дестабілізації сімейної системи, конфліктів або навіть її руйнування. У деяких випадках функціонування одних членів сім'ї відбувається за рахунок інших, що негативно впливає на психологічний клімат родини. Найбільш уразливими в такій ситуації зазвичай стають діти, які часто опиняються в центрі сімейного неблагополуччя [50].

Отже, сім'я як соціальний інститут покликана забезпечувати дитині необхідні умови для фізичного, емоційного, інтелектуального та особистісного розвитку. Водночас саме сімейне середовище може як сприяти гармонійному становленню особистості, так і гальмувати цей процес, створюючи

ризика для психічного та соціального розвитку дитини.

Одним із важливих напрямів сучасних психологічних досліджень є вивчення особливостей розвитку психіки дитини у процесі її взаємодії з навколишнім середовищем. Характеристики соціального середовища, його структура, тип та рівень організації дають можливість більш повно описати умови, у яких відбувається формування особистості.

З позицій екологічної психології сім'я розглядається як своєрідна «соціоекологічна система», тобто середовище, у якому відбувається постійна взаємодія між його членами та формуються умови для особистісного розвитку. Таке середовище включає просторово-предметне, інформаційне, культурне, побутове, природне та міжособистісне оточення, які комплексно впливають на дитину [61].

Відповідно до базових положень психології розвитку, психічне становлення особистості здійснюється у процесі взаємодії дитини з дорослими, які навчають, виховують і передають соціальний досвід. Саме тому сімейне середовище можна визначити як психолого-педагогічну реальність, що містить як цілеспрямовано організовані, так і стихійно сформовані умови для розвитку особистості. Воно створює можливості для формування цінностей, поведінки, емоційної сфери, комунікативних навичок та індивідуальних особливостей дитини [52].

Психологічну сутність сімейного середовища становить система взаємостосунків і діяльнісно-комунікативних зв'язків між членами родини. Саме через характер цих взаємин можна оцінити психологічний клімат сім'ї, рівень її гармонійності та вплив на розвиток дитини.

Позитивні або негативні тенденції у розвитку особистості дитини безпосередньо пов'язані з рівнем екологічності сімейного середовища. Сприятлива атмосфера підтримки, довіри та емоційного комфорту сприяє гармонійному розвитку, тоді як конфліктність, емоційна нестабільність чи несприятливі умови можуть призводити до гальмування розвитку, психологічних труднощів і деформації особистості.

Підтвердженням важливості впливу середовища на розвиток особистості є погляди відомого психолога А. Маслоу. Учений вважав, що сприятливе середовище виступає одним із головних чинників самоактуалізації людини. На його думку, оптимальні умови розвитку подібні до мудрого наставника: вони не нав'язують особистості готових рішень, а створюють можливості для самостійного вибору, підтримуючи при цьому відповідальне ставлення до потреб і бажань інших людей [24].

Модель сімейного середовища як важливого простору розвитку дитини включає низку взаємопов'язаних складових, кожна з яких має власне значення у формуванні особистості.

Поведінкова складова передбачає усвідомлення батьками того, що їхня власна поведінка, стиль спілкування та взаємодії безпосередньо впливають на психологічну атмосферу в сім'ї та розвиток дитини. Саме приклад дорослих формує у дітей моделі поведінки, ставлення до людей і способи реагування на життєві ситуації.

Мотиваційна складова полягає в орієнтації батьків на особистість дитини, розумінні мотивів її вчинків, потреб та переживань. Такий підхід сприяє формуванню довірливих взаємин, підтримці самоцінності дитини та розвитку її внутрішньої мотивації.

Інформаційна складова. Інформаційне середовище сім'ї значною мірою визначає інтереси, активність і світогляд дитини. Важливе значення мають теми сімейного спілкування, характер медіаконтенту, залучення до читання, культурних заходів, музеїв, виставок, а також рівень включеності сім'ї у суспільне життя. Саме це формує пізнавальні інтереси, цінності та культурний розвиток особистості.

Емоційно-психологічна складова охоплює створення атмосфери психологічного комфорту, підтримки, безпеки та емоційного прийняття дитини. Важливими є сімейні традиції, взаємини між поколіннями, прояви турботи, емпатії та духовної близькості між членами родини. Сприятливий емоційний клімат забезпечує гармонійний розвиток дитини та її емоційну

стабільність.

Організаційна складова передбачає раціональну організацію повсякденного життя дитини з урахуванням її вікових та індивідуальних особливостей. Це стосується режиму дня, чергування навчання і відпочинку, фізичної активності, перебування на свіжому повітрі та формування здорового способу життя.

Просторово-предметна складова включає організацію домашнього простору та використання предметного оточення для розвитку дитини. Наявність книг, творчих матеріалів, музичних інструментів, спортивного інвентарю, домашніх тварин чи рослин створює умови для пізнавальної, творчої та емоційної активності. Важливим також є формування дбайливого ставлення до природи через спільний відпочинок, догляд за рослинами, екологічні звички та ознайомлення з навколишнім світом [15; 24].

На нашу думку, провідним компонентом розвивального сімейного середовища є відповідальне ставлення батьків до побудови взаємин із дитиною. Саме характер батьківської позиції, рівень емоційної підтримки, взаєморозуміння та готовність враховувати потреби дитини значною мірою визначають умови її особистісного розвитку.

Серед основних умов, які забезпечують позитивний вплив сімейного середовища на формування психологічних особливостей дитини, можна виокремити такі:

1. Спільна діяльність батьків і дітей. Важливе значення має організація спільного проведення часу, що включає спілкування та взаємодію в різних життєвих ситуаціях – під час навчання, побутової діяльності, відпочинку чи творчих занять. Така взаємодія сприяє формуванню довірливих стосунків, розвитку комунікативних навичок і емоційної близькості між членами родини.

2. Зрілі та авторитетні батьківські установки. Ефективне сімейне виховання ґрунтується на поєднанні вимогливості та чуйності до потреб дитини. Батьківський авторитет має базуватися не на жорсткому контролі, а на повазі, підтримці та здатності встановлювати зрозумілі межі поведінки.

3. Орієнтація батьків на особистісний розвиток дитини. Важливою умовою є зацікавленість батьків у розвитку індивідуальних здібностей, нахилів та інтересів дитини з урахуванням її вікових та психологічних особливостей. Такий підхід створює умови для самореалізації, розвитку здібностей і формування позитивної самооцінки [4; 10; 22].

Виховна мотивація, спрямована на особистісний розвиток дитини, передбачає надання їй можливості вибору, свободи у визначенні власних інтересів та видів діяльності. Водночас важливим є підтримання процесу становлення самостійності, відповідальності та вольової регуляції поведінки.

Сімейне середовище, яке сприяє зміцненню фізичного та психічного здоров'я дитини, розвитку її адаптаційних можливостей, емоційної стійкості та внутрішніх ресурсів, можна визначити як розвивальне й екологічно орієнтоване. Саме таке середовище створює основу для саморозвитку особистості, її активності та внутрішнього «саморуку», про який писав Г. Костюк.

Сім'я як найближче соціальне оточення дитини одночасно виступає і важливою умовою, і основним джерелом її розвитку. Саме в сімейному середовищі формуються перші уявлення дитини про себе, інших людей та навколишній світ, закладаються основи емоційної сфери, поведінки й системи цінностей. Водночас сім'я може бути не лише ресурсом розвитку, а й джерелом психологічної травматизації, якщо взаємини в ній характеризуються конфліктністю, емоційним відчуженням або насильством [32].

У сучасних психологічних дослідженнях дедалі більше уваги приділяється проблемі безпечності середовища. Науковці підкреслюють, що психологічно безпечне середовище має бути вільним від проявів психологічного насильства, приниження чи емоційного тиску. Таке середовище забезпечує умови для довірливого спілкування, емоційної підтримки, почуття значущості та психологічного комфорту всіх його учасників.

Психологічно безпечне середовище можна розглядати як екологічно орієнтований простір розвитку особистості. Його створення передбачає використання гуманістичних підходів у взаємодії, побудованих на діалозі,

співробітництві, взаємоповазі та відмові від будь-яких форм психологічного насильства.

Перебування дитини у такому середовищі сприяє формуванню психологічно здорової особистості, розвитку емоційної стійкості, впевненості у собі, здатності до конструктивної взаємодії з іншими людьми та гармонійного особистісного розвитку загалом.

Сімейне середовище, яке має певну внутрішню структуру та організацію, функціонує як цілісна система, здатна реагувати на зовнішні й внутрішні труднощі. У процесі подолання життєвих викликів сім'я використовує різноманітні механізми адаптації та підтримки, що допомагають зберігати стабільність взаємин і цілісність сімейної системи [37].

Сімейне подолання труднощів розглядається як колективний феномен, який виконує захисну функцію. Його основне призначення полягає у підтриманні психологічної рівноваги, емоційної стабільності та збереженні гармонійних взаємин між членами родини. Саме здатність сім'ї спільно долати проблеми сприяє зміцненню внутрішніх зв'язків та формуванню атмосфери взаємної підтримки.

Сім'я як невелика соціальна спільнота формує власний стиль взаємодії, систему цінностей та спосіб життя, які можуть поширюватися й на інші соціальні середовища, позитивно впливаючи на них. Через сімейні взаємини людина засвоює норми поведінки, моральні принципи, ставлення до себе, інших людей та навколишнього світу.

1.2. Психологічна сутність, причини та типологія сімейних конфліктів

Проблема конфліктів є однією з найбільш актуальних у сучасному суспільстві, оскільки вони пронизують практично всі сфери життєдіяльності людини. Конфлікти виникають як на рівні окремої особистості, так і в межах держав, регіонів, соціальних груп чи міжнаціональних відносин. Їх причини

можуть мати політичний, економічний, соціальний, культурний або міжособистісний характер.

Особливе місце серед різноманітних конфліктів посідають сімейні конфлікти, які є поширеним проявом порушення гармонії у сімейних взаєминах. У сучасних умовах проблема вивчення причин, форм прояву та способів подолання сімейних конфліктів набуває особливої актуальності. Це пов'язано зі зростанням кількості розлучень, особливо серед молодих сімей, що свідчить про ускладнення процесів сімейної взаємодії та адаптації подружжя.

Конфлікти, руйнуючи звичний порядок соціального життя, проникають і в особисту сферу людини – сім'ю та подружні стосунки. Саме сім'я є тим середовищем, де людина отримує емоційну підтримку, почуття безпеки та можливість особистісного розвитку. Тому порушення гармонії у сімейних взаєминах негативно впливає не лише на окремих членів родини, а й на суспільство загалом [42].

Особливу увагу необхідно приділяти причинам та проявам поведінки, які можуть призводити до виникнення конфліктів у сім'ї. Адже сім'я є одним із найважливіших соціальних інститутів держави, що забезпечує виховання дітей, передачу моральних цінностей та стабільність суспільства. Недаремно існує твердження: «Міцна сім'я – міцна держава». Саме тому підтримка сім'ї, попередження конфліктів і створення умов для гармонійних взаємин мають бути важливими напрямками державної та соціальної політики.

Сімейні конфлікти є досить поширеним явищем, що зумовлено особливостями сімейної взаємодії та постійним тісним контактом між членами родини. Кожна людина має власні погляди, цінності, звички та уявлення про сімейне життя, тому не завжди вдається узгодити власні потреби й очікування з інтересами інших членів сім'ї. Саме на цьому ґрунті найчастіше й виникають суперечності та конфлікти [38].

У деяких випадках непорозуміння між членами родини переростає у відкриту конфронтацію, коли сторони не можуть зрозуміти одна одну, неправильно трактують слова чи вчинки партнера, що породжує образи, претензії та

емоційне напруження. Через це вирішення проблем мирним шляхом стає складним.

Серед основних причин виникнення сімейних конфліктів дослідники виокремлюють: прагнення одного з партнерів змінити іншого відповідно до власних уявлень та очікувань; егоїзм і небажання враховувати інтереси інших членів сім'ї; ревності та недовіру; невміння вести конструктивний діалог і спілкуватися; обмеження свободи, самовираження та особистого простору; нестачу позитивних емоцій, уваги, турботи й підтримки; побутові труднощі та невлаштованість сімейного життя; подружню зраду; неповагу один до одного; різні погляди на сімейні ролі та організацію сімейного життя; несумісність темпераментів і характерів; шкідливі звички одного з подружжя; небажання допомагати та підтримувати партнера; матеріальні труднощі; розбіжності у духовних інтересах і життєвих цінностях [21; 49].

Таким чином, сімейний конфлікт є складним багатofакторним явищем, що виникає під впливом психологічних, соціальних, економічних та особистісних причин. Своєчасне усвідомлення джерел конфлікту та розвиток навичок конструктивного спілкування є важливими умовами збереження гармонійних сімейних взаємин і психологічного благополуччя родини.

Цікавим є підхід дослідників В. Мягера та Т. Мішиної, які розглядають сімейний конфлікт як ситуацію, у якій обидва партнери прагнуть досягти несумісних цілей, зайняти однакове становище або реалізувати суперечливі ролі та потреби. На думку науковців, конфлікт виникає тоді, коли інтереси чи очікування подружжя перетинаються і не можуть бути задоволені одночасно[51].

У суспільній свідомості конфлікт переважно сприймається як негативне явище, якого не повинно бути у сімейному житті. Проте сучасні психологічні дослідження доводять, що конфлікт не завжди має руйнівний характер. Навпаки, він може стати поштовхом до розвитку взаємин, допомогти партнерам краще зрозуміти одне одного, переглянути власні погляди та знайти нові способи взаємодії. Саме тому успішні сім'ї відрізняються від проблемних не

відсутністю конфліктів, а вмінням конструктивно їх вирішувати, не допускаючи глибоких емоційних травм і тривалого напруження у стосунках.

Дослідники виокремлюють кілька основних причин виникнення сімейних конфліктів. Однією з найпоширеніших є порушення етики подружніх взаємин, зокрема зрада та ревності. Подружня невірність часто сприймається як зрада довіри, що викликає сильні емоційні переживання, образу та втрату почуття безпеки у стосунках. Безпідставні ревності, своєю чергою, формують атмосферу недовіри й психологічного дискомфорту.

Ще однією причиною конфліктів може бути біологічна та психологічна несумісність партнерів. Незважаючи на емоційну близькість і спільність цінностей, відмінності у темпераменті, біоритмах чи особливостях нервової системи здатні викликати труднощі у взаємодії та взаєморозумінні.

Важливим чинником сімейних суперечностей є також проблеми у взаєминах із родичами та близьким оточенням. Особливо часто конфлікти виникають через втручання батьків у життя молодого сім'ї, що може порушувати особисті межі подружжя та ускладнювати формування самостійної сімейної системи [58].

Причиною конфліктів нерідко стає і несумісність інтересів, потреб та життєвих цінностей. Навіть якщо на початку сімейного життя партнери мають багато спільного, з часом їхні погляди, інтереси й пріоритети можуть змінюватися, що іноді призводить до непорозумінь та емоційного віддалення.

Окрему групу становлять конфлікти, пов'язані з вихованням дітей. Різні педагогічні позиції батьків, суперечливі вимоги або непослідовність у вихованні можуть негативно впливати не лише на подружні взаємини, а й на емоційний стан самої дитини.

Важливу роль у виникненні конфліктів відіграють також особистісні якості партнерів. Запальність, грубість, нечесність, байдужість чи інші негативні риси характеру здатні провокувати постійне напруження у стосунках. Водночас терпимість, повага та готовність до компромісу допомагають запобігати ескалації конфліктів.

Крім подружніх суперечностей, значне місце посідають конфлікти між батьками та дітьми. Вони часто пов'язані з різницею поколінь, відмінностями у цінностях, поглядах та потребах, а також недостатнім умінням зрозуміти позицію іншої сторони.

Таким чином, сімейний конфлікт є складним багатограним явищем, що виникає під впливом різних психологічних, соціальних та особистісних чинників. Водночас конструктивне подолання конфліктів може сприяти зміцненню сімейних взаємин, розвитку взаєморозуміння та гармонізації сімейного життя.

Згідно з результатами психологічних досліджень, характер перебігу сімейних конфліктів значною мірою залежить від індивідуально-психологічних особливостей партнерів. Частота конфліктів, сила емоційних реакцій, здатність контролювати власну поведінку, а також вибір стратегії взаємодії у складних ситуаціях визначаються темпераментом, характером і рівнем емоційної зрілості особистості.

Дослідники наголошують, що виникнення сімейних конфліктів залежить не лише від об'єктивних причин, таких як умови життя чи особливості ситуації, а й від суб'єктивних чинників. Важливу роль відіграють уявлення партнерів про самих себе, власні потреби, цінності та очікування, а також їх сприйняття шлюбного партнера. Нерідко саме неправильне розуміння мотивів або поведінки іншої людини стає причиною непорозумінь і напруження у стосунках [60].

Однією з найважливіших умов гармонійних подружніх взаємин є довірливе та відкрите спілкування. Будь-який конфлікт певною мірою свідчить про труднощі у взаєморозумінні та нездатність партнерів ефективно домовлятися між собою. Разом із тим вчені зазначають, що подружні пари не завжди усвідомлюють справжню причину конфлікту. Скарги на труднощі у спілкуванні часто виникають лише у процесі психологічного консультування, коли партнери починають глибше аналізувати власні взаємини та способи комунікації.

Попередження сімейних конфліктів значною мірою залежить від усіх членів родини, але насамперед – від самих чоловіка та дружини. Важливо враховувати, що не кожна сімейна суперечка має виключно негативний характер. Іноді незначні конфлікти можуть виконувати конструктивну функцію, допомагаючи партнерам обговорити спірні питання, краще зрозуміти один одного та запобігти накопиченню емоційного напруження. Однак у більшості випадків конфліктам доцільно запобігати або своєчасно їх вирішувати, не допускаючи загострення взаємин.

У сім'ях, де партнери прагнуть до вдосконалення взаємин і спільного розвитку, конфлікти є певною мірою неминучими. Водночас конструктивне розв'язання суперечностей може сприяти зміцненню сімейних стосунків, переходу на новий рівень взаєморозуміння та подоланню відмінностей між подружжям.

Однією з головних умов успішного вирішення конфлікту є вміння визначити його справжню причину. Досить часто істинні мотиви конфлікту приховуються однією або обома сторонами, що ускладнює процес взаєморозуміння. Встановлення реальних причин суперечностей потребує знань психологічних особливостей людини, уважності та здатності аналізувати поведінку й емоції партнерів. Якщо причина конфлікту визначена правильно, стає зрозумілішою й сама конфліктна ситуація, а отже, легше знайти оптимальні способи її подолання [65].

Важливим аспектом гармонійних сімейних взаємин є готовність до компромісу. Поступатися мають обидва партнери, адже небажання враховувати позицію іншої людини часто призводить до постійних сварок, емоційного відчуження та навіть розлучення. Особливу мудрість проявляє той, хто здатний зробити перший крок до примирення та збереження взаємин.

Виявлення справжніх причин сімейного конфлікту часто є складним процесом, що зумовлено низкою психологічних чинників. Насамперед у більшості конфліктних ситуацій раціональні причини приховуються за силь-

ними емоційними переживаннями – образою, гнівом, ревнощами чи розчаруванням. Через це учасникам конфлікту буває важко об'єктивно оцінити ситуацію та зрозуміти її реальне підґрунтя [68].

Аналіз психологічної літератури свідчить про те, що проблема причин виникнення сімейних конфліктів, незважаючи на її актуальність і значне практичне значення, досі залишається недостатньо дослідженою. Це зумовлює необхідність подальших наукових пошуків у сфері психології сім'ї та конфліктології.

1.3. Емоційний стан дитини як психологічна категорія: структура та показники

Емоційний стан дитини є однією з ключових психологічних категорій, що відображає особливості внутрішнього переживання особистістю навколишньої дійсності, ставлення до себе, інших людей та умов власного життя. У сучасній психологічній науці проблема емоційного розвитку дітей набуває особливої актуальності, оскільки емоційне благополуччя виступає важливою умовою гармонійного особистісного розвитку, психічного здоров'я та успішної соціалізації дитини.

На думку українського психолога С. Максименка, емоційна сфера особистості є важливим регулятором поведінки людини, який визначає характер її взаємодії з навколишнім середовищем, впливає на мотивацію діяльності та формування особистісних якостей. Дослідник підкреслює, що саме емоції забезпечують внутрішню оцінку подій і явищ, сприяють формуванню життєвого досвіду та впливають на процес саморозвитку особистості [45].

Як зазначає Т. Титаренко, емоційний стан людини відображає рівень психологічного комфорту, внутрішньої стабільності та задоволеності життям. У дитячому віці емоційні стани є особливо значущими, оскільки психіка дитини характеризується високою чутливістю до зовнішніх впливів, насамперед сімейного середовища, стилю виховання та міжособистісних взаємин [63].

Проблема емоційного розвитку дитини активно досліджувалася як зарубіжними, так і українськими вченими. Значний внесок у вивчення емоційної сфери зробили Г. Костюк, О. Кононко, І. Бех, С. Максименко та інші дослідники.

На думку Г. Костюка, емоції є невід'ємною складовою психічного розвитку особистості та виступають важливим механізмом регуляції поведінки дитини. Учений підкреслював, що емоційні переживання формуються у процесі діяльності та спілкування, а їх зміст залежить від соціального середовища, у якому перебуває дитина [21].

О. Кононко зазначає, що емоційний стан дитини проявляється через систему переживань, почуттів, настроїв і реакцій, які виникають у процесі взаємодії з навколишнім світом. Дослідниця наголошує, що позитивний емоційний досвід є основою розвитку впевненості в собі, емоційної стійкості та здатності до конструктивного спілкування [38].

У психологічній науці емоційний стан розглядається як відносно стійкий психічний стан, який характеризує загальний рівень емоційного благополуччя людини у певний період часу. Для дитини емоційний стан має особливе значення, оскільки саме через емоції вона пізнає навколишній світ, будує взаємини з іншими людьми та формує ставлення до себе.

Структура емоційного стану дитини є складною та багатокомпонентною. На думку І. Беха, емоційний стан охоплює кілька взаємопов'язаних компонентів: емоційний, когнітивний, поведінковий та фізіологічний [3].

Емоційний компонент включає переживання дитини, її почуття, настрої, рівень тривожності, емоційної стабільності чи напруження. Саме цей компонент визначає загальний емоційний фон особистості. Позитивний емоційний стан характеризується відчуттям радості, спокою, впевненості та психологічної безпеки, тоді як негативний супроводжується страхом, тривогою, агресивністю, образливістю або пригніченістю.

Як зазначає М. Боришевський, емоційні переживання дитини безпосе-

редньо пов'язані з її самооцінкою, рівнем прийняття себе та характером взаємин з близькими людьми. Неприятливі умови виховання можуть призводити до формування підвищеної тривожності, емоційної нестійкості та внутрішніх конфліктів [9].

Когнітивний компонент емоційного стану пов'язаний із особливостями сприймання дитиною себе та навколишнього світу. Він включає уявлення дитини про власну значущість, ставлення до інших людей, інтерпретацію життєвих подій і ситуацій.

На думку С. Максименка, емоції та мислення перебувають у тісному взаємозв'язку. Негативний емоційний досвід може впливати на особливості пізнавальної діяльності дитини, знижувати її навчальну мотивацію, концентрацію уваги та впевненість у власних можливостях [45].

Поведінковий компонент проявляється у зовнішніх реакціях дитини, особливостях її спілкування, взаємодії з однолітками та дорослими. Емоційний стан впливає на активність дитини, рівень комунікабельності, здатність контролювати власну поведінку та конструктивно реагувати на труднощі.

Як зазначає О. Киричук, емоційне неблагополуччя часто проявляється через агресивність, замкнутість, конфліктність, порушення поведінки або труднощі у соціальній адаптації [35].

Фізіологічний компонент охоплює тілесні прояви емоційних станів: зміни серцевого ритму, міміки, жестів, сну, апетиту, загального самопочуття. У дітей емоційне напруження нерідко супроводжується психосоматичними проявами – головним болем, порушенням сну, швидкою втомлюваністю або соматичними скаргами.

Важливими показниками емоційного стану дитини є різноманітні психологічні характеристики, які відображають рівень її емоційного благополуччя, особливості внутрішніх переживань, здатність до взаємодії з оточенням та адаптації до умов соціального середовища. Саме сукупність цих показників дає можливість оцінити психологічний комфорт дитини, рівень її емоційної врівноваженості та особливості особистісного розвитку.

Одним із найважливіших показників емоційного стану є рівень тривожності. Тривожність проявляється у схильності дитини до переживання неспокою, страху, внутрішньої напруги та невпевненості у різних життєвих ситуаціях. Помірний рівень тривожності є природним і виконує захисну функцію, допомагаючи дитині адаптуватися до нових умов. Проте підвищена тривожність може негативно впливати на психічне здоров'я, навчальну діяльність, самооцінку та міжособистісні взаємини дитини. Як зазначає А. Прихожан, високий рівень тривожності часто супроводжується емоційною нестійкістю, невпевненістю у власних силах та труднощами соціальної адаптації [70].

Важливим показником є також емоційна стабільність, яка характеризує здатність дитини зберігати емоційну рівновагу, контролювати власні переживання та адекватно реагувати на складні життєві ситуації. Емоційно стабільна дитина легше долає труднощі, швидше адаптується до змін і здатна конструктивно взаємодіяти з оточенням. Натомість емоційна нестійкість може проявлятися у різких змінах настрою, імпульсивності, підвищеній образливості або агресивності.

Одним із показників емоційного благополуччя є наявність позитивного або негативного настрою. Настрій відображає загальний емоційний фон особистості та впливає на активність, поведінку, пізнавальні процеси й особливості спілкування дитини. Позитивний настрій сприяє відкритості, активності, допитливості та бажанню взаємодіяти з іншими людьми. Негативний емоційний фон, навпаки, може викликати замкнутість, пасивність, дратівливість або втрату інтересу до діяльності.

Важливе місце у структурі емоційного стану займає самооцінка дитини. Самооцінка відображає ставлення особистості до самої себе, рівень впевненості у власних можливостях, прийняття своїх якостей і досягнень. Адекватна самооцінка сприяє гармонійному розвитку особистості, формуванню самостійності та впевненості у собі. Натомість занижена самооцінка може бути причиною невпевненості, страху помилки, підвищеної тривожності та залежності від думки інших людей [64].

Ще одним важливим показником є рівень агресивності. Агресивність може проявлятися як у відкритій поведінці – конфліктах, ворожості, фізичній чи вербальній агресії, так і у прихованих формах – образливості, негативізмі, протестних реакціях. Помірні прояви агресії можуть бути природною реакцією на фрустрацію чи незадоволення потреб, однак надмірна агресивність свідчить про емоційне неблагополуччя та труднощі у регуляції поведінки.

Важливим показником емоційного стану дитини є почуття психологічної безпеки. Воно формується у процесі взаємодії з близькими людьми та визначає рівень довіри до світу, відчуття захищеності, емоційного комфорту й підтримки. Дитина, яка відчувається психологічно захищеною, є більш упевненою, відкритою до спілкування та менш схильною до тривожних чи агресивних реакцій.

Не менш важливою характеристикою є здатність до емоційного самоконтролю. Вона проявляється у вмінні дитини усвідомлювати власні емоції, керувати ними та адекватно виражати свої почуття. Розвинений емоційний самоконтроль сприяє конструктивному розв'язанню конфліктів, формуванню соціально прийнятної поведінки та гармонійній взаємодії з оточенням [70].

Показником емоційного стану виступають також особливості міжособистісної взаємодії. Емоційно благополучна дитина зазвичай легко встановлює контакти з однолітками та дорослими, здатна до співпраці, проявляє емпатію та доброзичливість. Труднощі у спілкуванні, конфліктність, замкнутість або уникнення контактів можуть свідчити про наявність емоційних проблем.

Важливим інтегральним показником є рівень адаптації до соціального середовища. Соціальна адаптація відображає здатність дитини пристосовуватися до нових умов життя, вимог навчальної діяльності, правил поведінки та особливостей взаємодії у колективі. Високий рівень адаптації свідчить про емоційну стійкість і психологічне благополуччя дитини, тоді як труднощі адаптації можуть бути пов'язані з емоційною напруженістю, невпевненістю або недостатнім рівнем соціальних навичок [70].

Таким чином, зазначені показники у сукупності дозволяють комплексно

оцінити емоційний стан дитини, визначити рівень її психологічного благополуччя та своєчасно виявити можливі труднощі емоційного розвитку.

Отже, емоційний стан дитини є складною багатокomпонентною психологічною категорією, яка формується під впливом соціального середовища, особливостей виховання та міжособистісної взаємодії. Гармонійний емоційний розвиток дитини виступає важливою умовою її психічного здоров'я, успішної соціалізації та повноцінного особистісного становлення.

1.4. Вплив сімейних конфліктів на емоційний розвиток і психологічне благополуччя дітей

Сім'я є найважливішим соціальним інститутом, у межах якого відбувається первинна соціалізація дитини, формування її емоційної сфери, моральних цінностей, моделей поведінки та ставлення до себе й навколишнього світу. Саме у сімейному середовищі дитина отримує перший досвід емоційної взаємодії, навчається виражати власні почуття, будувати стосунки з іншими людьми та реагувати на життєві труднощі. Тому психологічний клімат сім'ї та характер взаємин між її членами мають визначальний вплив на емоційний розвиток і психологічне благополуччя дитини [6].

У сучасних умовах проблема сімейних конфліктів набуває особливої актуальності. Соціально-економічна нестабільність, емоційне перевантаження дорослих, зміна сімейних ролей та зростання психологічної напруги у суспільстві нерідко призводять до порушення гармонії сімейних взаємин. Постійні сварки, емоційна холодність, агресія або конфліктність між батьками негативно позначаються на психічному стані дитини та можуть спричинити різноманітні емоційні й поведінкові порушення.

На думку українського психолога С. Максименко, розвиток особистості дитини відбувається у процесі активної взаємодії із соціальним середовищем, а найближчим і найвпливовішим середовищем є саме сім'я. Учений підкреслював, що емоційна сфера формується під впливом міжособистісних

взаємин, атмосфери підтримки або напруження, а також стилю виховання, який домінує у родині [17].

Як зазначає І. Бех, емоційне благополуччя дитини безпосередньо пов'язане з характером сімейних взаємин та рівнем психологічної безпеки у родині. У ситуації постійних конфліктів дитина втрачає почуття стабільності та захищеності, що негативно впливає на її самооцінку, емоційну стійкість і здатність до довірливих взаємин з іншими людьми [3].

Українська дослідниця О. Кононко наголошує, що емоційний розвиток дитини значною мірою залежить від психологічного клімату сім'ї та особливостей емоційної взаємодії між батьками і дітьми. На її думку, атмосфера любові, підтримки та прийняття сприяє формуванню емоційної стабільності, тоді як конфліктне середовище породжує у дитини тривожність, страхи, емоційну невпевненість та внутрішнє напруження [8].

Сімейні конфлікти негативно впливають насамперед на емоційну сферу дитини. Діти, які систематично стають свідками сварок між батьками, часто переживають сильне емоційне напруження, почуття страху, тривоги та невизначеності. Особливо травматичними є ситуації, коли конфлікти супроводжуються агресією, психологічним тиском або фізичним насильством. У таких умовах дитина відчувається безпорадною, втрачає відчуття психологічної безпеки та емоційної стабільності.

На думку української дослідниці О. Вовчик-Блакитної, сімейне середовище виступає своєрідною соціоекологічною системою, у межах якої формуються базові умови розвитку особистості дитини. Порушення гармонії сімейних взаємин, постійна конфліктність та емоційне неблагополуччя можуть призводити до деформації емоційної сфери дитини та негативно впливати на її психічний розвиток [11].

Під впливом сімейних конфліктів у дітей часто формується підвищений рівень тривожності. Вони стають емоційно нестійкими, чутливими до критики, схильними до страхів і внутрішніх переживань. Деякі діти починають уникати спілкування, стають замкнутими, сором'язливими або невпевненими

у собі. Інші, навпаки, демонструють агресивність, конфліктність та імпульсивну поведінку як спосіб психологічного захисту або наслідування поведінки дорослих.

Як зазначає Т. Піроженко, емоційний розвиток дитини нерозривно пов'язаний із досвідом соціальної взаємодії та рівнем емоційного комфорту у найближчому середовищі. Несприятлива атмосфера в сім'ї може порушувати формування емоційної компетентності дитини, її здатності розуміти власні переживання та регулювати емоції [53].

Сімейні конфлікти також негативно позначаються на формуванні самооцінки дитини. Якщо дитина постійно стикається з критикою, емоційним відчуженням або напруженими взаєминами між батьками, у неї може формуватися почуття меншовартості, невпевненості та емоційної незахищеності. Вона починає сумніватися у власній значущості та може сприймати себе причиною сімейних проблем.

На думку Ю. Приходько, емоційний розвиток дитини значною мірою залежить від характеру ставлення дорослих та якості міжособистісної взаємодії у сім'ї. Позитивне емоційне ставлення батьків формує у дитини довіру до світу, здатність до емпатії та позитивного спілкування, тоді як конфліктність і емоційне неприйняття можуть спричинити труднощі соціальної адаптації [67].

Конфліктне сімейне середовище часто впливає і на поведінкову сферу дитини. У дітей можуть спостерігатися труднощі у навчанні, порушення дисципліни, зниження навчальної мотивації, проблеми у взаєминах з однолітками та педагогами. Емоційне напруження нерідко проявляється і через психосоматичні реакції: порушення сну, головний біль, втому, зниження апетиту або часті захворювання.

Водночас дослідники наголошують, що не кожен конфлікт має виключно негативний вплив. Якщо батьки демонструють конструктивні способи вирішення суперечностей, повагу до позиції іншого, вміння контролювати емоції та знаходити компроміс, дитина отримує позитивний досвід

подолання труднощів і формує навички ефективної комунікації. Найбільш небезпечними для психічного розвитку є тривалі деструктивні конфлікти, які супроводжуються агресією, приниженням або емоційною байдужістю [69].

Отже, сімейні конфлікти є вагомим чинником, що впливає на емоційний розвиток і психологічне благополуччя дитини. Характер взаємин у сім'ї визначає рівень емоційної стабільності, самооцінки, тривожності, соціальної адаптації та психічного здоров'я дитини. Саме тому створення психологічно безпечного, емоційно підтримувального та гармонійного сімейного середовища є необхідною умовою повноцінного розвитку особистості дитини.

Висновки до першого розділу

Проведений теоретичний аналіз наукових підходів до проблеми психологічного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей дозволяє зробити висновок, що сім'я є провідним соціально-психологічним середовищем розвитку особистості дитини. Саме у сімейному оточенні формуються базові уявлення дитини про себе, інших людей та навколишній світ, закладаються основи емоційної сфери, моральних цінностей, поведінкових моделей і способів взаємодії з соціумом.

У ході аналізу наукової літератури встановлено, що сучасна психологічна наука розглядає сімейне середовище як складну соціоекологічну систему, у межах якої відбувається постійна взаємодія між членами родини та здійснюється формування особистості дитини. Сприятливе сімейне середовище забезпечує психологічну безпеку, емоційний комфорт, підтримку та умови для гармонійного розвитку дитини, тоді як несприятлива атмосфера, конфліктність і емоційна нестабільність можуть негативно впливати на психічний стан та особистісне становлення дитини.

Теоретичний аналіз проблеми сімейних конфліктів засвідчив, що конфлікти є невід'ємною складовою сімейної взаємодії, оскільки кожен член родини має власні потреби, інтереси, цінності та очікування. Основними причинами

виникнення сімейних конфліктів виступають порушення етики подружніх взаємин, несумісність поглядів і потреб, труднощі комунікації, ревності, матеріальні проблеми, різні стилі виховання дітей, а також індивідуально-психологічні особливості партнерів. Водночас встановлено, що не кожен конфлікт має виключно деструктивний характер: за умови конструктивного вирішення суперечностей конфлікт може сприяти розвитку взаємин, взаєморозумінню та зміцненню сімейної системи.

У процесі дослідження визначено, що емоційний стан дитини є складною багатокомпонентною психологічною категорією, яка охоплює емоційний, когнітивний, поведінковий та фізіологічний компоненти. Емоційний стан відображає рівень психологічного благополуччя дитини, її внутрішні переживання, самооцінку, особливості міжособистісної взаємодії та здатність адаптуватися до соціального середовища. Важливими показниками емоційного стану є рівень тривожності, емоційна стабільність, самооцінка, агресивність, почуття психологічної безпеки, емоційний самоконтроль та рівень соціальної адаптації.

Особливу увагу приділено аналізу впливу сімейних конфліктів на емоційний розвиток і психологічне благополуччя дітей. Встановлено, що постійні конфлікти між батьками, емоційна напруженість, агресія, психологічне насильство та відсутність емоційної підтримки негативно позначаються на психічному стані дитини. У дітей, які зростають у конфліктному сімейному середовищі, часто спостерігаються підвищена тривожність, емоційна нестабільність, страхи, агресивність, замкнутість, труднощі у спілкуванні та зниження самооцінки. Крім того, сімейні конфлікти можуть спричиняти порушення соціальної адаптації, навчальної діяльності та психосоматичні прояви.

Теоретичний аналіз праць українських науковців дозволив дійти висновку, що емоційне благополуччя дитини значною мірою залежить від психологічного клімату сім'ї, характеру міжособистісних взаємин та стилю сімейного виховання. Атмосфера підтримки, довіри, емоційного прийняття та психологічної безпеки сприяє гармонійному розвитку особистості, формуванню позитивної самооцінки, емоційної стійкості та здатності до конструктивної взаємодії з

іншими людьми.

Таким чином, результати теоретичного дослідження підтверджують, що сімейні конфлікти є вагомим чинником ризику для емоційного розвитку та психологічного благополуччя дітей. Це обумовлює необхідність подальшого емпіричного вивчення особливостей впливу конфліктного сімейного середовища на емоційний стан дітей, а також розробки ефективних психолого-педагогічних заходів щодо профілактики та корекції негативних наслідків сімейних конфліктів.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ В УМОВАХ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ

2.1. Структура, організація та методики дослідження емоційного стану дітей в умовах сімейних конфліктів

У сучасних умовах розвитку суспільства сім'я розглядається як провідний соціальний інститут, у межах якого відбувається первинна соціалізація дитини, формування її особистісних якостей, системи цінностей, моделей поведінки та психоемоційного благополуччя. Саме сімейне середовище значною мірою визначає емоційний стан дитини, рівень її психологічної безпеки та здатність до адаптації в соціумі. Водночас значна частина сучасних родин перебуває в умовах внутрішньої напруженості, що проявляється у різноманітних формах сімейних конфліктів, які часто мають тривалий, деструктивний характер.

Посилення соціальних трансформацій, зростання кількості розлучень, поширення міжособистісних непорозумінь між батьками, випадків психологічного насильства, а також зниження якості сімейної комунікації зумовлюють актуалізацію проблеми сімейних конфліктів як значущого психологічного та соціального явища. У таких умовах дитина дедалі частіше опиняється в ситуації емоційної нестабільності, що негативно позначається на її психічному розвитку та загальному самопочутті [13].

Результати численних наукових досліджень свідчать про тісний взаємозв'язок між психоемоційним станом дитини та психологічним мікрокліматом у сім'ї. Конфліктні взаємини між батьками можуть виступати потужним стресогенним чинником, провокуючи у дітей підвищений рівень тривожності, страхи, почуття провини, агресивні або замкнені форми поведінки, труднощі в навчальній діяльності та у сфері міжособистісних стосунків. В умовах хронічних сімейних конфліктів дитина нерідко стає

непрямим учасником або «заручником» деструктивних комунікативних процесів між дорослими, що негативно відображається на формуванні її самооцінки, емоційної стабільності та психічного здоров'я загалом.

Особливої значущості проблема набуває в контексті сучасних соціально-економічних викликів, глобальних кризових процесів та загальної нестабільності, які підсилюють напруженість у сімейних взаєминах і підвищують ризик психоемоційних порушень у дітей. У зв'язку з цим актуальність дослідження впливу сімейних конфліктів зумовлена потребою у ґрунтовному аналізі психологічних механізмів їх впливу на психоемоційний стан дитини, а також у розробці ефективних профілактичних і корекційних заходів. Практична значущість таких досліджень полягає у можливості створення науково обґрунтованих рекомендацій для батьків, педагогів і практичних психологів, спрямованих на мінімізацію негативних наслідків конфліктних ситуацій у сімейному середовищі [13].

Отже, обрана проблематика є надзвичайно актуальною для сучасної психологічної науки, практичної психології, педагогіки та соціальної роботи, оскільки результати дослідження можуть бути використані як підґрунтя для розроблення та впровадження програм психологічної підтримки дітей, які зростають у кризових або конфліктних сімейних умовах.

Емпіричну частину дослідження здійснено на базі Білоцерківського закладу дошкільної освіти №18 «Ясочка». У дослідженні взяли участь 68 дітей дошкільного віку та 96 батьків, що забезпечило достатній рівень репрезентативності отриманих результатів.

Організація експериментальної роботи передбачала реалізацію двох взаємопов'язаних етапів. На першому етапі до дослідження були залучені батьки дошкільників з метою аналізу особливостей сімейної взаємодії та вивчення специфіки подружніх конфліктів.

Важливим завданням цього етапу стало визначення комплексу психодіагностичних методик, які забезпечували можливість ґрунтового вивчення конфліктної поведінки у подружніх стосунках. Для цього

застосовувалися валідні психодіагностичні інструменти та опитувальники, що активно використовуються у сучасній психологічній практиці й відповідають науковим рекомендаціям фахових джерел.

Під час проведення діагностичної роботи особлива увага приділялася принципу комплексності дослідження. До структури психодіагностичного інструментарію були включені методики різного змістового спрямування, побудовані на відмінних підходах до оцінювання психологічних характеристик. Такий підхід сприяв підвищенню об'єктивності результатів, дав змогу здійснити зіставлення отриманих даних та мінімізувати ризик можливих похибок. Порівняння результатів, отриманих за допомогою різних методів, забезпечило більш глибоке й достовірне трактування досліджуваних явищ, що відповідає сучасним науковим підходам до організації психодіагностичних досліджень.

У межах дослідження було сформовано психодіагностичний комплекс для вивчення міжособистісних конфліктів у сімейних взаєминах. До нього увійшли методика «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Ю. Альошина, Л. Гозман, О. Дубовська), «Морфологічний тест життєвих цінностей» (В. Сопов, Л. Карпушин), а також авторська анкета «Взаємини в сім'ї» (таблиця 2.1).

Таблиця 2.1

Діагностичний інструментарій дослідження сімейних конфліктів

Етап (напрямок) дослідження	Параметри дослідження	Методики дослідження
Дослідження характеру взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях	<ul style="list-style-type: none"> – конфліктні сфери подружніх стосунків; – ступінь згоди / незгоди подружжя в конфліктних ситуаціях; – рівень конфліктності у подружній парі 	Опитувальник «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Ю. Альошина, Л. Гозман, О. Дубовська) [54]
Вивчення індивідуальної системи життєвих цінностей подружжя	<ul style="list-style-type: none"> – особливості індивідуальної системи життєвих цінностей; – мотиваційні орієнтації подружжя; – ціннісні детермінанти поведінки та взаємодії 	Методика «Морфологічний тест життєвих цінностей» (В. Сопов, Л. Карпушин) [54]

Дослідження сімейних взаємин і причин виникнення подружніх конфліктів	<ul style="list-style-type: none"> – особливості взаємовідносин у сім'ї; – причини виникнення подружніх конфліктів; – суб'єктивна оцінка сімейних взаємин; – зумовленість суперечок і конфліктів у сімейному середовищі 	Анкета «Взаємини в сім'ї»
---	---	---------------------------

Розглянемо більш детально психодіагностичний інструментарій, використаний у процесі емпіричного дослідження.

Для дослідження специфіки поведінки подружжя у конфліктних ситуаціях було використано методику «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях», авторами якої є Ю. Альошина, Л. Гозман та О. Дубовська. Даний опитувальник дає можливість визначити особливості міжособистісної взаємодії партнерів, виявити сфери сімейного життя, які найчастіше провокують виникнення суперечностей, а також оцінити ступінь узгодженості поглядів і поведінкових реакцій подружжя у потенційно конфліктних обставинах.

Структура методики містить 32 ситуації, що моделюють типові проблемні аспекти подружнього життя. Зміст запропонованих ситуацій охоплює питання взаємодії з родичами, особливості ставлення до дітей та їх виховання, дотримання сімейних ролей, прояви самостійності партнерів, відмінності у поглядах на соціальні норми, прагнення до лідерства у стосунках, ревності, а також суперечності, пов'язані з матеріально-фінансовою сферою.

У ході проведення опитування учасникам пропонувалося обрати варіант поведінкової реакції, який найбільшою мірою відповідає їхній типовій поведінці в описаних ситуаціях. Варіанти відповідей відображають різні способи реагування на конфлікт, серед яких активне відстоювання власної позиції, приховане або пасивне вираження незгоди, очікувальна позиція, поступливість та активне прийняття позиції партнера. Така система оцінювання дозволяє здійснити комплексний аналіз особливостей реагування подружжя на конфліктогенні фактори.

Результати опитувальника підлягають як кількісному, так і якісному аналізу. Це дає змогу визначити рівень конфліктності у сімейних взаєминах, встановити найбільш проблемні сфери взаємодії та окреслити переважаючі моделі поведінки партнерів у конфліктних ситуаціях. Отримані дані є важливими для подальшого аналізу психологічного клімату сім'ї та можуть слугувати основою для розроблення практичних рекомендацій щодо покращення подружньої комунікації, гармонізації сімейних стосунків і профілактики конфліктів.

Для дослідження особливостей ціннісно-мотиваційної сфери особистості у межах емпіричного дослідження було використано методика «Морфологічний тест життєвих цінностей», авторами якої є В. Сопов та Л. Карпушин. Даний психодіагностичний інструмент спрямований на вивчення системи життєвих цінностей особистості, що дозволяє глибше зрозуміти мотиваційні механізми поведінки людини, її життєві установки та пріоритети.

Система ціннісних орієнтацій формується під впливом соціального середовища, культурних традицій, моральних норм та індивідуального життєвого досвіду. Водночас вона має виражений особистісний характер, оскільки кожна людина вибудовує власну ієрархію значущих цілей і смислів. Основним поняттям методики виступають термінальні цінності, які розглядаються як найважливіші життєві орієнтири, що визначають спрямованість особистості та впливають на її поведінку й прийняття рішень.

Методика дозволяє оцінити рівень значущості таких життєвих цінностей, як саморозвиток, духовна гармонія, творчість, активність у міжособистісному спілкуванні, прагнення до соціального визнання та престижу, матеріальне благополуччя, досягнення життєвого успіху, а також потреба у збереженні власної індивідуальності та незалежності.

Використання «Морфологічного тесту життєвих цінностей» забезпечує можливість визначення домінуючих життєвих орієнтацій респондентів та встановлення їхнього взаємозв'язку з особливостями поведінки і міжособистісної взаємодії. Аналіз результатів методики сприяє більш глибокому розумінню мотиваційної структури особистості, дозволяє виявити

провідні життєві установки та може бути використаний для розроблення практичних психологічних рекомендацій щодо гармонізації особистісного розвитку й покращення взаємин у сімейному середовищі.

Анкета «Взаємини в сім'ї» використовувалася як допоміжний психодіагностичний інструмент для всебічного аналізу особливостей сімейної взаємодії та психологічного клімату в родині. Її застосування дало можливість дослідити характер міжособистісного спілкування між членами сім'ї, рівень емоційної близькості, взаєморозуміння та підтримки, а також визначити чинники, що найчастіше провокують виникнення конфліктних ситуацій.

Запитання анкети були спрямовані на виявлення суб'єктивного ставлення респондентів до якості сімейних взаємин та задоволеності атмосферою у родині. Особлива увага приділялася дослідженню найбільш проблемних аспектів сімейної взаємодії, які можуть зумовлювати емоційну напруженість і суперечності між членами сім'ї.

Зміст анкети охоплював різні сторони сімейного життя, серед яких особливості розподілу домашніх обов'язків, узгодженість позицій щодо виховання дітей, відповідність сімейних ролей і очікувань, рівень довіри у взаєминах, наявність взаємної підтримки та характер ставлення до матеріально-побутових питань. Такий комплексний підхід дозволив отримати більш повне уявлення про специфіку сімейних взаємин та основні джерела конфліктності у родині.

Опрацювання результатів анкети сприяло виявленню як відкритих, так і прихованих труднощів у сімейному спілкуванні, визначенню особливостей психологічного мікроклімату сім'ї та встановленню факторів, які можуть негативно впливати на стабільність і гармонійність подружніх взаємин.

Отримані дані стали важливою складовою комплексного аналізу сімейних конфліктів і дозволили сформулювати практичні рекомендації щодо покращення взаєморозуміння між членами родини, підвищення рівня емоційної підтримки та гармонізації сімейного середовища.

Другий етап емпіричного дослідження був присвячений добору та

застосуванню психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення емоційної сфери дітей дошкільного віку. У межах цього етапу основний акцент робився на дослідженні особливостей емоційного розвитку дошкільників, зокрема їхньої здатності розуміти, розпізнавати, розмежовувати та адекватно виражати власні емоції й емоційні стани інших людей.

При виборі психодіагностичного інструментарію враховувалися психологічні та вікові характеристики дітей дошкільного віку, рівень доступності завдань для сприйняття й виконання, а також можливість отримання об'єктивних і надійних результатів дослідження. Особлива увага приділялася використанню методик, які відповідають пізнавальним можливостям дітей та не викликають у них труднощів у процесі виконання діагностичних завдань.

Застосовані методики дозволили оцінити рівень сформованості емоційної сфери дошкільників, виявити особливості їхнього емоційного реагування, а також визначити труднощі у сприйнятті та вираженні емоцій. Отримані результати стали основою для подальшого аналізу впливу сімейних взаємин і конфліктних ситуацій у родині на емоційний стан дітей дошкільного віку (таблиця 2.2).

Таблиця 2.2

Діагностичний інструментарій для визначення рівня емоційного стану дітей дошкільного віку

Показники	Критерії	Методики дослідження
Самостійність у знаходженні способів відтворення емоційного стану; здатність адекватно відобразити емоційний стан	Здатність визначати та виражати особливості емоційних станів	«Методика вивчення мимічної моторики» (Г. Волкова) [18]
Ступінь диференційованості емоцій (здатність розрізняти відтінки настрою); самостійність під час визначення емоційного стану людини, зображеної на картинці; наявність особистісної відповіді та її смислова наповненість	Диференціація та адекватна інтерпретація емоційних станів інших людей	Модифікація методики «Вивчення та розуміння емоційних станів людей, зображених на картинках» (О. Ізотова) [1]

Продовження таблиці 2.1

Здатність визначати емоційний стан дійових осіб в емоційно значущих ситуаціях; самостійність у розпізнаванні емоцій	Здатність розпізнавати прості та складні емоції	Модифікація тесту «Розпізнавання емоцій» (Т. Чередникова) [18]
---	---	--

Розглянемо особливості методики дослідження мімічної моторики, автором якої є Г. Волкова. Дана методика спрямована на вивчення здатності дітей дошкільного віку передавати різні емоційні стани за допомогою мімічних реакцій. Вона дозволяє оцінити рівень сформованості емоційної виразності дитини, особливості її невербальної комунікації та здатність до емоційного самовираження у процесі міжособистісної взаємодії.

Під час організації дослідження дитині пропонувалося послідовно відтворити мімічні прояви шести базових емоційних станів: радості, смутку, здивування, гніву, страху та переляку. Інструкція подавалася у доступній для дошкільників формі: дослідник називав певну емоцію, після чого дитина мала показати її за допомогою виразу обличчя. Такий формат роботи дозволяв визначити, наскільки дитина здатна усвідомлювати емоційні прояви та довільно керувати мімікою.

У процесі виконання завдання результати фіксувалися у спеціальній таблиці спостереження. Оцінювання здійснювалося за визначеними критеріями, що враховували точність, виразність та відповідність мімічних реакцій запропонованим емоційним станам. Це забезпечувало можливість більш об'єктивного аналізу рівня розвитку емоційної експресії у дітей.

Інтерпретація результатів проводилася за трирівневою системою оцінювання. Показники у межах 0–10 балів свідчили про низький рівень сформованості мімічної виразності та можливі труднощі у розпізнаванні й передачі емоційних станів. Результати від 11 до 20 балів характеризували середній рівень розвитку емоційної експресії, за якого дитина загалом здатна відтворювати емоції, хоча окремі реакції можуть бути недостатньо чіткими або виразними. Високий рівень, який визначався у межах 21–30 балів, свідчив

про добре розвинену здатність до мімічного вираження емоцій, емоційну відкритість та сформованість навичок невербальної взаємодії.

Отримані результати дали змогу оцінити рівень розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку, визначити особливості їхньої емоційної виразності та простежити взаємозв'язок між емоційним станом дитини й особливостями сімейного середовища.

У дослідженні також було використано модифіковану методику «Вивчення розуміння емоційних станів людей, зображених на картинці», запропоновану О. Ізотовою. Дана методика спрямована на визначення рівня розвитку у дітей здатності розпізнавати, розуміти та словесно описувати емоційні стани інших людей, а також на дослідження сформованості емпатії та емоційної чутливості.

Основною метою методики є виявлення особливостей емоційного сприйняття дошкільників, їхнього вміння інтерпретувати невербальні прояви емоцій та співвідносити побачені переживання з власним емоційним досвідом. Методика також дозволяє оцінити рівень розвитку здатності до співпереживання та емоційної ідентифікації з іншими людьми.

Для проведення дослідження використовувався набір із шести сюжетних ілюстрацій, на яких були зображені діти та дорослі з різними емоційними станами. Зображення відображали базові емоції, зокрема радість, страх, гнів, сум, образу та співчуття. Кожна ілюстрація демонструвала виразні невербальні ознаки переживань, що давало можливість дітям аналізувати міміку, жести та загальний емоційний контекст ситуації.

Під час виконання завдання дитина по черзі розглядала запропоновані зображення, після чого дослідник ставив запитання, спрямовані на стимулювання емоційного аналізу та вербалізації переживань. Зокрема, дітям пропонувалося визначити, який емоційний стан переживають персонажі, пояснити, за якими ознаками вони це зрозуміли, а також пригадати ситуації з власного досвіду, коли вони відчували подібні емоції. Такий підхід сприяв не лише діагностиці емоційної сфери, але й розвитку навичок емоційного

усвідомлення та самовираження.

Оцінювання результатів здійснювалося з урахуванням точності розпізнавання емоцій, здатності дитини аргументувати власні відповіді, рівня сформованості словесного опису емоційних переживань та проявів емпатії щодо персонажів зображень. Аналіз отриманих даних дозволив визначити рівень розвитку емоційної чутливості, соціального розуміння та здатності до емоційної взаємодії у дітей дошкільного віку.

У межах дослідження емоційної сфери дошкільників було використано модифікований тест «Розпізнавання емоцій» Т. Чередникової. Дана методика спрямована на вивчення здатності дітей визначати емоційні стани персонажів у різних життєвих ситуаціях, словесно описувати переживання та співвідносити їх із власним емоційним досвідом.

Основною метою методики є оцінка рівня сформованості емоційного сприйняття, уміння аналізувати поведінку інших людей, розуміти причини виникнення емоцій та вербалізувати власні переживання. Методика також дозволяє визначити рівень розвитку емпатії, емоційної чутливості та навичок емоційної взаємодії у дітей дошкільного віку.

Дослідження здійснювалося у два етапи. Перший етап передбачав відтворення емоційних ситуацій за допомогою рольових сценко або малюнків. Дослідник описував дитині доступні та зрозумілі життєві ситуації, пов'язані з переживанням різних емоційних станів. Наприклад, дітям пропонувалися ситуації, у яких персонажі відчують радість через успіх друга, сум через неприйняття до гри або страх і хвилювання внаслідок неприємної події. На основі запропонованого сюжету дитина мала відтворити емоційний зміст ситуації, що дозволяло оцінити її здатність розпізнавати емоції через поведінку, міміку та контекст взаємодії.

Другий етап був спрямований на вербалізацію емоційних переживань. Після обговорення або відтворення ситуацій дитині пропонувалося словесно пояснити, які емоції переживають персонажі та з яких причин вони виникають. Крім того, дітям ставили запитання щодо наявності подібного

досвіду у власному житті. Це дозволяло визначити рівень розвитку емоційного словника, здатність до усвідомлення емоцій та вміння співвідносити власні переживання з емоційними станами інших людей.

Оцінювання результатів здійснювалося за трьома основними критеріями: точність визначення емоційного стану, здатність аргументувати власну відповідь та вміння пов'язувати спостережувані емоції з особистим досвідом. За кожним критерієм нараховувалися відповідні бали, а загальна сума могла становити до 9 балів. Показники у межах 1–3 балів свідчили про низький рівень сформованості навичок розуміння емоцій, 4–6 балів характеризували середній рівень, тоді як 7–9 балів вказували на високий рівень розвитку емоційного сприйняття та вербалізації емоційних станів.

Використання цієї методики дало можливість комплексно оцінити рівень емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку, визначити особливості їхньої емоційної компетентності та простежити зміни у розвитку емоційної сфери після проведення корекційно-розвивальної роботи.

У дослідженні також була використана модифікована методика «Розпізнавання емоцій» Т. Чередникової, спрямована на вивчення здатності дітей дошкільного віку розуміти як прості, так і складні емоційні стани інших людей, а також визначати причини виникнення цих емоцій у конкретних життєвих ситуаціях.

Основною метою методики є оцінка рівня розвитку емоційного інтелекту дитини, зокрема її здатності розпізнавати емоційні прояви, аналізувати поведінку персонажів, встановлювати причинно-наслідкові зв'язки між подіями та емоціями, а також співвідносити побачені переживання з власним досвідом.

Методика містить три тематичні серії ілюстрацій або фотографій, на яких зображені персонажі у різних емоційно забарвлених ситуаціях. Кожна серія передбачає аналіз певної життєвої ситуації та спрямована на виявлення особливостей емоційного сприйняття дошкільників.

Робота з дітьми проводилася у формі індивідуальної бесіди з елементами

аналізу сюжетних зображень. Дитині послідовно пропонувалося розглянути кожен ряд малюнків та відповісти на запитання дослідника. Наприклад, у першій серії дитина мала визначити, кого із зображених зайчиків налякав ведмідь, орієнтуючись на мімічні прояви та поведінкові ознаки персонажів. Друга серія була спрямована на аналіз емоційного стану відомих персонажів, зокрема крокодила Гени та Чебурашки, а також на пояснення причин їхнього настрою. У третій серії дитина аналізувала розвиток подій та визначала емоційний стан персонажа залежно від результату його дій, пояснюючи власну думку.

Такий формат роботи дозволяв оцінити не лише здатність дитини впізнавати емоції за зовнішніми проявами, але й уміння пояснювати причини емоційних переживань, прогнозувати реакції персонажів та встановлювати взаємозв'язок між поведінкою й емоційним станом.

Оцінювання результатів здійснювалося за кількісною шкалою. Максимальна кількість балів становила 6 і враховувала три основні показники: точність визначення емоційного стану, здатність пояснювати причини виникнення емоцій та уміння співвідносити переживання персонажів із власним життєвим досвідом. Результати у межах 1–2 балів свідчили про низький рівень розвитку навичок розпізнавання емоцій, 3–4 бали характеризували середній рівень сформованості емоційного розуміння, тоді як 5–6 балів вказували на високий рівень розвитку здатності до інтерпретації та усвідомлення емоційних станів.

Отримані результати дали можливість оцінити рівень розвитку емоційного інтелекту дошкільників, особливості їхньої емпатії, соціальної чутливості та здатності до емоційної взаємодії, а також визначити вплив сімейного середовища на формування емоційної сфери дитини.

2.2. Інтерпретація результатів опитування батьків щодо емоційного стану їхніх дітей в умовах сімейних конфліктів

Результати, отримані у процесі психодіагностичного дослідження, були опрацьовані за допомогою кількісного та якісного аналізу, що дало можливість комплексно оцінити особливості сімейних взаємин та рівень конфліктності у подружніх парах.

Використання методики «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Ю. Альошина, Л. Гозман, О. Дубовська) дозволило визначити не лише загальний рівень конфліктності у сім'ях респондентів, але й встановити сфери сімейного життя, у яких конфлікти виникають найчастіше. Аналіз результатів дав змогу виявити ключові чинники, що негативно впливають на гармонійність подружніх стосунків та сприяють виникненню напруження у взаємодії між партнерами.

Отримані дані засвідчили, що у сім'ях із порушеним психологічним кліматом та нестабільними подружніми взаєминами показники конфліктності знаходяться у межах від -1 до -2 балів. Такі результати свідчать про виражений рівень конфліктогенності та схильність партнерів до активного прояву негативних емоційних реакцій у процесі суперечок і непорозумінь (рис. 2.1).

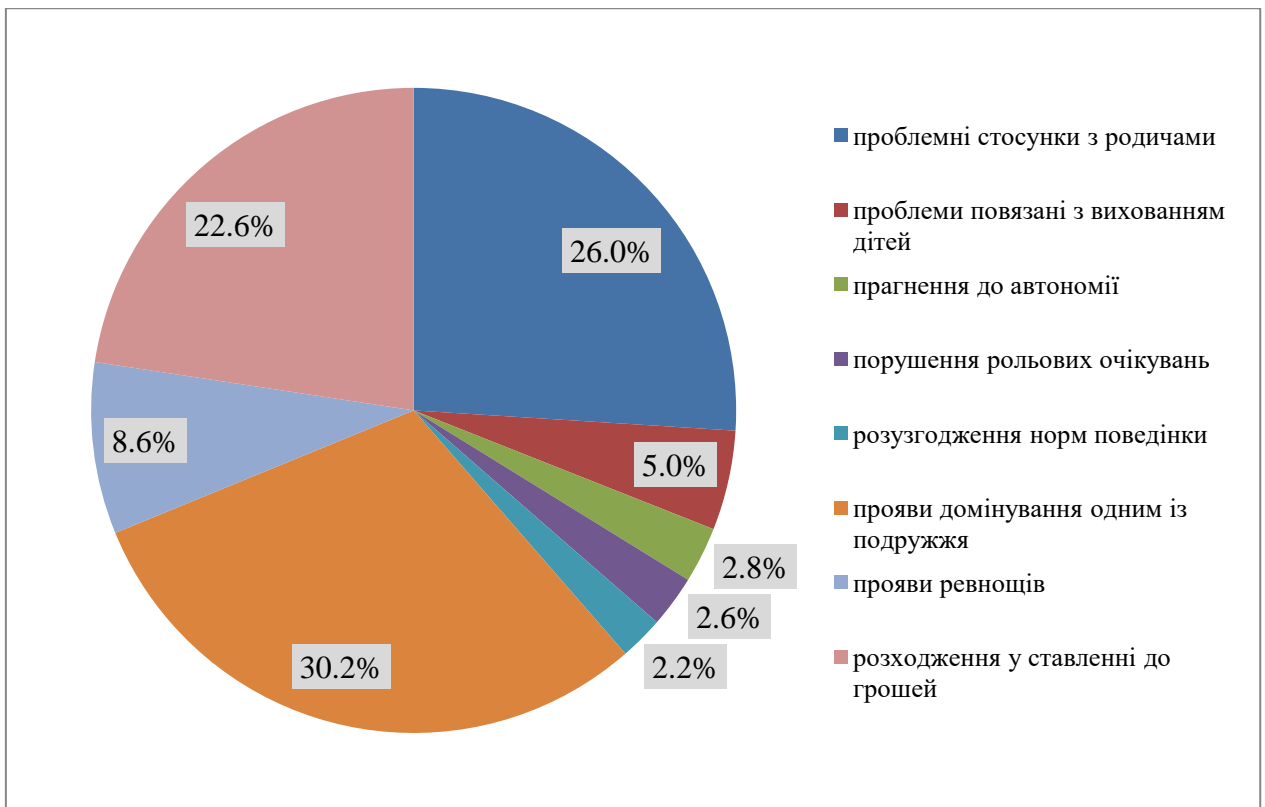


Рис. 2.1. Співвідношення конфліктних сфер взаємодії сімей (у % від загальної кількості опитаних)

Аналіз результатів, представлених на рисунку 2.1, показав, що найбільш поширеною проблемною сферою у молодих сім'ях є прагнення одного з партнерів до домінування. Саме цей фактор було виявлено у 30,2 % опитаних сімей, що робить його провідним джерелом конфліктів серед досліджуваних подружніх пар. Значна поширеність цієї проблеми може пояснюватися особливостями початкового етапу сімейного життя, коли процес розподілу ролей та встановлення моделей взаємодії ще не є остаточно сформованим.

У період адаптації до спільного життя між партнерами нерідко виникає прагнення до лідерства та контролю, що супроводжується намаганням одного з подружжя нав'язати власну позицію або підпорядкувати іншого власним вимогам. Подібна модель взаємодії створює емоційну напругу, посилює суперечності та стає підґрунтям для розвитку конфліктів, пов'язаних із боротьбою за домінуючу роль у сім'ї.

Наступною за рівнем поширеності конфліктів сферою стали взаємини з родичами та друзями, частка яких становила 26,0 % від загальної кількості конфліктних ситуацій. Подібні суперечності найчастіше виникають у молодих сім'ях, які через житлові труднощі або недостатню матеріальну забезпеченість проживають разом із батьками одного з партнерів. За таких умов старші члени родини нерідко беруть активну участь у вирішенні побутових і сімейних питань молодого подружжя, що іноді супроводжується надмірним контролем або нав'язуванням власних поглядів. Унаслідок цього виникають міжособистісні суперечності між поколіннями, які негативно позначаються на психологічному кліматі сім'ї та підсилюють напруження у подружніх взаєминах.

Третю позицію серед найбільш конфліктогенних сфер посідають матеріально-фінансові питання, які становлять 22,6 % від усіх зафіксованих конфліктів. Високий показник конфліктності у цій сфері пов'язаний насамперед із фінансовою нестабільністю, характерною для значної частини молодих сімей. На початкових етапах подружнього життя багато сімей ще не мають достатнього рівня матеріальної незалежності та часто змушені покладатися на допомогу батьків або інших родичів. Додатковим чинником виникнення суперечностей стають розбіжності у поглядах на розподіл сімейного бюджету, визначення фінансових пріоритетів, витрат і заощаджень. Усе це створює підґрунтя для непорозумінь, емоційної напруги та конфліктів між партнерами.

Отже, результати проведеного дослідження дали можливість не лише визначити загальний рівень конфліктності у подружніх парах, а й встановити найбільш проблемні сфери сімейної взаємодії. Аналіз отриманих даних показав, що основними джерелами конфліктів у молодих сім'ях є боротьба за домінування, труднощі у взаєминах із родичами та фінансово-матеріальні проблеми. Виявлені особливості можуть бути використані як теоретична та практична основа для розроблення психологічних рекомендацій, спрямованих

на покращення сімейної комунікації, гармонізацію подружніх взаємин і профілактику деструктивних форм конфліктної поведінки.

У процесі використання «Морфологічного тесту життєвих цінностей» (В. Сопов, Л. Карпушин) було здійснено поглиблене дослідження системи ціннісних орієнтацій подружніх пар. Основна увага приділялася виявленню життєвих пріоритетів респондентів, їхніх внутрішніх мотиваційних установок та особливостей ціннісного ставлення до сімейного життя.

У межах дослідження учасникам пропонувалося висловити вільні асоціації до поняття «сімейні цінності». Такий підхід дозволив отримати широкий спектр індивідуальних уявлень про зміст і значення сімейних цінностей у сприйнятті подружніх пар. Висловлені асоціації відображали особистий досвід респондентів, їхні потреби, очікування та уявлення про гармонійні сімейні взаємини.

Подальший аналіз отриманих відповідей здійснювався методом контент-аналізу, що дало змогу систематизувати висловлювання респондентів та виокремити основні групи цінностей, які найчастіше зустрічалися у відповідях досліджуваних.

За результатами аналізу було визначено п'ять провідних груп сімейних цінностей:

1. Матеріальні цінності, до яких респонденти відносили фінансову стабільність, наявність власного житла, матеріальне забезпечення сім'ї, придбання необхідних речей та комфортні умови життя.

2. Побутові цінності, пов'язані зі створенням домашнього затишку, організацією побуту, підтриманням порядку в домі та справедливим розподілом сімейних обов'язків.

3. Родинні цінності, які охоплювали значущість дітей, підтримання тісних родинних зв'язків, турботу про сім'ю та прагнення забезпечити благополуччя й щасливе дитинство.

4. Емоційно-комунікативні цінності, що включали любов, довіру, взаєморозуміння, вірність, підтримку, увагу до партнера та здатність до компромісу у складних життєвих ситуаціях.

5. Цінності особистісної самореалізації, які відображали прагнення до розвитку власних здібностей, творчої діяльності, соціального визнання, активного способу життя, самовираження та підтримання широкого кола соціальних контактів.

Отримані результати засвідчили, що всі зазначені групи цінностей були притаманні представникам усіх досліджуваних груп подружніх пар. Водночас кількісний аналіз показав наявність відмінностей у ступені значущості окремих цінностей залежно від особливостей сімейних взаємин, рівня конфліктності та тривалості подружнього життя. Це свідчить про те, що система сімейних цінностей тісно пов'язана зі специфікою подружньої взаємодії та психологічним кліматом родини.

У таблиці 2.3 представлено результати порівняльного аналізу домінуючих цінностей у сім'ях із різним рівнем конфліктності. Для більш детального вивчення особливостей трансформації сімейних цінностей подружні пари були розподілені на три групи відповідно до тривалості подружнього життя: сім'ї зі стажем 1–5 років, 6–10 років та 11–20 років.

Такий підхід дозволив простежити, як змінюються життєві пріоритети подружжя на різних етапах сімейного розвитку, а також визначити особливості ціннісних орієнтацій у конфліктних і гармонійних сім'ях. Аналіз отриманих результатів дав можливість виявити не лише спільні тенденції у структурі сімейних цінностей, але й суттєві відмінності між подружніми парами залежно від рівня конфліктності взаємин.

Порівняння показників засвідчило, що зі збільшенням подружнього стажу система цінностей зазнає певних змін: окремі цінності посилюють свою значущість, тоді як інші поступово втрачають провідну роль. Крім того, було встановлено, що у конфліктних сім'ях структура ціннісних орієнтацій характеризується більшою неузгодженістю між партнерами, що може

виступати одним із чинників виникнення напруження та суперечностей у подружніх взаєминах.

Таблиця 2.3

Відсоткове представлення груп цінностей у сім'ях залежно від стажу подружнього життя

Групи цінностей	від 1 до 5 років подружнього життя	6 – 10 років подружнього життя	11 – 20 років подружнього життя
Матеріальні цінності	12,0%	14,0%	16,0%
Побутові цінності	1,0%	3,0%	1,0%
Родинні цінності	11,0%	29,0%	23,0%
Емоційні прояви взаємостосунків	47,0%	51,0%	34,0%
Цінності особистісної реалізації	29,0%	3,0%	26,0%

Для встановлення взаємозв'язку між рівнем конфліктності у сімейних взаєминах та особливостями психоемоційного стану дітей було застосовано кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта кореляції Пірсона. За результатами статистичної обробки даних виявлено помірний негативний кореляційний зв'язок ($r = -0,47$, $p < 0,01$), що свідчить про наявність залежності між підвищеним рівнем конфліктності у подружніх стосунках і погіршенням емоційного стану дітей.

Отримані результати показали, що зі зростанням напруженості та конфліктності у сім'ї батьки частіше відзначають у дітей прояви емоційних труднощів, зокрема підвищену тривожність, дратівливість, емоційну нестабільність, замкненість та труднощі у спілкуванні. Це підтверджує, що несприятливий психологічний клімат у родині безпосередньо впливає на емоційне благополуччя дитини та може негативно позначатися на її психічному розвитку.

Таким чином, поєднання результатів психодіагностичних методик, аналізу системи сімейних цінностей та кореляційного аналізу Пірсона дозволило зробити висновок про існування тісного взаємозв'язку між характером подружніх взаємин і психоемоційним станом дітей дошкільного

віку. Отримані дані створюють підґрунтя для визначення основних напрямів психологічної підтримки сімей та розроблення рекомендацій щодо гармонізації сімейних взаємин.

Аналіз результатів дослідження також дозволив виявити особливості структури ціннісних орієнтацій у сім'ях із різною тривалістю подружнього життя. Встановлено, що в усіх трьох досліджуваних групах провідне місце займають емоційні цінності взаємостосунків. Це свідчить про високу значущість для подружніх пар таких компонентів сімейного життя, як любов, довіра, взаєморозуміння, підтримка, турбота та здатність до компромісу. Саме ці цінності виступають важливими ресурсами для підтримання стабільності сімейних взаємин та конструктивного подолання конфліктів.

Крім того, у сім'ях зі стажем подружнього життя 1–5 років та 11–20 років вагоме місце посідають цінності особистісної самореалізації. Це може свідчити про прагнення членів родини до професійного та особистісного розвитку, самовираження й реалізації власних інтересів. Водночас у сім'ях зі стажем 6–10 років значущість цього компонента є нижчою. Імовірно, це пояснюється тим, що саме на цьому етапі сімейного життя основна увага подружжя зосереджується на вихованні дітей, організації побуту та виконанні батьківських обов'язків, що обмежує можливості для особистісної самореалізації.

Важливе місце у структурі сімейних цінностей усіх досліджуваних груп займають також родинні цінності. Позитивні взаємини з дітьми, батьками та іншими членами родини є одним із ключових чинників формування сприятливого психологічного клімату в сім'ї. Натомість напружені або конфліктні взаємини з близькими можуть посилювати емоційну нестабільність, провокувати сімейні суперечності та негативно впливати на психоемоційний стан усіх членів родини, зокрема дітей.

Окрему увагу в процесі дослідження було приділено матеріальним цінностям, які посідають важливе місце у системі життєвих пріоритетів подружніх пар. Це свідчить про те, що питання матеріального забезпечення,

фінансової стабільності та житлових умов залишаються актуальними для значної кількості сімей. Невизначеність у питаннях доходів, розподілу коштів, заощаджень і фінансових обов'язків нерідко виступає чинником виникнення сімейних суперечностей.

Особливо вираженою така проблема є у молодих сім'ях, які на початкових етапах подружнього життя часто перебувають у частковій матеріальній залежності від батьків. У подальшому, зі збільшенням тривалості шлюбу, виникають нові фінансові труднощі, пов'язані з утриманням дітей, забезпеченням родини та необхідністю підтримки старших членів сім'ї. Відсутність власного житла, нестача матеріальної незалежності та різні погляди на фінансові питання можуть провокувати емоційну напругу та посилювати конфліктність у подружніх взаєминах незалежно від тривалості сімейного життя.

Таким чином, результати дослідження свідчать про те, що система сімейних цінностей є динамічною та змінюється залежно від етапу подружнього життя й рівня конфліктності у взаєминах. Це дозволяє визначити найбільш значущі сфери сімейного функціонування, які потребують особливої уваги для підтримання сприятливого психологічного клімату та гармонійних взаємин у родині.

У межах дослідження було також здійснено аналіз найтипівіших асоціацій, які виникали у респондентів у зв'язку з поняттям «сімейні цінності». Для кожної групи сімей, сформованої відповідно до тривалості подружнього стажу, визначалися десять найбільш значущих понять. Подальша обробка результатів проводилася методом багатовимірного шкалювання, що дало можливість встановити ступінь смислової близькості між окремими ціннісними категоріями.

У сім'ях зі стажем подружнього життя 1–5 років поняття сімейних цінностей найчастіше асоціювалося з коханням, довірою, матеріальним забезпеченням, стабільною роботою, відповідальністю та терпінням. Це свідчить про те, що для молодих подружніх пар провідне значення мають

емоційна близькість, підтримка та взаємна довіра. Водночас матеріальна стабільність посідає важливе місце через необхідність створення належних умов для спільного життя та подолання фінансових труднощів, характерних для початкового етапу шлюбу. Такі якості, як відповідальність і терпіння, виступають важливими умовами підтримання стабільності та попередження конфліктів у сім'ї.

Для подружніх пар зі стажем 6–10 років найбільш значущими виявилися здоров'я членів родини, сімейний добробут, взаємодопомога та здатність до компромісу. Домінування цих цінностей може бути пов'язане з підвищенням відповідальності за дітей, організацією сімейного побуту та необхідністю спільного подолання життєвих труднощів. Взаємна підтримка й готовність до компромісу виступають важливими механізмами збереження психологічної рівноваги та стабільності подружніх взаємин.

У сім'ях зі стажем 11–20 років провідними асоціаціями із сімейними цінностями стали діти, здоров'я, повага з боку оточення та соціальне визнання. Це свідчить про те, що на більш пізніх етапах сімейного життя значна увага приділяється благополуччю дітей, підтриманню фізичного та психологічного здоров'я членів родини, а також досягненню стабільного соціального статусу. Водночас прагнення до суспільного визнання та поваги може відображати потребу особистісної реалізації та підтвердження власної соціальної значущості.

Отримані результати дозволили глибше проаналізувати структуру ціннісних орієнтацій сімей із різною тривалістю подружнього життя, визначити чинники, що впливають на якість подружніх взаємин, а також виявити потенційні джерела конфліктів у сімейному середовищі. Це створює основу для розроблення психологічних рекомендацій, спрямованих на підтримку гармонійних сімейних стосунків та оптимізацію взаємодії між членами родини на різних етапах її розвитку.

У межах емпіричного дослідження також було використано авторську анкету «Взаємини в сім'ї», яка дала можливість більш детально

проаналізувати особливості сімейної взаємодії та визначити основні причини виникнення конфліктів у подружніх стосунках. Застосування анкети дозволило отримати додаткову інформацію щодо суб'єктивного сприйняття респондентами психологічного клімату у власній родині, рівня емоційної близькості та задоволеності сімейними взаєминами.

Аналіз відповідей на питання анкети показав, що 34,4 % респондентів оцінюють взаємини у своїй сім'ї як «добрі», а 26,2 % характеризують їх як «дуже гарні» (рис. 2.2). Отримані результати свідчать про наявність у значної частини досліджуваних сімей позитивного емоційного клімату, взаєморозуміння та підтримки між членами родини.

Разом із тим, близько 40 % опитаних визначили свої сімейні взаємини як «не дуже гарні» або «погані». Це вказує на існування значних труднощів у сімейному спілкуванні, наявність емоційної напруги та конфліктних ситуацій у частини подружніх пар. Подібні результати свідчать про необхідність подальшого вивчення факторів, які негативно впливають на психологічний клімат сім'ї, а також про важливість розроблення практичних рекомендацій щодо гармонізації подружніх взаємин.

Водночас результати анкетування засвідчили, що більшість респондентів сприймають власну родину як згуртований і дружній колектив (рис. 2.3). Такий тип сімейної взаємодії характеризується позитивним психологічним кліматом, який формується у процесі постійного емоційного контакту між членами родини. Сприятлива атмосфера у сім'ї сприяє розвитку взаємної довіри, підтримки, поваги та взаєморозуміння, що, своєю чергою, позитивно впливає на стабільність подружніх стосунків і психоемоційний стан дітей.

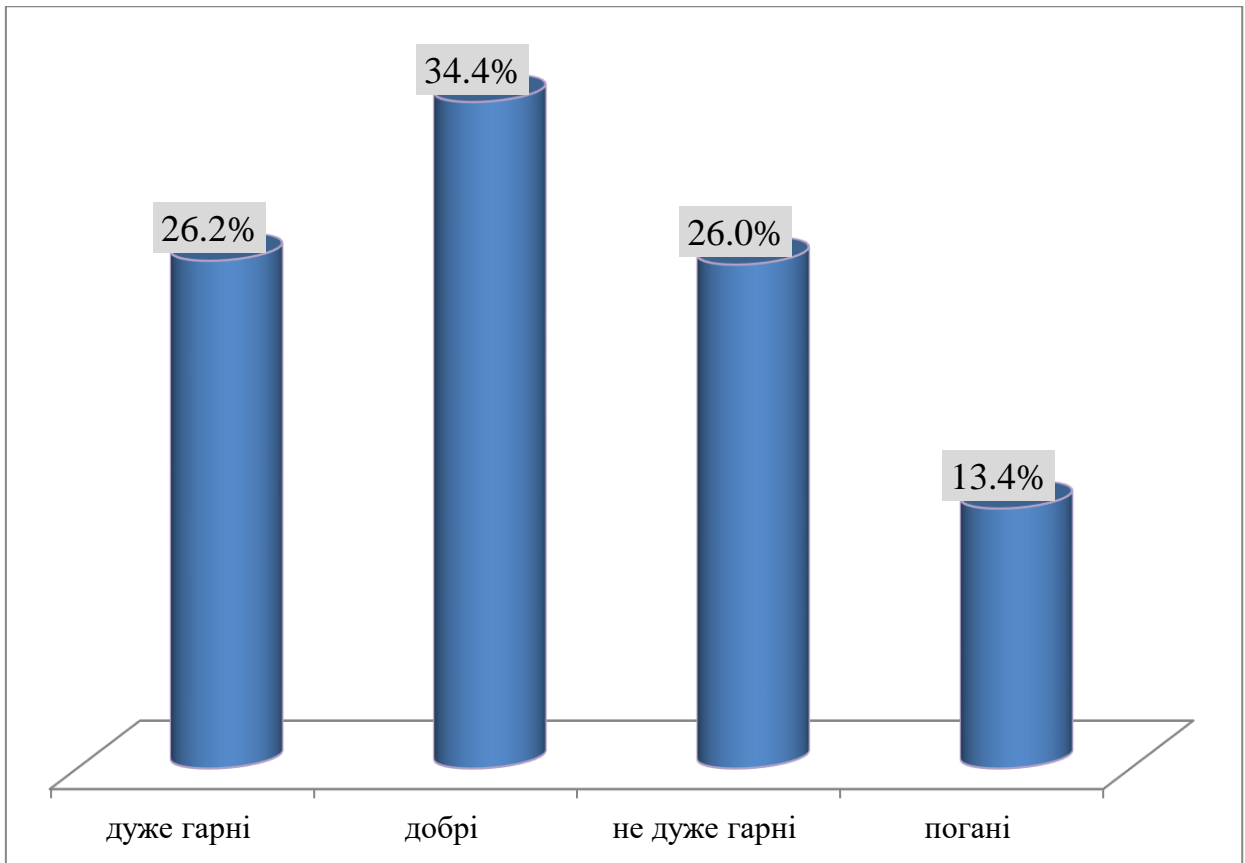


Рис. 2.2. Відповіді респондентів на запитання анкети «Як Ви оцінюєте взаємини у вашій сім'ї» (у % від загальної кількості опитаних)

Психологічний клімат сім'ї формується у процесі постійної міжособистісної взаємодії між її членами, коли спілкування, спільна діяльність і повсякденні контакти набувають певного емоційного змісту. Саме характер цих взаємин визначає загальну атмосферу в родині, рівень емоційного комфорту, взаємної підтримки та психологічної безпеки. Емоційно-психологічне забарвлення сімейного середовища значною мірою залежить від системи цінностей членів сім'ї, їхніх моральних установок, життєвих інтересів і особливостей взаємного ставлення одне до одного.

Наукові дослідження свідчать, що формування психологічного клімату родини обумовлюється впливом двох основних груп чинників. Першу групу становлять мікросоціальні умови життєдіяльності сім'ї. До них належать склад родини, матеріально-побутові умови, рівень фінансового забезпечення, житлові можливості, соціальний статус сім'ї та особливості організації

сімейного життя. Саме ці фактори створюють базові умови функціонування родини та можуть як сприяти стабільності взаємин, так і провокувати виникнення напруження й конфліктів.

Другим важливим чинником виступає соціально-психологічний клімат сім'ї, який формується у процесі щоденного спілкування та взаємодії між її членами. Його особливості визначаються рівнем емоційної близькості, довіри, взаєморозуміння, підтримки та здатності до конструктивного вирішення суперечностей. Саме у процесі постійних контактів закріплюються певні моделі поведінки, способи реагування на труднощі та особливості міжособистісних стосунків, які впливають на загальну гармонійність сімейного середовища та психоемоційний стан усіх членів родини.

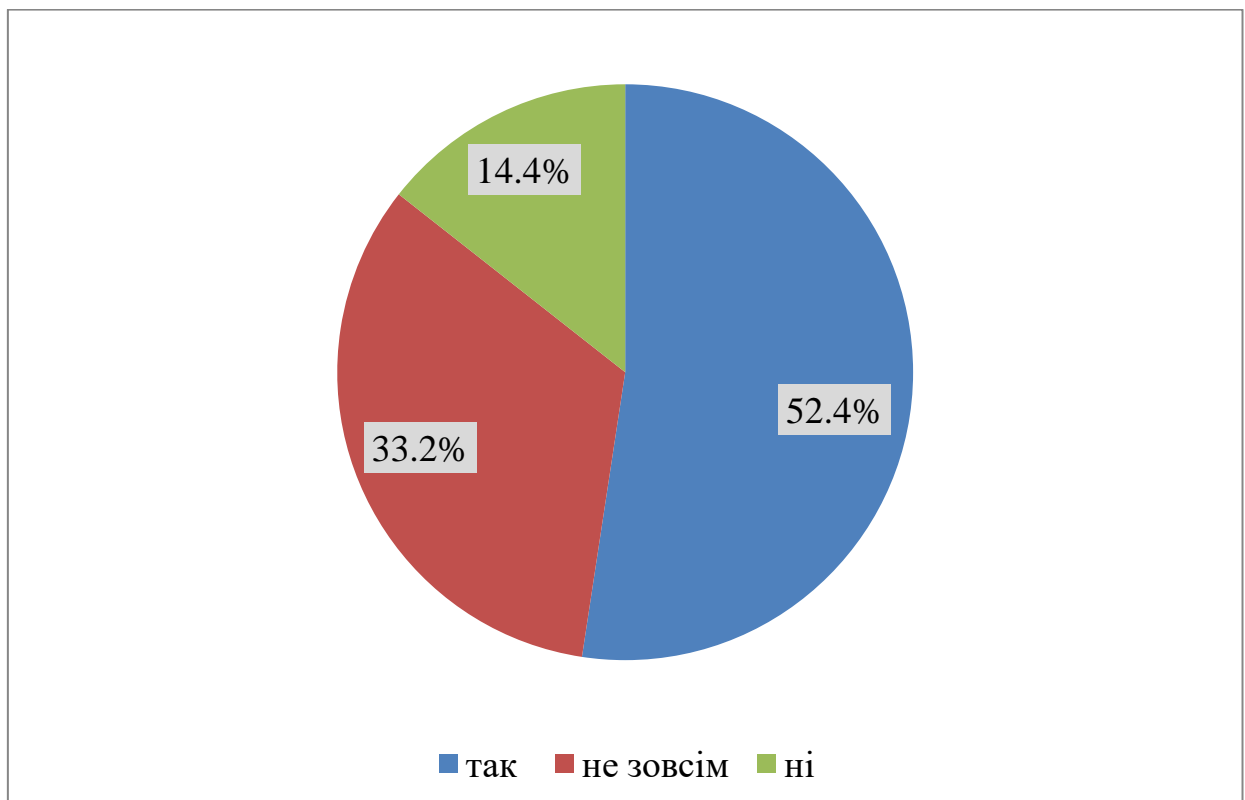


Рис. 2.3. Відповіді респондентів на запитання анкети «Ви вважаєте свою сім'ю дружнім сімейним колективом?» (у % від загальної кількості опитаних)

Наступний блок запитань анкети був спрямований на виявлення частоти

виникнення конфліктів у сімейному середовищі. Респондентам пропонувалося відповісти на запитання: «Чи трапляються у вашій сім'ї суперечки або конфлікти?». Аналіз отриманих результатів показав, що найбільша частина опитаних – 38,2 % – зазначила, що конфлікти у їхній сім'ї виникають «інколи». Ще 34,6 % респондентів підтвердили наявність конфліктних ситуацій у сімейному житті, 15,2 % вказали, що суперечки виникають часто, а 12,0 % повідомили про рідкісне виникнення конфліктів у родині (рис. 2.4).

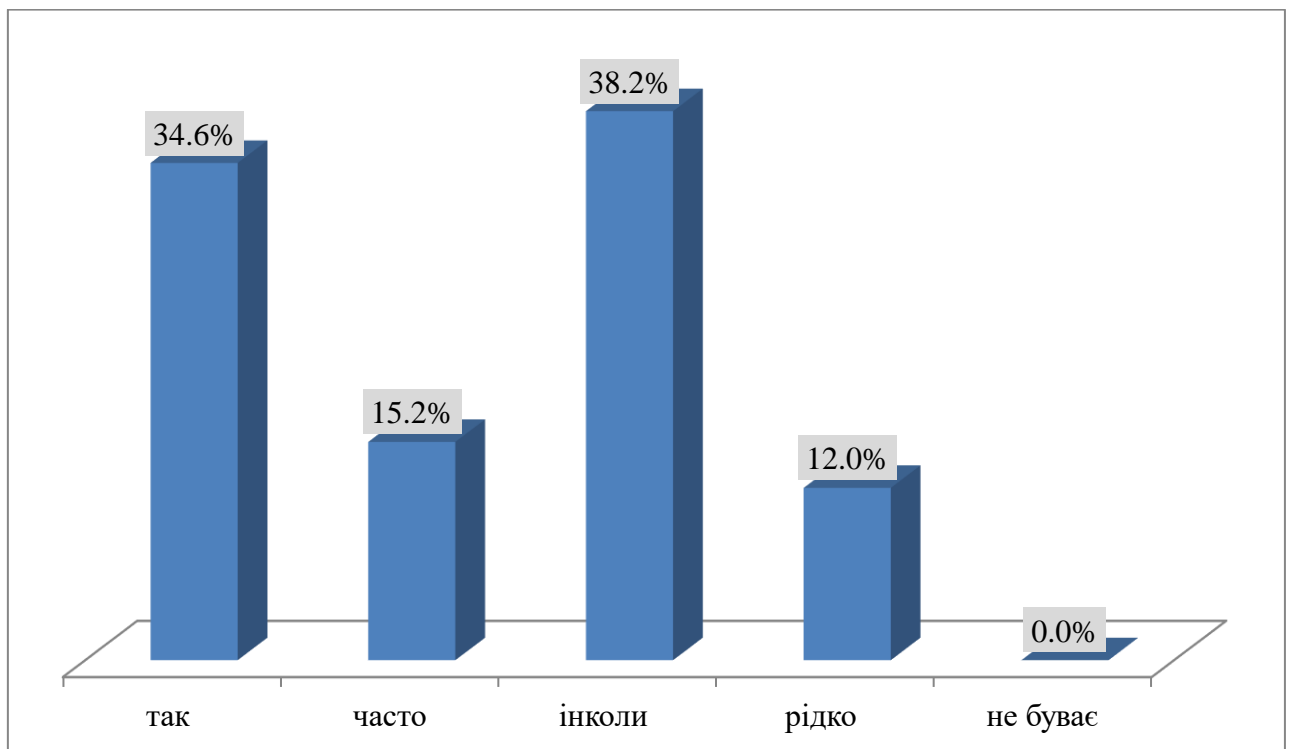


Рис. 2.4. Розподіл відповідей респондентів на запитання анкети «Як часто у вашій сім'ї виникають суперечки або конфлікти?» (у % від загальної кількості опитаних)

Варто зазначити, що серед учасників дослідження не було жодного респондента, який би стверджував про повну відсутність конфліктів у сім'ї. Це свідчить про те, що конфлікти є природним компонентом сімейної взаємодії та певною мірою притаманні більшості родин. Водночас частота їх виникнення та способи вирішення можуть суттєво впливати на психологічний клімат сім'ї та емоційний стан її членів.

Подальший аналіз відповідей дозволив визначити основні причини виникнення сімейних конфліктів. Найпоширенішим чинником респонденти назвали непорозуміння між членами родини – таку відповідь надали 42,2 % опитаних (рис. 2.5). Це може свідчити про недостатній рівень ефективної комунікації, труднощі у взаєморозумінні та невміння конструктивно обговорювати проблемні питання.

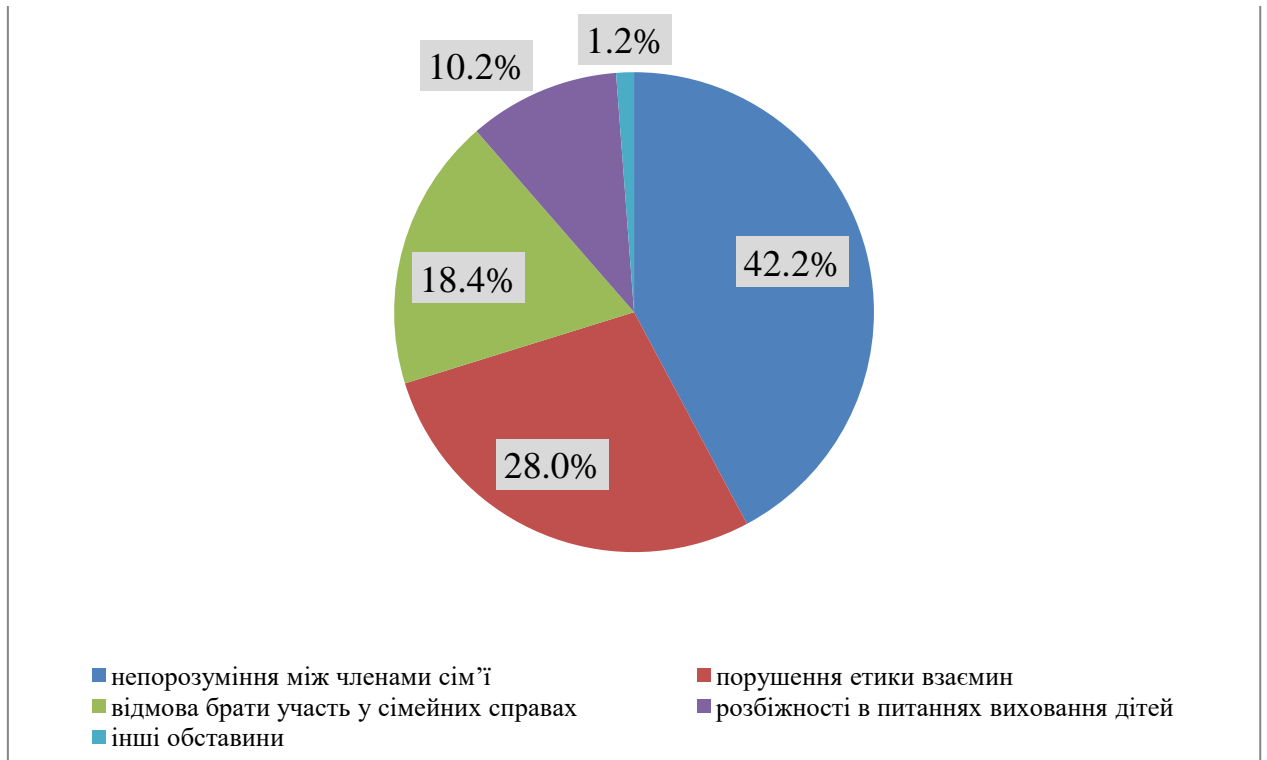


Рис. 2.5. Розподіл відповідей респондентів на запитання анкети «Які причини виникнення суперечок та конфліктів у вашій сім'ї?» (у % від загальної кількості опитаних)

Крім того, 28,0 % респондентів пов'язують виникнення конфліктів із порушенням етичних норм сімейної взаємодії. Йдеться про прояви неповаги, нетактовної поведінки, ігнорування почуттів інших членів родини або недотримання моральних принципів спілкування у сім'ї.

Ще 18,4 % опитаних зазначили, що причиною конфліктів є небажання одного з членів сім'ї брати участь у спільних сімейних справах та виконанні сімейних обов'язків. Подібна ситуація може викликати відчуття

несправедливого розподілу відповідальності, емоційне перевантаження одного з партнерів та посилення напруження у взаєминах.

Отримані результати підтверджують, що ефективність сімейної комунікації, взаємна повага та готовність до співпраці є важливими чинниками підтримання сприятливого психологічного клімату у родині та профілактики деструктивних конфліктів.

З метою визначення найбільш поширених способів подолання конфліктів у сімейному середовищі респондентам було запропоновано вказати, які стратегії вони найчастіше використовують у ситуаціях суперечок та непорозумінь (рис. 2.6). Аналіз отриманих результатів показав, що найбільша частка опитаних – 38,6 % – надає перевагу стратегії примирення.

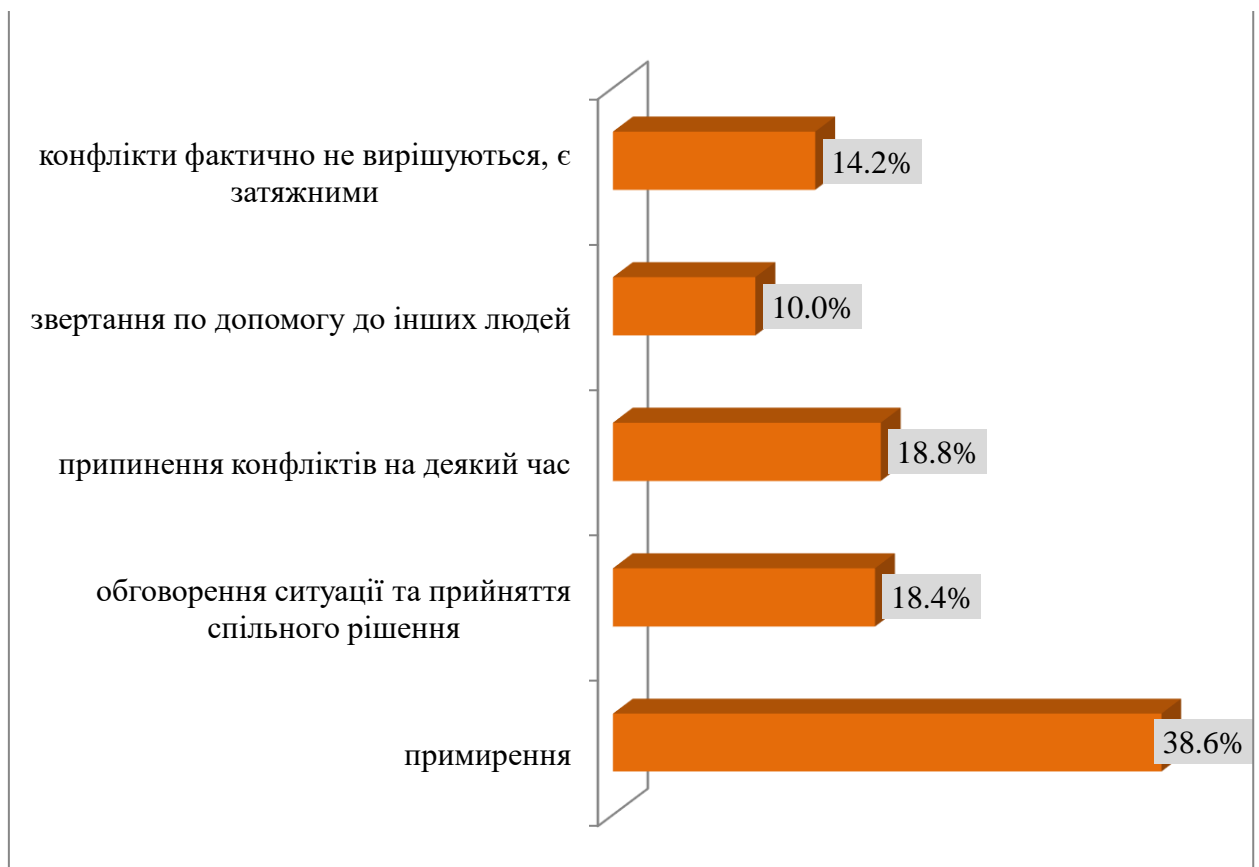


Рис. 2.6. Розподіл відповідей респондентів на запитання анкети «Які методи вирішення сімейних конфліктів ви зазвичай застосовуєте?» (у % від загальної кількості опитаних)

Даний спосіб вирішення конфлікту передбачає прагнення сторін до відновлення емоційної рівноваги, пошуку взаємоприйняттого рішення та досягнення компромісу. Використання примирення як провідної стратегії свідчить про намагання членів сім'ї зберегти стабільність взаємин, уникнути подальшого загострення суперечки та підтримати позитивний психологічний клімат у родині.

Майже однакова кількість респондентів обрала такі способи врегулювання конфліктів, як тимчасове припинення конфлікту (18,8 %) та обговорення проблемної ситуації з подальшим спільним прийняттям рішення (18,4 %). Подібні результати свідчать про прагнення значної частини сімей використовувати конструктивні форми взаємодії у процесі подолання суперечностей.

Стратегія тимчасового припинення конфлікту дозволяє сторонам знизити емоційне напруження, уникнути імпульсивних реакцій та повернутися до обговорення проблеми після стабілізації емоційного стану. Водночас обговорення ситуації та спільний пошук рішення свідчать про готовність партнерів до відкритої комунікації, взаємного врахування інтересів і співпраці у вирішенні сімейних труднощів.

Отримані результати дають підстави стверджувати, що більшість досліджуваних сімей орієнтуються на конструктивні способи врегулювання конфліктів, які сприяють збереженню гармонійних взаємин, підтриманню взаєморозуміння та зміцненню психологічного клімату у родині.

2.3. Інтерпретація результатів опитування дітей щодо їхнього емоційного стану в умовах сімейних конфліктів

Дослідження дітей старшого дошкільного віку за методикою «Вивчення розуміння емоційних станів людей, зображених на картинці» О. Ізотової було спрямоване на визначення рівня сформованості емоційного інтелекту та здатності дітей розпізнавати емоційні стани інших людей. Методика дала

можливість оцінити, наскільки дошкільники вміють розуміти емоційні переживання оточуючих, інтерпретувати мімічні прояви, емоційні реакції та невербальні сигнали, що є важливою умовою успішної соціальної взаємодії.

Здатність до розуміння емоцій інших людей виступає важливим показником емоційного розвитку дитини, оскільки саме вона забезпечує формування емпатії, навичок міжособистісного спілкування, здатності до співпереживання та конструктивної взаємодії з однолітками й дорослими. Достатній рівень розвитку емоційного інтелекту сприяє кращій соціальній адаптації дитини, розвитку комунікативних умінь та формуванню позитивних взаємин у колективі.

У результаті аналізу відповідей дітей було виявлено різний рівень сформованості навичок розпізнавання емоційних станів. Зокрема, 25,0 % досліджуваних дітей продемонстрували високий рівень розвитку емоційного розуміння. Такі діти впевнено та правильно визначали емоції персонажів, адекватно пояснювали причини їхніх переживань і виявляли здатність до точного сприйняття емоційних сигналів.

Діти з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту демонстрували сформовану емоційну чутливість, уважність до переживань інших людей та здатність адекватно реагувати на емоційний стан співрозмовника відповідно до ситуації. Вони легко розпізнавали навіть менш виражені емоційні прояви, правильно інтерпретували поведінку персонажів та виявляли готовність до співпереживання, що свідчить про достатній рівень розвитку соціальної компетентності та емоційної сфери загалом.

У ході дослідження встановлено, що 42,0 % дітей продемонстрували середній рівень розуміння емоційних станів інших людей. Для цієї групи характерні окремі труднощі у точному розпізнаванні та інтерпретації емоційних проявів. Діти із середнім рівнем розвитку емоційного інтелекту здатні визначати базові емоції, однак у деяких випадках припускаються помилок або потребують додаткових пояснень і підказок з боку дорослого. Подібні результати свідчать про те, що навички емоційного розуміння

перебувають на етапі активного формування та потребують подальшого розвитку.

Крім того, 33,0 % дітей виявили низький рівень здатності до розуміння емоційних станів. У таких дітей спостерігалися значні труднощі у розпізнаванні емоційних проявів інших людей, неправильне трактування міміки та поведінки персонажів або недостатнє усвідомлення емоційного змісту ситуації. Низький рівень сформованості емоційного сприйняття може ускладнювати процес спілкування з однолітками та дорослими, спричиняти труднощі у встановленні міжособистісних контактів і негативно впливати на соціальну адаптацію дитини.

Результати дослідження, представлені у таблиці 2.4, відображають розподіл дітей старшого дошкільного віку за рівнями сформованості навичок розуміння емоційних станів. Отримані дані дозволяють оцінити особливості розвитку емоційного інтелекту дошкільників та визначити необхідність проведення корекційно-розвивальної роботи, спрямованої на формування емоційної чутливості, розвиток емпатії та вдосконалення навичок соціальної взаємодії.

Таблиця 2.4.

Рівень розуміння емоційних станів у дітей старшого дошкільного віку

Рівень розуміння емоцій	Частка дітей
Високий	25,0%
Середній	42,0%
Низький	33,0%

Аналіз відповідей дітей також показав, що найчастіше дошкільники правильно розпізнавали базові емоції, зокрема радість, образу та гнів. Саме ці емоційні стани є найбільш зрозумілими та доступними для сприйняття у старшому дошкільному віці, оскільки вони мають виражені зовнішні прояви та часто зустрічаються у повсякденному спілкуванні.

Водночас значно рідше діти визначали складні або змішані емоційні стани, такі як смуток, співпереживання чи емоційна невизначеність. Це

свідчить про те, що здатність до розуміння більш тонких і комплексних емоцій ще перебуває у процесі формування. Подібна тенденція є закономірною для дітей старшого дошкільного віку та вказує на необхідність цілеспрямованого розвитку емоційної сфери, формування навичок емпатії та розширення емоційного досвіду дитини.

З метою більш детального дослідження особливостей невербального вираження емоцій у дітей старшого дошкільного віку було застосовано «Методику вивчення мимічної моторики» Г. Волкової. Дана методика дозволила оцінити рівень сформованості навичок емоційної експресії, здатність дітей передавати різні емоційні стани за допомогою мимики, а також особливості розвитку їхньої невербальної комунікації.

Результати дослідження засвідчили, що лише 8,0 % дітей продемонстрували високий рівень розвитку мимічної моторики. Такі діти самостійно та адекватно відтворювали запропоновані емоційні стани, використовуючи різноманітні мимічні засоби та виразні рухи обличчя. Їхня емоційна експресія була достатньо чіткою, природною та відповідала змісту запропонованих ситуацій, що свідчить про добре сформовані навички невербального самовираження.

У 42,0 % дітей було виявлено середній рівень розвитку мимічної моторики. Для цієї групи характерним було часткове відтворення емоційних станів із використанням обмеженої кількості мимічних засобів. Діти загалом розуміли зміст емоцій, однак їхня експресія була недостатньо виразною або неповною. Це може свідчити про недостатній рівень сформованості навичок невербальної передачі емоцій та потребу у подальшому розвитку емоційної виразності.

Найбільша кількість досліджуваних дітей – 50,0 % – продемонструвала низький рівень володіння мимічною моторикою (табл. 2.5). У таких дітей спостерігалися значні труднощі під час відтворення емоційних станів навіть після додаткових пояснень дорослого. Їхня миміка була маловиразною, емоційні реакції – недостатньо диференційованими, а використання

невербальних засобів спілкування – обмеженим.

Аналіз результатів показав, що найбільші труднощі у дітей викликало відтворення таких емоційних станів, як переляк, здивування, збентеження та страх. У деяких випадках складною для вираження виявлялася навіть емоція радості, особливо якщо вона мала більш складний емоційний контекст. Натомість значно легше діти передавали прості та добре знайомі емоції, зокрема радість, смуток і гнів.

Таблиця 2.5

Результати «Методики вивчення мимічної моторики» Г. Волкової

Рівень володіння мимічною моторикою	Відсоток дітей (%)	Характеристика рівня
Високий	8,0	Повноцінне, самостійне зображення емоційного стану без допомоги дорослого
Середній	42,0	Часткове відтворення емоцій, обмежений арсенал експресивних засобів
Низький	50,0	Значні труднощі у зображенні емоцій навіть із поясненнями, мінімальна виразність

Отримані результати свідчать про те, що у значної частини старших дошкільників навички невербального вираження емоцій ще недостатньо сформовані. Це вказує на необхідність проведення спеціальної корекційно-розвивальної роботи, спрямованої на розвиток емоційної виразності, формування здатності розпізнавати та адекватно передавати різні емоційні стани, а також удосконалення навичок емоційної комунікації.

Для більш повного аналізу особливостей розвитку емоційного інтелекту у дітей старшого дошкільного віку було здійснено порівняння результатів двох психодіагностичних методик: дослідження здатності до розпізнавання емоційних станів та оцінювання рівня розвитку мимічної моторики. Порівняльний аналіз даних, наведених у таблицях 2.4 та 2.5, дозволив виявити взаємозв'язок між умінням дітей розуміти емоції інших людей і здатністю невербально відтворювати власні емоційні стани.

Результати дослідження показали, що лише незначна частина дітей продемонструвала високі показники за обома методиками. Так, високий рівень

здатності до розпізнавання емоцій було зафіксовано у 25,0 % дітей, тоді як високий рівень розвитку мимічної моторики виявлено лише у 8,0 % досліджуваних. Це свідчить про те, що навіть за наявності достатнього рівня розуміння емоцій дитина не завжди здатна адекватно та виразно передавати їх за допомогою невербальних засобів.

Середній рівень сформованості навичок був виявлений у 42,0 % дітей за обома методиками. Дошкільники цієї групи загалом розуміли емоційні прояви та могли частково їх відтворювати, однак їхні навички емоційної інтерпретації та мимічної експресії залишалися недостатньо розвиненими. Це проявлялося в обмеженому використанні мимічних засобів, труднощах у передачі складних емоцій та потребі у додаткових поясненнях або підтримці з боку дорослого.

Низький рівень розвитку навичок розпізнавання емоцій було встановлено у 33,0 % дітей, тоді як труднощі у сфері мимічної експресії спостерігалися у половини досліджуваних – 50,0 %. Отримані результати свідчать про те, що у значної частини старших дошкільників недостатньо сформовані навички експресивної поведінки, навіть якщо вони частково здатні розуміти емоційні стани інших людей.

Для визначення взаємозв'язку між здатністю дітей розпізнавати емоції та рівнем розвитку мимічної моторики було застосовано кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона. Результати розрахунків показали наявність помірного позитивного кореляційного зв'язку ($r \approx 0,46$) між показниками розпізнавання емоцій та мимічної експресії. Це означає, що діти, які краще розуміють та ідентифікують емоційні стани інших людей, зазвичай більш успішно відтворюють їх за допомогою миміки та невербальних засобів спілкування.

Разом із тим отримані результати свідчать, що сформованість навичок розпізнавання емоцій не завжди супроводжується достатнім рівнем емоційної виразності. Це підтверджує необхідність цілеспрямованого розвитку не лише емоційного сприйняття, але й навичок невербального самовираження та емоційної комунікації.

Таким чином, результати дослідження підкреслюють важливість комплексного підходу до розвитку емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку. Такий підхід має включати формування вмій розпізнавати та розуміти емоції, розвиток емпатії, удосконалення мимічної моторики та навичок емоційної експресії. Практична значущість отриманих результатів полягає у можливості використання їх для розроблення психолого-педагогічних програм, спрямованих на розвиток соціально-емоційної компетентності дітей та покращення їхньої соціальної адаптації.

Узагальнення результатів, отриманих за методиками «Вивчення розуміння емоційних станів людей, зображених на картинці» О. Ізотової та «Методика вивчення мимічної моторики» Г. Волкової, дозволило встановити, що значна частина дітей старшого дошкільного віку ще недостатньо володіє навичками як розпізнавання емоційних станів, так і їхнього адекватного невербального відтворення. У процесі дослідження було виявлено, що окремі діти відчували труднощі під час визначення таких емоцій, як страх, здивування або співпереживання. При цьому емоцію співпереживання деякі дошкільники ототожнювали із жалем, що свідчить про недостатню диференціацію складних емоційних переживань.

В окремих випадках діти могли відтворити лише одну із запропонованих емоцій, що вказує на обмежений рівень розвитку емоційної виразності та недостатню сформованість емоційного репертуару. Такі результати свідчать про необхідність проведення цілеспрямованої корекційно-розвивальної роботи, спрямованої на розвиток емоційного інтелекту, навичок емоційного самовираження та здатності до емоційної взаємодії.

Для додаткового вивчення особливостей емоційного розвитку старших дошкільників було застосовано тест «Розпізнавання емоцій» Т. Череднікової. Дана методика дала можливість оцінити здатність дітей визначати емоційні стани персонажів у різних ситуаціях, аналізувати поведінку героїв та враховувати контекст подій під час інтерпретації емоційних проявів.

Результати аналізу протоколів дослідження показали, що більшість

дітей успішно впоралися із завданнями першої ситуації, які передбачали розпізнавання простих та емоційно зрозумілих станів. Це свідчить про достатній рівень сформованості навичок визначення базових емоцій у більшості старших дошкільників.

У другій ситуації окремі діти не лише правильно визначали емоційний стан персонажів, але й намагалися аргументувати власні відповіді, пояснюючи можливі причини зміни настрою героїв. Наприклад, діти припускали, що персонаж може бути сумним або засмученим залежно від обставин зустрічі. Подібні відповіді свідчать про розвиток елементів емоційної уяви, здатності до аналізу ситуації та розуміння того, що емоційний стан людини може змінюватися під впливом різних життєвих обставин.

Водночас результати третьої ситуації продемонстрували наявність труднощів у розпізнаванні менш виражених або складніших емоційних станів. Значна частина дітей не змогла правильно визначити почуття персонажа або пояснити причини його емоційних переживань. Це свідчить про недостатній рівень розвитку навичок інтерпретації складних емоцій та необхідність подальшого формування емоційної чутливості.

Кількісний аналіз результатів за методикою Т. Череднікової показав, що високий рівень сформованості навичок розпізнавання емоцій був характерний лише для 17,0 % дітей. Такі дошкільники впевнено визначали емоційні стани персонажів, пояснювали причини їхніх переживань та демонстрували здатність до емоційного співпереживання.

Найбільша частина дітей – 58,0 % – продемонструвала середній рівень розвитку навичок розпізнавання емоцій. Дошкільники цієї групи загалом правильно визначали базові емоції, однак мали труднощі у розумінні складних або суперечливих емоційних станів.

Низький рівень сформованості емоційного розуміння було виявлено у 25,0 % дітей. Такі результати свідчать про труднощі у розпізнаванні навіть простих емоційних проявів та недостатній рівень розвитку емоційної компетентності (табл. 2.6).

Рівень уміння розпізнавати емоції у дітей старшого дошкільного віку (за Т. Чередніковою)

Рівень розпізнавання емоцій	Відсоток дітей (%)	Характеристика рівня
Високий	17,0	Чітке розпізнавання емоцій у простих і складніших ситуаціях, аргументоване пояснення
Середній	58,0	Розпізнає переважно прості емоції, можливі труднощі зі складними або подвійними
Низький	25,0	Труднощі навіть із базовими емоціями, потребує допомоги та підказок

Використання кореляційного аналізу за коефіцієнтом Пірсона дало можливість визначити взаємозв'язок між рівнем сформованості навичок розпізнавання емоційних станів за методикою Т. Череднікової та здатністю дітей адекватно відтворювати емоції за допомогою міміки відповідно до методики Г. Волкової. У результаті статистичної обробки даних було встановлено помірний позитивний кореляційний зв'язок ($r \approx 0,48$), що свідчить про наявність взаємозалежності між зазначеними показниками.

Отримані результати дають підстави стверджувати, що діти, які краще розуміють та ідентифікують емоційні стани інших людей, здебільшого демонструють більш точне й виразне невербальне відтворення емоцій. Вони ефективніше використовують мімічні засоби, краще передають емоційний зміст ситуації та виявляють вищий рівень емоційної чутливості.

Разом із тим встановлений рівень кореляції не є достатньо високим, що свідчить про відносну самостійність окремих компонентів емоційної компетентності. Це означає, що сформованість навичок розпізнавання емоцій не завжди супроводжується відповідним рівнем розвитку мімічної експресії. Деякі діти можуть добре визначати емоційні стани інших людей, однак відчувати труднощі у власному невербальному самовираженні. У зв'язку з цим розвиток експресивних навичок потребує окремої цілеспрямованої роботи.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що розвиток емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку є складним,

багатокомпонентним та індивідуально своєрідним процесом. Формування емоційної компетентності потребує комплексного психолого-педагогічного підходу, який має включати розвиток умінь розпізнавати емоційні стани, удосконалення навичок мімічної експресії, формування емпатії та здатності до емоційного співпереживання.

Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості їх використання під час організації корекційно-розвивальної роботи з дітьми старшого дошкільного віку. Урахування особливостей розвитку емоційної сфери у діяльності вихователів, практичних психологів і батьків сприятиме формуванню навичок ефективної соціальної взаємодії, покращенню адаптації дітей до соціального середовища та розвитку їхньої емоційної стійкості.

Проведене дослідження за участю батьків та дітей старшого дошкільного віку також дозволило комплексно оцінити вплив сімейного середовища на розвиток емоційної сфери дитини. Встановлено, що характер подружніх взаємин, рівень конфліктності у сім'ї та загальний психологічний клімат безпосередньо впливають на формування емоційної компетентності дітей, розвиток здатності до співпереживання, розуміння емоційних станів та невербального вираження почуттів.

Аналіз результатів опитувальника «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Ю. Альошина, Л. Гозман, О. Дубовська) засвідчив наявність у значної частини досліджуваних сімей проблемних сфер взаємодії, які виступають джерелами постійного емоційного напруження та конфліктів. Найбільш поширеними причинами суперечностей виявилися прагнення одного з партнерів до домінування (30,2 %), втручання родичів у внутрішні справи молодшої сім'ї (26,0 %) та фінансово-матеріальні труднощі (22,6 %). Отримані результати свідчать про те, що у багатьох молодих сім'ях процес адаптації до спільного життя, розподілу ролей та відповідальності ще не є завершеним. Це створює несприятливе емоційне середовище, яке може негативно позначатися на психоемоційному стані дитини.

Результати «Морфологічного тесту життєвих цінностей» (В. Сопов, Л.

Карпушин) доповнили отримані дані та дозволили визначити особливості системи ціннісних орієнтацій у сім'ях із різною тривалістю подружнього життя. Було встановлено, що домінуючими для більшості сімей залишаються емоційно-комунікативні цінності, серед яких особливе значення мають любов, довіра, взаємна підтримка, увага до партнера та готовність до компромісу. Це підтверджує, що саме характер емоційної взаємодії між подружжям є основою формування сприятливого психологічного клімату в сім'ї та суттєво впливає на розвиток емоційної сфери дітей.

Водночас результати анкетування батьків засвідчили наявність значних труднощів у сімейному спілкуванні. Майже 40 % респондентів охарактеризували свої взаємини як «не дуже гарні» або «погані». Значна частина опитаних визнала регулярність виникнення конфліктів у сім'ї: 38,2 % зазначили, що конфлікти виникають «інколи», а 34,6 % – що вони трапляються часто. Основними причинами суперечностей респонденти називали непорозуміння між членами родини (42,2 %), порушення етичних норм сімейної взаємодії (28,0 %) та небажання окремих членів сім'ї брати участь у спільних сімейних справах (18,4 %). Отримані дані свідчать про те, що для значної кількості сімей конфлікти мають систематичний характер і формують нестабільне емоційне середовище, у якому перебуває дитина.

На тлі виявлених особливостей сімейного клімату результати дослідження емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку демонструють чіткий взаємозв'язок між характером сімейних взаємин і рівнем розвитку емоційної компетентності дитини. Так, за методикою О. Ізотової лише 25,0 % дітей продемонстрували високий рівень здатності до розпізнавання та адекватного розуміння емоційних станів інших людей, тоді як 33,0 % мали суттєві труднощі у цій сфері.

Результати «Методики вивчення мимічної моторики» Г. Волкової показали, що половина досліджуваних дітей (50,0 %) недостатньо володіє навичками невербального вираження емоцій. У таких дітей спостерігалися труднощі у відтворенні емоційних станів за допомогою миміки та експресивних

рухів, що свідчить про недостатній рівень розвитку емоційної виразності.

Подібна тенденція була виявлена і за результатами тесту «Розпізнавання емоцій» Т. Череднікової. Високий рівень сформованості навичок розпізнавання емоцій продемонстрували лише 17,0 % дітей, тоді як 25,0 % досліджуваних показали низький рівень розвитку емоційного розуміння. Це свідчить про наявність труднощів у розпізнаванні навіть базових емоційних станів та недостатню сформованість емоційної компетентності у значної частини старших дошкільників.

Проведення кореляційного аналізу за коефіцієнтом Пірсона дозволило встановити наявність помірного позитивного взаємозв'язку між рівнем здатності дітей до розпізнавання емоцій та навичками їхнього мімічного відтворення ($r \approx 0,48$). Отримані результати свідчать про те, що діти, які краще розуміють та ідентифікують емоційні стани інших людей, зазвичай більш точно й виразно передають емоції за допомогою міміки та невербальних засобів спілкування.

Разом із тим встановлений кореляційний зв'язок не є достатньо високим, що вказує на відносну самостійність розвитку окремих компонентів емоційної компетентності. Це означає, що високий рівень здатності до розпізнавання емоцій не завжди супроводжується сформованими навичками їхнього експресивного відтворення. У зв'язку з цим розвиток мімічної виразності та невербальної емоційної комунікації потребує спеціально організованої та цілеспрямованої психолого-педагогічної роботи.

Узагальнення результатів дослідження дозволяє стверджувати, що діти, які виховуються у сім'ях із високим рівнем конфліктності, значно частіше перебувають в умовах емоційно нестабільного середовища. Подібний психологічний клімат негативно впливає на формування емоційної сфери дитини та ускладнює процес засвоєння навичок розуміння, розпізнавання й адекватного вираження емоцій.

Постійна емоційна напруга між батьками, часті конфлікти, суперечності та відсутність конструктивних способів взаємодії створюють для дитини

несприятливі умови емоційного розвитку. У таких сім'ях дитина часто не отримує достатнього позитивного досвіду емоційної підтримки, безпечної комунікації та відкритого вираження почуттів. Натомість вона змушена адаптуватися до суперечливих емоційних сигналів і нерідко засвоює неефективні або деструктивні моделі поведінки.

Крім того, результати дослідження свідчать про те, що у конфліктних сім'ях батьки часто мають обмежені можливості для повноцінної емоційної взаємодії з дитиною. Постійна зайнятість вирішенням внутрішньосімейних суперечностей, емоційне виснаження та психологічна напруженість знижують якість спілкування між батьками та дітьми. Унаслідок цього скорочується кількість ситуацій, у яких дитина може навчатися розуміти емоції, співпереживати іншим та конструктивно виражати власні почуття.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що гармонійний психологічний клімат у сім'ї, конструктивне вирішення конфліктів та довірливі взаємини між подружжям є важливими умовами повноцінного емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку. Саме позитивне сімейне середовище сприяє формуванню емоційної стійкості, розвитку комунікативних навичок, здатності до співпереживання та ефективної соціальної взаємодії з оточенням у подальшому житті.

Висновки до другого розділу

Проведене експериментальне дослідження дозволило всебічно оцінити вплив сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей дошкільного віку, а також проаналізувати взаємозв'язок між особливостями подружніх взаємин, ціннісними орієнтаціями батьків і емоційним благополуччям дітей. Дослідження показало, що сім'я, як базовий соціальний інститут, відіграє ключову роль у формуванні особистісних та емоційних характеристик дитини, а напру-

женість у міжособистісних взаєминах батьків виступає потужним стресогенним чинником, що безпосередньо впливає на психоемоційний стан дитини.

Аналіз даних, отриманих за допомогою психодіагностичного комплексу методик, підтвердив наявність прямого зв'язку між рівнем конфліктності у сім'ї та проявами емоційних труднощів у дітей. Виявлено, що високий рівень конфліктності в подружніх взаєминах супроводжується більшою схильністю дітей до тривожності, дратівливості, замкненості та проблем у міжособистісній взаємодії, що свідчить про негативний вплив конфліктного сімейного мікроклімату на розвиток емоційної стабільності і соціальних навичок дошкільників.

Дослідження батьківських ціннісних орієнтацій засвідчило різноманітність підходів до розуміння сімейних цінностей і взаємодії у сімейному середовищі. Найбільш значущими для формування гармонійних стосунків є емоційні прояви взаємостосунків, такі як любов, довіра, підтримка, взаємодопомога та здатність до компромісу. Пріоритети ціннісної системи змінюються залежно від подружнього стажу: молоді сім'ї (1–5 років) орієнтуються на емоційне зближення та матеріальну стабільність; сім'ї зі стажем 6–10 років акцентують увагу на здоров'ї, добробуті та здатності до взаємопідтримки; сім'ї з тривалим подружнім стажем (11–20 років) приділяють увагу особистісній реалізації та емоційній стабільності. Це демонструє, що пріоритети цінностей адаптуються до змін життєвих обставин і внутрішніх потреб родини.

Методики оцінки емоційного стану дітей, зокрема дослідження мімічної моторики, розуміння емоційних станів за картинками та тест «Розпізнавання емоцій», дозволили встановити рівень розвитку емоційної експресії, емпатії, здатності до співпереживання та вербалізації власних почуттів у дошкільників. Було виявлено, що діти, які зростають у сім'ях із високим рівнем конфліктності, демонструють нижчі показники здатності адекватно розпізнавати та виражати емоції, що свідчить про необхідність корекційно-розвивальної підтримки з боку педагогів і психологів.

Кореляційний аналіз підтвердив помірний негативний зв'язок між рівнем конфліктності в сім'ї та психоемоційним станом дітей ($r = -0,47$, $p <$

0,01), що свідчить про системний вплив сімейних конфліктів на дитячу психіку. Отримані результати підкреслюють важливість ранньої діагностики конфліктних взаємин у сім'ї та своєчасного впровадження заходів психологічної підтримки для забезпечення емоційної безпеки дітей.

Таким чином, результати дослідження дозволяють зробити кілька ключових висновків:

1. Сімейне середовище є критично важливим фактором формування психоемоційного благополуччя дітей; високий рівень конфліктності батьків негативно впливає на емоційну стабільність і соціальні навички дошкільників.

2. Емоційні прояви взаємостосунків – ключовий компонент сімейних цінностей, що визначає здатність родини ефективно справлятися з конфліктами.

3. Ціннісні пріоритети батьків змінюються залежно від тривалості подружнього життя, що відображає адаптацію родини до життєвих етапів та обставин.

4. Розвиток емоційного інтелекту дітей безпосередньо пов'язаний із якістю сімейної взаємодії: діти з сімей із низьким рівнем конфліктності краще розпізнають, диференціюють і вербалізують емоції.

5. Практична значущість отриманих даних полягає у можливості розробки ефективних рекомендацій для батьків, педагогів та психологів щодо профілактики негативного впливу сімейних конфліктів на дітей та формування гармонійного сімейного мікроклімату.

В цілому, експериментальне дослідження підтверджує важливість інтегрованого підходу до вивчення сімейних конфліктів і психоемоційного стану дітей, поєднуючи аналіз взаємодій батьків, ціннісних орієнтацій та розвитку емоційних компетентностей дітей. Отримані результати можуть слугувати підґрунтям для розробки програм психолого-педагогічного супроводу та корекційно-розвивальної роботи в умовах сімейних конфліктів.

РОЗДІЛ 3

РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

3.1. Практичні аспекти розвитку емоційної компетентності дітей дошкільного віку

Актуальність дослідження розвитку емоційної компетентності дошкільників обумовлена як сучасними науковими досягненнями у сфері психології розвитку, так і практичними потребами освітньої системи та соціального середовища дитини. У дошкільному віці формується базис соціальних і емоційних навичок, які надалі визначають ефективність міжособистісної взаємодії, здатність до саморегуляції, рівень адаптації у колективі та загальний психоемоційний стан дитини. Саме період дошкільного віку характеризується активним становленням емоційного інтелекту, що включає вміння розпізнавати власні емоції, адекватно виражати їх, а також сприймати та інтерпретувати емоції інших людей.

Сучасні соціально-педагогічні умови висувають нові вимоги до розвитку емоційної компетентності. Зростання інформаційного навантаження, раннє залучення дітей до колективних та освітніх процесів, інтенсивні міжособистісні взаємодії з однолітками та дорослими створюють потребу у формуванні стійких навичок емоційної саморегуляції. Недостатній розвиток емоційної компетентності у дітей дошкільного віку може призводити до емоційної нестійкості, конфліктної поведінки, труднощів у взаємодії з однолітками та педагогами, а в довгостроковій перспективі – до проблем у навчанні та соціальній адаптації [29].

Практичний аспект дослідження зумовлений необхідністю створення ефективних методичних підходів та інструментів, які дозволяють педагогам і батькам цілеспрямовано впливати на розвиток емоційних навичок. Використання спеціально розроблених вправ, ігор, тренінгових методик і

технологій емоційного виховання дозволяє формувати у дітей здатність до самопізнання, емпатії, контролю власних емоційних реакцій та конструктивного реагування у стресових чи конфліктних ситуаціях.

Крім того, розвиток емоційної компетентності має безпосередній зв'язок із психологічним благополуччям дітей. Діти, які вміють усвідомлювати та адекватно виражати свої емоції, легше адаптуються до змін у соціальному середовищі, демонструють позитивну поведінку у колективі та формують здорові міжособистісні стосунки. Таким чином, розвиток емоційної компетентності є не лише педагогічною, а й соціально-важливою задачею, що сприяє гармонійному психічному розвитку та соціальній інтеграції дітей.

Узагальнюючи вищезазначене, актуальність дослідження практичних аспектів розвитку емоційної компетентності дошкільників визначається потребою:

1. Забезпечити системний підхід до формування емоційного інтелекту на ранніх етапах розвитку.
2. Розробити ефективні методики та інструменти практичного впровадження емоційного виховання у дошкільних закладах.
3. Попереджати можливі негативні наслідки емоційної незрілості, що можуть проявлятися у поведінкових та комунікативних труднощах.
4. Створити науково обґрунтовану базу для підготовки педагогів і батьків до цілеспрямованого впливу на психоемоційний розвиток дитини.

Отже, розвиток емоційної компетентності дошкільників є ключовим елементом їхнього гармонійного розвитку та соціальної адаптації, що робить дослідження практичних аспектів цього процесу надзвичайно актуальним у сучасних умовах освітньої та соціальної діяльності.

Розвиток емоційної компетентності є важливим аспектом виховання дошкільників, адже це формує їх здатність розпізнавати, виражати та контролювати свої емоції, а також взаємодіяти з іншими людьми в різних емоційних ситуаціях. У закладах дошкільної освіти важливими є практичні аспекти розвитку емоційної компетентності, що включають різноманітні методи,

стратегії та форми роботи, адаптовані до вікових особливостей дітей.

1. Формування емоційного самопізнання та самооцінки. Одним із перших кроків у розвитку емоційної компетентності є допомога дітям у розпізнаванні та називанні своїх емоцій. Це можна здійснювати через спеціальні вправи та ігри, в яких діти вчаться відрізнити радість, сум, гнів, страх, здивування та інші емоційні стани. Використання ігрових методик, таких як «емоційні картки» або «термометри емоцій», допомагає дітям візуалізувати свій емоційний стан та озвучувати його. Цей етап є важливим для розвитку вміння усвідомлювати свої почуття і вчитися управляти ними.

2. Розвиток емпатії та соціальної чутливості. Емпатія – здатність ставити себе на місце іншої людини – є ключовим елементом емоційної компетентності. У дошкільному віці діти активно навчаються розуміти почуття інших через різноманітні ігрові ситуації. Наприклад, рольові ігри, в яких дітям пропонується обирати ролі персонажів і реагувати на емоційні ситуації (наприклад, допомогти другу, який сумує), сприяють розвитку емпатії. Також важливими є обговорення казок та мультфільмів, в яких герої переживають різні емоції. Через це діти можуть краще розуміти чужі почуття та вчитися співпереживати.

3. Формування навичок саморегуляції та контролю емоцій. Одним із складних завдань у розвитку емоційної компетентності є навчання дітей управляти своїми емоціями, особливо в складних ситуаціях (наприклад, коли дитина розлючена чи засмучена). Для цього використовуються методики саморегуляції, як-от вправи на глибоке дихання або спеціальні методи “стоп-сигналу”, які допомагають дитині зупинити негативні емоції, коли вони набирають сили. Також корисними є заняття на розвиток терплячості, де діти вчаться контролювати себе, чекаючи своєї черги або вирішуючи спірні ситуації мирно.

4. Розвиток комунікативних навичок та конструктивного вирішення конфліктів. Вміння спілкуватися і вирішувати конфлікти мирним шляхом є невід’ємною частиною емоційної компетентності. На цьому етапі діти вчаться

висловлювати свої почуття та потреби у позитивному ключі, використовувати конструктивні способи вирішення конфліктів (наприклад, через діалог, компроміси або пошук спільних рішень). У цьому контексті рольові ігри, де діти моделюють різні соціальні ситуації, є важливими. Це дозволяє дітям відпрацьовувати навички взаємодії, аргументації та співпраці з іншими.

5. Творча діяльність як засіб емоційного розвитку. Творчість – потужний інструмент для вираження емоцій. Діти, займаючись малюванням, ліпленням, музичними та театральними заняттями, можуть виражати свої почуття та переживання в нестандартний спосіб. У процесі творчої діяльності діти навчаються розуміти і візуалізувати свої емоції, що допомагає їм краще адаптуватися до соціуму і створює умови для їх емоційного розвитку. Важливо також включати в навчальний процес казкотерапію, де через казки діти можуть розібратися в складних емоційних ситуаціях, знаходячи способи вирішення проблем.

6. Співпраця з батьками та родиною. Емоційний розвиток дітей відбувається не тільки в садочку, але й у родині, тому співпраця з батьками є важливим компонентом. Педагоги можуть проводити консультації для батьків, давати рекомендації щодо підтримки емоційного розвитку вдома, організовувати спільні заходи для родин, що сприяють розвитку емоційної компетентності дітей. Наприклад, родинні ігри або читання книг разом можуть створити емоційно сприятливу атмосферу для розвитку дитини.

7. Інтеграція емоційного виховання в усі види діяльності закладу дошкільної освіти. Емоційний розвиток має бути органічно вплетений у всі види діяльності в дошкільному закладі. Від занять з малювання, музики, фізкультури до сюжетно-рольових ігор – кожен момент навчального процесу може стати можливістю для розвитку емоційної компетентності. Важливо створити в групі таку атмосферу, де діти зможуть вільно виражати свої почуття, розв'язувати проблеми та вчитися взаємодіяти з іншими на емоційному рівні [29; 31; 66].

Розвивальні програми для дошкільників відіграють ключову роль у

формуванні емоційної компетентності, оскільки вони забезпечують системний і цілеспрямований підхід до розвитку здатності дітей розпізнавати, виражати та регулювати власні емоції, а також розуміти емоції інших. Основні аспекти їхньої ролі можна виділити так:

Програми дозволяють вихователю або педагогу чітко планувати заняття та послідовність вправ, що сприяють поступовому формуванню емоційних навичок. Вони створюють послідовну логіку розвитку, від простого до складного, забезпечуючи ефективне навчання.

Через інтерактивні та творчі вправи діти вчаться усвідомлювати власні емоції, розпізнавати внутрішні стани та аналізувати причини своїх почуттів. Це допомагає розвивати емоційний інтелект і формує здатність до саморегуляції.

У межах формувального експерименту було розроблено програму «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника», спрямовану на розвиток емоційної компетентності дітей дошкільного віку. Програма передбачає систематичну роботу з формування вміння розпізнавати власні емоції та емоції інших, висловлювати почуття, навчатися саморегуляції та співпереживанню.

Основні завдання програми:

1. Розвивати здатність дітей ідентифікувати власні емоційні стани та аналізувати їх.
2. Формувати навички адекватного вираження емоцій у різних соціальних ситуаціях.
3. Сприяти розвитку емпатії та соціальної взаємодії з однолітками та дорослими.
4. Підвищувати емоційну стійкість та здатність до саморегуляції.
5. Інтегрувати емоційний розвиток із творчими, ігровими та пізнавальними активностями.

Перелік занять:

1. «Кольорові емоції» – дослідження настроїв через кольори та

малюнки.

2. «Місто почуттів» – рольова гра для розпізнавання емоцій у різних ситуаціях.
3. «Скарбниця настрою» – створення колажів із емоційних образів.
4. «Чарівна музика серця» – музичні вправи для вираження радості, смутку, збудження.
5. «Казкова терапія» – аналіз казкових героїв і їхніх емоцій.
6. «Веселі та сумні історії» – обговорення емоцій персонажів у коротких оповіданнях.
7. «Емоційний театр» – інсценізація ситуацій для розвитку співпереживання та комунікації.
8. «Подорож у країну спокою» – вправи на релаксацію та саморегуляцію емоцій.

3.2. Зміст програми «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника»

У межах формувального етапу дослідження було розроблено та впроваджено корекційно-розвивальну програму «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника», спрямовану на розвиток емоційної компетентності дітей дошкільного віку, формування навичок емоційної саморегуляції, розвитку емпатії, комунікативних умінь та емоційної стійкості. Програма побудована з урахуванням вікових та психологічних особливостей дошкільників і базується на принципах емоційної безпеки, ігрової взаємодії, творчої активності та підтримки позитивного емоційного досвіду дитини.

Зміст програми передбачає використання різноманітних форм роботи: арттерапевтичних вправ, рольових ігор, казкотерапії, музикотерапії, елементів психогімнастики, творчих завдань та релаксаційних технік. Кожне заняття має комплексний характер і спрямоване не лише на розвиток здатності дитини розпізнавати та виражати власні емоції, а й на формування вмінь конструктивної взаємодії з однолітками та дорослими.

Нижче представлено зміст занять формувальної програми, їх мету, очікувані результати, а також систему вправ, спрямованих на розвиток емоційної сфери дітей дошкільного віку [5; 7; 12; 20; 28; 33; 39; 56; 62; 66].

Заняття 1. «Кольорові емоції»

Мета: розвивати у дітей здатність розпізнавати та називати власні емоції, формувати навички емоційного самовираження через кольори, малюнок та творчість, сприяти розвитку емоційної чутливості й позитивної самооцінки.

Вправа «Який колір має настрій?»

Мета: формувати вміння співвідносити емоції з кольорами та усвідомлювати власний емоційний стан.

Обладнання: картки різних кольорів, смайлики з емоціями.

Хід вправи: психолог запрошує дітей сісти у коло та повідомляє, що сьогодні вони вирушать у «кольорову подорож емоцій». Дітям пропонується уважно розглянути кольорові картки, які лежать перед ними. Психолог пояснює, що кожен колір може бути схожим на певний настрій або почуття людини.

Спочатку психолог демонструє дітям смайлики із різними емоціями – радістю, сумом, страхом, здивуванням, злістю, спокоєм – і разом із дітьми обговорює, які кольори можуть «підходити» до кожної емоції. Наприклад, радість може бути жовтою або помаранчевою, сум – синім чи сірим, спокій – зеленим або блакитним. Психолог наголошує, що правильних чи неправильних відповідей немає, адже кожна людина може по-своєму відчувати емоції.

Після цього кожній дитині пропонується обрати картку того кольору, який найбільше схожий на її настрій саме зараз. Дитина показує обраний колір групі та пояснює свій вибір. Якщо дитині складно описати свої почуття словами, психолог допомагає навідними запитаннями: «Що сьогодні зробило тебе радісним?», «Чи був момент, коли тобі стало сумно або страшно?», «Який колір допомагає тобі почуватися спокійно?»

Далі проводиться рухливий етап вправи. Психолог називає різні емоції, а діти повинні швидко знайти та підняти картку кольору, яка, на їхню думку, відповідає цій емоції. Після цього діти по черзі пояснюють свої асоціації.

Наприкінці вправи психолог пропонує дітям створити «кольоровий настрій групи»: усі вибрані кольори розміщуються разом на дошці або ватмані, утворюючи спільну композицію настроїв.

Обговорення: діти діляться власними почуттями, пояснюють, чому обрали саме цей колір, пригадують ситуації, коли відчували такі емоції.

Вправа «Малюнок настрою»

Мета: розвивати навички емоційного самовираження через творчість, формувати здатність усвідомлювати власні емоційні переживання та передавати їх за допомогою кольорів, форм і художніх образів.

Обладнання: аркуші паперу, фарби, пензлики, кольорові олівці, фломастери, серветки, спокійна музика.

Хід вправи: психолог створює доброзичливу й емоційно безпечну атмосферу, пропонує дітям зручно сісти за столи та повідомляє, що зараз вони спробують намалювати свій настрій. Дітям пояснюється, що під час виконання завдання не потрібно малювати конкретні предмети, людей чи тварин – головне передати свої почуття через кольори, лінії, форми та плями.

Перед початком творчої роботи психолог проводить коротку емоційну налаштувальну бесіду. Дітям пропонується заплющити очі, зробити кілька глибоких вдихів і прислухатися до власних почуттів. Психолог спокійним голосом ставить дітям запитання: «Який у вас зараз настрій?», «На що він схожий?», «Якого він кольору?», «Він спокійний чи рухливий?», «Які лінії могли б показати ваш настрій – плавні чи гострі?».

Після цього дітям пропонується обрати ті матеріали та кольори, які найбільше відповідають їхнім внутрішнім переживанням. Психолог підкреслює, що у цій вправі немає правильних або неправильних малюнків, адже кожна людина відчуває емоції по-своєму.

Під час малювання може звучати тиха спокійна музика, яка допомагає дітям розслабитися та зосередитися на власних переживаннях. Психолог спостерігає за емоційним станом дітей, підтримує їх, заохочує вільно використовувати кольори та не боятися виражати свої почуття. Якщо дитині складно

розпочати роботу, психолог може м'яко допомогти навідними фразами: «Подумай про те, що тебе сьогодні порадувало», «Яким кольором можна намалювати спокій?», «Як виглядає твоя радість або сум?»

У процесі творчої діяльності психолог звертає увагу дітей на те, що емоції можуть змінюватися, а настрої – бути різним у різні моменти дня. Деякі діти можуть використовувати яскраві кольори та плавні лінії, інші – темні відтінки або різкі рухи. Психолог не оцінює малюнки, а підтримує індивідуальне самовираження кожної дитини.

Після завершення роботи дітям пропонується уважно подивитися на свій малюнок і подумати, чи змінився їхній настрій під час творчості. Потім кожна дитина по черзі демонструє свій малюнок групі та розповідає про нього: які кольори вона використала, що хотіла передати та які почуття відчувала під час малювання.

Обговорення: психолог разом із дітьми обговорює, як за допомогою кольорів, форм і ліній можна передавати різні емоції. Діти діляться власними враженнями від вправи, розповідають, що їм найбільше сподобалося та які емоції було найлегше або найважче зобразити.

Особлива увага приділяється тому, що всі емоції є природними та важливими, а творчість допомагає краще зрозуміти себе, свій внутрішній стан і навчитися безпечно виражати власні почуття.

Вправа «Кольорове дзеркало»

Мета: розвивати здатність розпізнавати емоції інших людей, формувати навички емпатії та уважності до емоційних проявів співрозмовника.

Обладнання: кольорові картки, дзеркальце.

Хід вправи: діти сідають у коло. Одна дитина по черзі виходить у центр і отримує завдання показати певну емоцію лише за допомогою міміки, жестів та рухів тіла, не використовуючи слів. Це може бути радість, страх, здивування, сором, сум або захоплення.

Інші діти уважно спостерігають за «актором» та підбирають кольорову картку, яка, на їхню думку, найбільше відповідає показаній емоції. Після цього

кожна дитина пояснює свій вибір: «Я обрав жовтий, бо радість для мене яскрава», «Синій схожий на сумний настрій».

Після демонстрації емоції дитині пропонується подивитися у дзеркальце та звернути увагу на свій вираз обличчя. Психолог допомагає дітям помічати зміни міміки, очей, рухів та пози тіла під час різних емоційних станів.

Вправа повторюється кілька разів, щоб кожна дитина мала можливість показати емоцію та побути спостерігачем.

Обговорення: психолог разом із дітьми обговорює, як можна зрозуміти настрій іншої людини без слів, чому важливо помічати емоції друзів та як можна підтримати людину, яка переживає сум або страх.

Заняття 2. «Місто почуттів»

Мета: розвивати здатність дітей розпізнавати емоції у різних життєвих ситуаціях, формувати емпатію та навички соціальної взаємодії.

Вправа «Будинки настрою»

Мета: навчати дітей розпізнавати різні емоційні стани, розвивати емоційну чутливість, вміння аналізувати поведінку та переживання інших людей.

Обладнання: картинки або макети будиночків із зображенням різних емоцій (будинки радості, смутку, страху, злості, здивування, спокою), картки із сюжетними ситуаціями.

Хід вправи: психолог повідомляє дітям, що вони потрапили до чарівного «Міста почуттів», у якому є незвичайні будинки. У кожному будинку «живе» певна емоція: у жовтому будинку живе радість, у синьому – сум, у сірому – страх, у червоному – злість, у зеленому – спокій, а у фіолетовому – здивування.

Психолог по черзі демонструє дітям картинки будиночків та коротко описує кожен із них: «У будинку радості всі посміхаються, граються та сміються», «У будинку страху мешканці часто хвилюються й ховаються», «У будинку смутку люди можуть плакати або сумувати».

Після знайомства з будиночками психолог читає дітям короткі життєві історії або описує ситуації. Наприклад: «Хлопчик загубив свою улюблену іграшку», «Дівчинка отримала подарунок на день народження», «Дитина залишилася

сама у темній кімнаті», «Хлопчик несподівано побачив клоуна на святі».

Після кожної історії дітям пропонується визначити, у який будинок настрою потрапив герой. Діти можуть підходити до відповідного будинку або прикріплювати картку героя до певної емоції.

Психолог заохочує дітей не лише називати емоцію, а й пояснювати, чому саме герой міг так почуватися. Якщо відповіді дітей різняться, психолог наголошує, що різні люди можуть по-різному переживати однакові ситуації.

Наприкінці вправи дітям пропонується пригадати власні життєві ситуації, коли вони «потрапляли» до певного будинку настрою, та коротко розповісти про це.

Обговорення: діти разом із психологом обговорюють, як можна зрозуміти емоційний стан іншої людини, чому люди переживають різні емоції та чи можуть почуття змінюватися залежно від ситуації. Особлива увага приділяється тому, що всі емоції є природними та важливими для людини.

Вправа «Жителі міста»

Мета: розвивати емпатію, емоційне розуміння, здатність помічати невербальні прояви емоцій та співпереживати іншим людям.

Обладнання: картки персонажів із різними емоційними станами, дзеркальце.

Хід вправи: психолог пояснює дітям, що у «Місті почуттів» живуть різні мешканці, і кожен із них сьогодні переживає певну емоцію. Кожна дитина отримує картку із персонажем або назвою емоції, яку потрібно показати без слів – лише за допомогою міміки, жестів, пози тіла та рухів.

Психолог нагадує дітям, що люди можуть виражати свої емоції по-різному: посмішкою, поглядом, положенням рук, рухами чи голосом. Спочатку психолог сам демонструє приклад: показує радість, сум або страх, а діти вгадують емоцію.

Після цього діти по черзі виходять у центр кола та показують свого персонажа. Наприклад, дитина може показати: радісного хлопчика, який отримав подарунок; сумну дівчинку, у якої зламалася іграшка; налякану дитину,

яка почула гучний звук; здивованого героя, який побачив щось незвичайне.

Інші діти уважно спостерігають і намагаються вгадати емоцію. Після цього вони пояснюють, за якими ознаками впізнали почуття: «Він посміхався, тому був радісний», «У неї були опущені плечі, тому вона сумувала».

Психолог звертає увагу дітей на те, що емоції можна розпізнати не лише за словами, а й за мімікою, рухами та поведінкою людини. Для закріплення результату дітям пропонується подивитися у дзеркальце та самостійно показати різні емоції, спостерігаючи за виразом свого обличчя.

Обговорення: діти обговорюють, які емоції було легко впізнавати, а які – складніше. Психолог пояснює, чому важливо помічати почуття інших людей та як це допомагає бути уважними, доброзичливими й підтримувати друзів.

Вправа «Допоможи другу»

Мета: розвивати співчуття, емпатію, навички підтримки та доброзичливого ставлення до інших людей.

Обладнання: ілюстрації проблемних ситуацій, сюжетні картинки, м'яка іграшка.

Хід вправи: психолог повідомляє дітям, що іноді люди переживають сум, страх або образ, і дуже важливо вміти підтримати того, кому погано. Дітям демонструються картинки із різними життєвими ситуаціями: дитина впала і плаче; хлопчик залишився без друзів у грі; дівчинка боїться виступати на святі; дитина сумує через сварку.

Психолог пропонує дітям подумати, що відчуває герой ситуації та як можна йому допомогти. Діти висловлюють свої ідеї: сказати добрі слова, обійняти, допомогти, погратися разом, заспокоїти чи підтримати.

Після обговорення проводиться рольова частина вправи. Одна дитина грає роль засмученого героя, а інша – друга, який допомагає. Діти вчаться використовувати доброзичливі слова, лагідний тон голосу та підтримувальні жести.

Психолог звертає увагу на важливість уважного ставлення до почуттів інших людей та пояснює, що підтримка допомагає людині почуватися краще та безпечніше.

Наприкінці вправи дітям пропонується передати один одному «добру іграшку» та сказати приємне або підтримувальне побажання.

Обговорення: діти разом із психологом обговорюють, які слова допомагають людині заспокоїтися, чому важливо підтримувати друзів та як людина відчувається, коли отримує допомогу й турботу від інших.

Заняття 3. «Скарбниця настрою»

Мета: розвивати емоційну відкритість та здатність виражати почуття через творчість.

Вправа «Колаж радості»

Мета: формувати позитивне емоційне мислення, розвивати вміння помічати джерела радості у повсякденному житті, сприяти розвитку творчої активності та позитивного емоційного настрою.

Обладнання: журнали, кольорові картинки, ножиці, клей, ватман, фломастери, наліпки.

Хід вправи: психолог повідомляє дітям, що сьогодні вони створюватимуть «Колаж радості» – велику спільну картину всього, що приносить людині щастя, гарний настрій та приємні емоції. Спочатку проводиться коротка бесіда про те, що таке радість і коли людина відчувається щасливою. Діти пригадують ситуації, які викликають у них позитивні емоції: ігри з друзями, прогулянки, свята, подарунки, обійми батьків, домашніх улюбленців тощо.

Після цього дітям пропонується переглянути журнали та знайти картинки, які асоціюються у них із радістю, теплом, добром або щастям. Це можуть бути зображення природи, дітей, тварин, іграшок, сонця, свят, усмішок чи будь-яких інших приємних образів.

Психолог наголошує, що кожна дитина може мати власне уявлення про радість, тому всі картинки будуть важливими та цінними. Діти вирізають обрані зображення та по черзі приклеюють їх на великий ватман, створюючи спільний «Колаж радості». Під час роботи психолог підтримує дітей, ставить запитання та допомагає описувати емоції: «Чому ти обрав саме цю картинку?», «Що ти відчуваєш, коли дивишся на неї?», «Які спогади вона тобі нагадує?».

Після завершення колажу дітям пропонується прикрасити його кольоровими написами, смайликами, сонечками або власними малюнками. Готовий колаж розміщується у групі як символ позитивних емоцій та гарного настрою.

Обговорення: психолог разом із дітьми обговорює, що саме приносить людині радість, чому важливо помічати приємні моменти у житті та як позитивні емоції впливають на настрій і взаємини між людьми. Діти діляться своїми враженнями та розповідають, що їм найбільше сподобалося під час створення колажу.

Вправа «Скарбничка добрих слів»

Мета: розвивати позитивне ставлення до інших людей, формувати доброзичливість, емпатію та навички емоційної підтримки.

Обладнання: невелика коробочка або скринька («скарбничка»), кольорові картки, олівці, фломастери, наліпки.

Хід вправи: психолог показує дітям «чарівну скарбничку добрих слів» та пояснює, що у неї можна складати приємні слова, компліменти, побажання або добрі малюнки для друзів. Спочатку проводиться бесіда про те, як люди почуваються, коли чують добрі слова, підтримку чи похвалу.

Дітям пропонується пригадати ситуації, коли їм говорили щось приємне, та розповісти, які емоції вони тоді переживали. Після цього кожна дитина отримує картку, на якій має написати або намалювати добре слово, побажання чи приємний символ для когось із друзів групи. Якщо діти ще не вміють писати, вони можуть намалювати усмішку, сердечко, сонечко або інший символ доброти.

Психолог допомагає дітям добирати позитивні слова: «Ти добрий друг», «Мені подобається гратися з тобою», «Ти гарно посміхаєшся», «Ти веселий і добрий».

Після виконання завдання діти по черзі складають свої картки у «скарбничку». Потім психолог дістає картки та зачитує або демонструє їх групі. Діти відгадують, кому адресовані добрі слова, та дарують їх один одному.

Наприкінці вправи психолог пропонує дітям створити правило групи:

щодня говорити хоча б одну добру фразу друзям або близьким людям.

Обговорення: разом із дітьми психолог обговорює, чому людям приємно чути добрі слова, як підтримка допомагає покращити настрій та чому важливо бути уважними до почуттів інших людей. Діти діляться своїми емоціями після отримання добрих побажань.

Заняття 4. «Чарівна музика серця»

Мета: розвивати емоційну чутливість через музику та рухову активність.

Вправа «Яка це музика?»

Мета: навчати дітей розпізнавати емоційний зміст музики, розвивати емоційну чутливість, уміння співвідносити музичні образи з різними почуттями та емоційними станами.

Обладнання: аудіозаписи музичних уривків різного характеру (весела, сумна, тривожна, спокійна, урочиста музика), колонки або музичний центр, картки із зображенням емоцій.

Хід вправи: психолог повідомляє дітям, що музика може «розповідати» про настрій і почуття людини навіть без слів. Спочатку проводиться коротка бесіда про те, як музика впливає на емоції людини: коли ми чуємо веселу мелодію – хочеться посміхатися і рухатися, а повільна чи тиха музика може викликати спокій або сум.

Далі психолог пропонує дітям уважно послухати кілька коротких музичних уривків. Після кожного уривка діти мають визначити, який настрій передає музика та які емоції вона викликає. Для полегшення завдання дітям демонструються картки із зображенням різних емоцій: радості, смутку, страху, здивування, спокою, хвилювання.

Психолог ставить дітям запитання: «Якою була ця музика – швидкою чи повільною?», «Вона була гучною чи тихою?», «Який настрій вона створила?», «Що вам захотілося робити під цю музику?».

Наприклад, після прослуховування веселої музики діти можуть сказати, що їм захотілося танцювати або сміятися, а після сумної – тихо сидіти чи обійняти когось. Психолог звертає увагу дітей на те, що одна й та сама музика

може викликати у різних людей різні емоції та асоціації.

Для закріплення результату дітям пропонується підібрати до кожного музичного уривка відповідний колір або рух. Наприклад, радісна музика може асоціюватися із жовтим кольором та легкими стрибками, а спокійна – із блакитним кольором та плавними рухами рук.

Наприкінці вправи психолог ще раз наголошує, що музика допомагає людині виражати свої почуття та краще розуміти власний емоційний стан.

Обговорення: діти діляться своїми враженнями від прослуханих мелодій та розповідають, які емоції викликала музика. Психолог обговорює з дітьми, чому музика може змінювати настрій людини та як вона допомагає виражати почуття без слів.

Вправа «Танець емоцій»

Мета: розвивати емоційне самовираження через рух, формувати здатність передавати почуття за допомогою жестів, міміки та рухів тіла.

Обладнання: музичний супровід різного емоційного характеру, вільний простір для руху.

Хід вправи: психолог пояснює дітям, що емоції можна показувати не лише словами, а й рухами, позою, жестами та виразом обличчя. Дітям пропонується уявити себе «танцівниками емоцій», які за допомогою рухів можуть передати різні почуття.

Спочатку психолог демонструє кілька простих прикладів: як може рухатися радісна людина, як виглядає сумна або налякана людина. Після цього дітям пропонується під різну музику показувати певні емоції через рухи тіла.

Спочатку вмикається весела й енергійна музика. Діти можуть стрибати, кружляти, плескати в долоні, усміхатися та рухатися легко й активно, передаючи радість. Потім звучить повільна сумна мелодія, і діти намагаються показати сум через повільні рухи, опущені плечі або тиху ходу.

Далі психолог вмикає тривожну або різку музику, а діти рухами демонструють страх чи хвилювання: можуть озиратися, ховатися, притискати руки до себе. Під загадкову або несподівану музику діти показують здивування:

широко розкривають очі, піднімають руки, роблять різкі або несподівані рухи.

Психолог заохочує дітей не соромитися та вільно виражати емоції. Під час вправи діти вчаться помічати, як змінюються рухи залежно від настрою. Наприкінці заняття звучить спокійна музика, під яку діти виконують плавні рухи, повільно дихають і заспокоюються.

Для ускладнення вправи психолог може запропонувати дітям самостійно придумати рухи для певної емоції або показати зміну настрою — наприклад, як сум перетворюється на радість.

Обговорення: психолог разом із дітьми обговорює, які рухи найбільше підходили до певних емоцій, яку емоцію було показувати найлегше, а яку — найскладніше. Діти діляться своїми відчуттями та розповідають, як змінювався їхній настрій під час рухів і танцю.

Заняття 5. «Казкова терапія»

Мета: розвивати емоційну сферу дітей через аналіз поведінки та переживань казкових героїв, формувати здатність розуміти власні емоції й емоції інших людей, розвивати емпатію та навички емоційного самовираження.

Вправа «Який настрій у героя?»

Мета: навчати дітей розпізнавати емоційні стани казкових персонажів.

Обладнання: ілюстрації до казок, картки емоцій.

Хід вправи: психолог демонструє дітям ілюстрації із відомих казок та пропонує уважно розглянути героїв. Діти разом із психологом пригадують сюжет казки та обговорюють, що саме відбувалося з персонажем у певний момент.

Після цього психолог ставить дітям запитання: «Як ви думаєте, що зараз відчуває герой?», «Чому він сумує або радіє?», «Що могло його налякати?».

Діти обирають картку з емоцією, яка найбільше відповідає настрою героя, та пояснюють свій вибір. Психолог допомагає дітям описувати емоції словами та звертає увагу на міміку, позу та поведінку персонажа.

Наприкінці вправи дітям пропонується уявити себе на місці героя та розповісти, як би вони почувалися у такій ситуації.

Обговорення: діти діляться своїми думками про емоції персонажів та обговорюють, чи завжди люди можуть переживати однакові почуття у схожих ситуаціях.

Вправа «Казковий мішечок емоцій»

Мета: розвивати емоційну уяву та навички емоційного мовлення.

Обладнання: мішечок із предметами або картками героїв казок.

Хід вправи: психолог приносить «чарівний мішечок», у якому заховані предмети або картки із героями казок. Кожна дитина по черзі витягує картку та розповідає, які емоції переживав цей герой у казці.

Після цього дітям пропонується пригадати ситуацію, коли вони самі відчували подібні емоції. Наприклад: «Коли тобі було так само страшно, як Колобку?», «Коли ти радів так, як Попелюшка?»

Психолог підтримує дітей, допомагає їм висловлювати власні переживання та наголошує, що всі емоції є важливими.

Обговорення: діти обговорюють, чому казкові герої можуть допомагати людям краще розуміти власні почуття.

Вправа «Добрий кінець казки»

Мета: розвивати навички емоційного вирішення проблемних ситуацій.

Обладнання: картинки із казковими ситуаціями.

Хід вправи: психолог розповідає дітям уривок казки із проблемною ситуацією та пропонує придумати добрий і спокійний спосіб її завершення. Наприклад: як помирити героїв, допомогти сумному персонажу або подолати страх.

Діти висловлюють свої ідеї, обговорюють поведінку персонажів та разом створюють новий позитивний фінал казки.

Обговорення: психолог разом із дітьми обговорює, як добрі вчинки та підтримка можуть допомогти людині впоратися з труднощами.

Заняття 6. «Веселі та сумні історії»

Мета: розвивати здатність дітей розуміти емоції інших людей, аналізувати емоційні ситуації та формувати навички співпереживання.

Вправа «Послухай історію»

Мета: формувати навички розуміння емоцій персонажів.

Обладнання: короткі оповідання або сюжетні картинки.

Хід вправи: психолог читає дітям коротку історію про героя, який переживає певні емоції: радість, страх, образу, здивування або сум. Після прослуховування діти обговорюють, що відчував герой та чому саме виникли ці емоції.

Психолог ставить навідні запитання: «Що сталося з героєм?», «Чому він засмутився?», «Що могло його порадувати?».

Діти аналізують ситуацію та пропонують способи підтримки героя.

Обговорення: обговорюється, як можна зрозуміти емоції іншої людини та чому важливо бути уважними до почуттів інших.

Вправа «Весела чи сумна історія?»

Мета: розвивати здатність розрізняти емоційний зміст ситуацій.

Обладнання: картки із різними життєвими ситуаціями.

Хід вправи: психолог демонструє дітям картинки або коротко описує різні події. Діти визначають, чи є історія веселою, сумною, тривожною або доброю, та пояснюють свій вибір.

Наприклад: «дівчинка загубила улюблену іграшку», «хлопчик зустрів друга», «дитина отримала подарунок». Після цього діти пропонують, як можна змінити сумну історію на веселішу.

Обговорення: діти обговорюють, чому одна й та сама ситуація може викликати різні емоції у різних людей.

Вправа «Продовж історію»

Мета: розвивати емоційну уяву та навички комунікації.

Обладнання: картинки персонажів.

Хід вправи: психолог починає коротку історію, а діти по черзі її продовжують. У процесі розповіді вони описують емоції героїв та можливі способи вирішення ситуації.

Психолог допомагає дітям звертати увагу на почуття персонажів і підтримує доброзичливий характер історії.

Обговорення: діти діляться враженнями про героїв та обговорюють, як слова і вчинки впливають на емоції людей.

Заняття 7. «Емоційний театр»

Мета: розвивати навички емоційного самовираження, співпереживання та ефективної комунікації через театралізовану діяльність.

Вправа «Покажи емоцію»

Мета: розвивати невербальне вираження почуттів.

Обладнання: картки емоцій.

Хід вправи: кожна дитина отримує картку з певною емоцією та повинна показати її без слів за допомогою міміки, рухів і жестів. Інші діти вгадують емоцію та пояснюють, за якими ознаками вони її впізнали.

Обговорення: психолог обговорює з дітьми, як люди виражають емоції без слів.

Вправа «Маленька вистава»

Мета: розвивати навички взаємодії та співпереживання.

Обладнання: маски, елементи костюмів.

Хід вправи: діти розігрують короткі сценки із повсякденного життя: сварка друзів, допомога товаришу, спільна гра, примирення. Психолог допомагає дітям знаходити доброзичливі способи спілкування та вирішення конфліктів.

Обговорення: обговорюється, які вчинки допомагають людям дружити та підтримувати одне одного.

Вправа «Чарівний мікрофон»

Мета: формувати навички емоційного мовлення.

Обладнання: іграшковий мікрофон.

Хід вправи: діти по черзі беруть мікрофон і розповідають про ситуацію, коли вони були радісними, сумними або схвильованими.

Обговорення: психолог підтримує дітей та наголошує на важливості відкритого вираження почуттів.

Заняття 8. «Подорож у країну спокою»

Мета: формувати навички емоційної саморегуляції та зниження емоційного напруження.

Вправа «Чарівне дихання»

Мета: навчати дітей заспокоюватися за допомогою дихальних вправ.

Обладнання: легка музика.

Хід вправи: психолог навчає дітей робити повільний вдих через ніс та спокійний видих через рот, уявляючи, що вони надувають повітряну кульку.

Обговорення: діти описують, як змінився їхній стан після вправи.

Вправа «Хмаринка спокою»

Мета: знижувати емоційне напруження через уяву.

Обладнання: спокійна музика.

Хід вправи: діти заплющують очі та уявляють, що лежать на м'якій хмаринці, яка повільно пливе небом.

Обговорення: діти діляться своїми образами та відчуттями.

Вправа «Скринька спокою»

Мета: формувати внутрішні ресурси самозаспокоєння.

Обладнання: коробочка, маленькі предмети-антистреси.

Хід вправи: діти обирають предмет, який асоціюється у них зі спокоєм та безпекою, і пояснюють свій вибір.

Обговорення: обговорюється, що допомагає людині заспокоїтися у складних ситуаціях.

3.3. Узагальнення результатів формувального етапу дослідження емоційного стану дітей в умовах сімейних конфліктів

Після впровадження корекційно-розвивальної програми було зафіксовано позитивні зміни у психоемоційному стані дітей, які виховуються у сім'ях із підвищеним рівнем конфліктності. Порівняльний аналіз результатів, отриманих до та після проведення формувального експерименту, свідчить про зниження

рівня сімейної напруги та покращення психологічного клімату у родинах досліджуваних.

На констатувальному етапі дослідження 38,2 % батьків зазначали, що конфлікти у їхній сім'ї виникають «інколи», 34,6 % повідомляли, що конфліктні ситуації трапляються регулярно, 15,2 % вказували на часті конфлікти, а лише 12,0 % респондентів характеризували суперечки у сім'ї як рідкісні.

Після реалізації програми результати суттєво змінилися. Так, частка сімей, у яких конфлікти виникають «інколи», зменшилася до 22,0 %. Кількість респондентів, які зазначили, що конфлікти «бувають», становила 30,0 %, тоді як показник частих конфліктів знизився майже вдвічі – до 8,0 %. Водночас значно зросла частка сімей, у яких конфліктні ситуації виникають рідко – до 40,0 % (табл. 3.1).

Отримані результати свідчать про позитивний вплив корекційно-розвивальної програми на характер сімейної взаємодії. Зменшення частоти конфліктів у родині сприяло зниженню емоційної напруги у сімейному середовищі, покращенню психологічного клімату та створенню більш сприятливих умов для емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку.

Таблиця 3.1

Частота виникнення конфліктів у сім'ях (до і після впровадження програми «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника»)

Частота конфліктів	До (%)	Після (%)
Рідко	12,0	40,0
Інколи	38,2	22,0
Бувають	34,6	30,0
Часто	15,2	8,0
Не буває	0,0	0,0

Позитивні зміни були зафіксовані також у сприйнятті сім'ї як дружнього та емоційно безпечного середовища. На початковому етапі дослідження лише 58,0 % дітей і батьків оцінювали психологічний клімат у родині як дружній та сприятливий для взаєморозуміння. Це свідчило про наявність емоційної

напруги, недостатнього рівня підтримки та труднощів у сімейній комунікації.

Після реалізації корекційно-розвивальної програми даний показник зріс до 78,0 %, що вказує на суттєве покращення сімейної атмосфери та зміцнення позитивних взаємин між членами родини (табл. 3.2). Отримані результати свідчать про підвищення рівня емоційної згуртованості сімей, покращення взаєморозуміння між батьками та дітьми, а також формування більш сприятливого психологічного клімату.

Таблиця 3.2

Відсоток сімей, які сприймають родину як дружній колектив (до і після впровадження програми «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника»)

Оцінка сімейного колективу	До (%)	Після (%)
Так	58,0	78,0
Частково	32,0	18,0
Ні	10,0	4,0

У процесі повторного обстеження було встановлено, що діти стали більш упевненими у стабільності та безпечності сімейного середовища. Вони частіше демонстрували позитивні емоційні реакції, відкритість у спілкуванні, готовність до взаємодії з батьками та однолітками, а також вищий рівень емоційної активності. Це свідчить про позитивний вплив програми на емоційний стан дітей і покращення якості внутрішньосімейних взаємин.

Аналіз результатів щодо причин виникнення сімейних конфліктів також засвідчив позитивні зміни після впровадження корекційно-розвивальної програми. На початковому етапі дослідження найбільш поширеним чинником конфліктів респонденти визначали непорозуміння між членами родини – на це вказали 42,2 % опитаних батьків. Ще 28,0 % учасників дослідження пов'язували виникнення суперечностей із порушенням етичних норм сімейної взаємодії, а 18,4 % зазначали, що причиною конфліктів є небажання одного з членів сім'ї брати участь у спільних сімейних справах.

Після реалізації програми спостерігалось помітне зниження кількості зазначених конфліктогенних факторів. Так, частка респондентів, які вказували

на непорозуміння як основну причину конфліктів, зменшилася до 25,0 %. Порухення етичних норм взаємин після проведення формувальної роботи фіксувалося лише у 15,0 % випадків, а проблема пасивності одного з членів родини у виконанні спільних сімейних обов'язків знизилася до 10,0 % (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Основні причини конфліктів у сім'ї (до і після впровадження програми «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника»)

Причина конфлікту	До (%)	Після (%)
Непорозуміння між членами родини	42,2	25,0
Порушення етичних норм сімейних взаємин	28,0	15,0
Відмова одного з членів сім'ї брати участь у спільних справах	18,4	10,0
Інші причини	11,4	5,0

Отримані результати свідчать про позитивний вплив програми на характер внутрішньосімейної взаємодії та емоційний клімат родини. Зменшення кількості конфліктів, пов'язаних із непорозумінням, порушенням норм спілкування та недостатньою участю у сімейному житті, вказує на покращення навичок комунікації між членами сім'ї, підвищення рівня взаємної підтримки та розвиток конструктивних способів вирішення суперечностей.

Таким чином, результати формувального експерименту підтверджують ефективність проведеної програми у напрямі гармонізації сімейних взаємин, зниження емоційної напруги та створення більш сприятливих умов для психоемоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку.

Результати кореляційного аналізу за коефіцієнтом Пірсона також підтвердили позитивні зміни після впровадження корекційно-розвивальної програми. На початковому етапі дослідження між рівнем конфліктності у сім'ї та психоемоційним станом дітей було виявлено помірний негативний зв'язок ($r = -0,47$, $p < 0,01$), що свідчило про суттєвий вплив несприятливого сімейного клімату на емоційний стан дошкільників.

Після реалізації програми показник кореляції знизився до $r = -0,28$ ($p < 0,05$). Це свідчить про послаблення взаємозв'язку між рівнем сімейної

конфліктності та проявами емоційних труднощів у дітей. Отримані результати дозволяють зробити висновок, що проведена психолого-педагогічна робота сприяла зменшенню негативного впливу конфліктних взаємин у родині на психоемоційний розвиток дітей старшого дошкільного віку.

Порівняльний аналіз результатів до та після формувального експерименту показав, що програма «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника» виявилася ефективною у розвитку емоційної сфери дітей. Після завершення програми спостерігалось зниження рівня тривожності, дратівливості та емоційної замкненості дошкільників, а також покращення їхньої здатності до усвідомлення та словесного вираження власних емоцій.

Крім того, у дітей підвищився рівень емпатії, емоційної чутливості та готовності до позитивної соціальної взаємодії з однолітками й дорослими. Вони стали впевненіше розпізнавати емоційні стани інших людей, краще контролювати власні емоційні реакції та більш адекватно виражати почуття у процесі спілкування.

Отримані результати підтверджують, що систематична робота з розвитку емоційної компетентності дітей у поєднанні з гармонізацією сімейних взаємин та покращенням психологічного клімату родини є важливою умовою профілактики емоційних труднощів у старшому дошкільному віці. Комплексний підхід, який поєднує психологічну підтримку дітей і батьків, дозволяє ефективно мінімізувати негативний вплив сімейних конфліктів на психоемоційний стан дитини та сприяє її успішній соціальній адаптації.

Висновки до третього розділу

Розвиток емоційної компетентності дошкільників є важливим аспектом їх гармонійного психічного розвитку та соціальної адаптації. Проведене дослідження підтвердило, що систематична робота з емоційного виховання позитивно впливає на формування емоційних навичок, здатності до

саморегуляції, емпатії та конструктивної взаємодії з однолітками та дорослими.

Аналіз практичних аспектів розвитку емоційної компетентності показав, що дошкільний вік є критичним періодом для формування базових соціально-емоційних навичок. Діти, які освоюють вміння розпізнавати власні емоції, адекватно їх висловлювати та сприймати емоції інших, легше адаптуються у колективі, проявляють позитивну поведінку та демонструють стабільні міжособистісні взаємодії. Недостатній розвиток емоційної компетентності у ранньому віці може призводити до емоційної нестійкості, конфліктної поведінки та труднощів у соціальній взаємодії, що підтверджує актуальність цілеспрямованого емоційного виховання у дошкільних закладах.

Впровадження спеціально розробленої програми «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника» продемонструвало ефективність системного підходу до розвитку емоційної компетентності. Програма передбачала роботу над формуванням таких ключових навичок, як емоційне самопізнання, адекватне вираження почуттів, розвиток емпатії, саморегуляція, конструктивне вирішення конфліктів та інтеграція емоційного виховання у творчі та ігрові діяльності.

Результати формувального експерименту свідчать про суттєві позитивні зміни у психоемоційному стані дітей та умовах сімейного середовища. Після реалізації програми відзначено зниження частоти сімейних конфліктів: показник «часто» зменшився з 15,2 % до 8,0 %, а категорія «рідко» зросла з 12,0 % до 40,0 %. Діти стали більш впевненими у безпечності сімейного середовища, частіше демонстрували позитивні емоційні реакції та готовність до взаємодії з батьками і однолітками.

Порівняльний аналіз причин конфліктів у сім'ях показав, що програма сприяла зменшенню непорозумінь між членами родини (з 42,2 % до 25,0 %), порушень етичних норм сімейних взаємин (з 28,0 % до 15,0 %) та пасивності одного з членів сім'ї (з 18,4 % до 10,0 %). Це свідчить про позитивний вплив розвитку емоційної компетентності дітей на регуляцію емоційних взаємодій у

родині.

Зменшення негативного впливу сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей підтверджує й статистичний аналіз: коефіцієнт кореляції Пірсона між рівнем конфліктності у сім'ї та емоційними труднощами дітей знизився з $r = -0,47$ до $r = -0,28$. Така динаміка свідчить про ослаблення зв'язку між конфліктністю у сім'ї та рівнем тривожності, дратівливості та замкненості дітей, демонструючи ефективність систематичного втручання.

Таким чином, проведене дослідження дозволяє зробити такі висновки:

1. Емоційна компетентність дошкільників формує основу для соціальної адаптації, конструктивної взаємодії та психологічного благополуччя.

2. Систематичні розвивальні програми, спрямовані на розвиток емоційних навичок, ефективно знижують негативний вплив сімейних конфліктів на психоемоційний стан дітей.

3. Формування навичок самопізнання, емпатії, саморегуляції та конструктивного вирішення конфліктів через інтерактивні, творчі та ігрові методики забезпечує гармонійний розвиток дошкільника.

4. Співпраця з батьками та інтеграція емоційного виховання у всі види діяльності в ЗДО створюють оптимальні умови для розвитку емоційної компетентності.

5. Розроблена програма «Емоційна мандрівка» довела свою ефективність як практичний інструмент для підвищення рівня емоційної стабільності та соціальної чутливості дітей дошкільного віку.

Загалом, результати дослідження підтверджують, що цілеспрямована робота над розвитком емоційної компетентності у дошкільників є ключовим фактором підтримки їх психоемоційного здоров'я, гармонійного соціального розвитку та формування основ майбутньої міжособистісної взаємодії.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено теоретичне узагальнення та практичне вирішення проблеми психологічного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей дошкільного віку. Результати проведеного дослідження підтвердили актуальність обраної теми, досягнення поставленої мети та виконання визначених завдань дослідження.

У процесі виконання першого завдання було проаналізовано теоретичні основи дослідження психологічного впливу сімейних конфліктів на емоційний стан дітей. Встановлено, що сім'я є провідним соціально-психологічним чинником розвитку особистості дитини, оскільки саме в родинному середовищі формуються базові уявлення про себе, інших людей та навколишній світ, закладаються основи емоційної сфери, моральних цінностей, поведінкових моделей та способів соціальної взаємодії.

Теоретичний аналіз наукової літератури дозволив визначити, що сімейне середовище виступає складною соціоекологічною системою, у межах якої здійснюється постійна взаємодія між членами родини та відбувається емоційний і особистісний розвиток дитини. Доведено, що сприятливий психологічний клімат сім'ї забезпечує емоційну безпеку, психологічний комфорт і гармонійний розвиток дитини, тоді як конфліктність, емоційна напруженість, агресія та нестабільність у взаєминах негативно впливають на психоемоційний стан дітей.

У ході дослідження з'ясовано психологічну сутність сімейних конфліктів, визначено їх основні причини та типологію. Встановлено, що основними причинами конфліктів у сім'ї є труднощі комунікації, порушення етики подружніх взаємин, різні погляди на сімейне життя, ревності, матеріальні труднощі, відмінності у цінностях та стилях виховання дітей. Водночас доведено, що конфлікт не завжди має виключно деструктивний характер, оскільки за умови конструктивного вирішення він може сприяти розвитку взаємин та формуванню взаєморозуміння між членами родини.

У результаті теоретичного аналізу визначено, що емоційний стан дитини є складною багатокомпонентною психологічною категорією, яка охоплює емоційний, когнітивний, поведінковий та фізіологічний компоненти. Основними показниками емоційного стану виступають рівень тривожності, емоційна стабільність, самооцінка, емоційний самоконтроль, агресивність, почуття психологічної безпеки та рівень соціальної адаптації.

Особливу увагу приділено аналізу впливу сімейних конфліктів на емоційний розвиток і психологічне благополуччя дітей. Встановлено, що постійна конфліктність у сім'ї негативно впливає на психоемоційний розвиток дитини та може спричиняти підвищену тривожність, страхи, емоційну нестабільність, агресивність, замкнутість, труднощі у міжособистісному спілкуванні та зниження самооцінки. Доведено, що емоційне благополуччя дитини значною мірою залежить від психологічного клімату сім'ї, рівня емоційної підтримки, взаєморозуміння та характеру сімейного виховання.

У межах другого завдання було здійснено емпіричне дослідження емоційного стану дітей в умовах сімейних конфліктів та проаналізовано його результати. Для реалізації дослідження було використано комплекс психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення особливостей сімейних взаємин, рівня конфліктності подружніх стосунків та емоційного стану дітей дошкільного віку.

Результати експериментального дослідження підтвердили наявність прямого взаємозв'язку між рівнем конфліктності у сім'ї та особливостями емоційного стану дітей. Встановлено, що високий рівень конфліктності між батьками супроводжується підвищеною тривожністю дітей, емоційною нестабільністю, дратівливістю, труднощами у спілкуванні та зниженням здатності до емоційної саморегуляції. Дослідження також показало, що діти з конфліктних сімей мають нижчий рівень здатності до розпізнавання та адекватного вираження емоцій, що негативно впливає на їхню соціальну адаптацію та міжособистісну взаємодію.

Аналіз результатів дослідження батьків дозволив встановити, що

важливими чинниками гармонійних сімейних взаємин є довіра, взаєморозуміння, підтримка, емоційна близькість та здатність до компромісу. Водночас виявлено, що ціннісні орієнтації та пріоритети подружжя змінюються залежно від тривалості сімейного життя та особливостей сімейної взаємодії.

Кореляційний аналіз результатів дослідження підтвердив наявність помірного негативного зв'язку між рівнем конфліктності у сім'ї та психоемоційним станом дітей ($r = -0,47$, $p < 0,01$), що свідчить про системний негативний вплив сімейних конфліктів на розвиток емоційної сфери дитини.

У процесі реалізації третього завдання було обґрунтовано практичні аспекти розвитку емоційної компетентності дітей дошкільного віку. Встановлено, що дошкільний вік є сензитивним періодом для формування емоційної сфери, розвитку емпатії, навичок саморегуляції та конструктивної взаємодії з оточенням. Доведено, що розвиток емоційної компетентності сприяє покращенню психоемоційного стану дітей, підвищенню рівня соціальної адаптації та формуванню позитивних моделей поведінки.

У межах четвертого завдання було розроблено, апробовано та перевірено ефективність програми «Емоційна мандрівка: світ почуттів дошкільника», спрямованої на розвиток емоційної компетентності дітей дошкільного віку. Програма включала систему ігрових, творчих, музичних, казкотерапевтичних та релаксаційних занять, спрямованих на формування навичок розпізнавання, вираження та регуляції емоцій, розвиток емпатії та конструктивної взаємодії.

Результати формувального етапу дослідження підтвердили ефективність розробленої програми. Після її впровадження спостерігалось зниження рівня тривожності, дратівливості та емоційної напруженості у дітей, покращення навичок емоційного самоконтролю, підвищення рівня емпатії та здатності до позитивної взаємодії з однолітками й дорослими. зменшення частоти конфліктних ситуацій у сім'ях досліджуваних дітей.

Отже, результати проведеного дослідження підтверджують, що сімейні конфлікти є вагомим чинником ризику для емоційного розвитку та психологічного благополуччя дітей дошкільного віку.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Алексеева Ю. А., Артемчук О. Г., Шишова О. М. Психодіагностика дітей та підлітків (для психодіагностичної практики студентів) : навч. посіб. Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2021. 320 с.
2. Аскерова І.А. Емоції як фундаментальна основа свідомості. Філософські проблеми гуманітар. наук. 2024. № 1-2. С. 138-143.
3. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2019. 256 с.
4. Богущ А.М. Формування емоційної культури дітей дошкільного віку: навчально-методичний посібник. Київ: Генеза, 2022. 132 с.
5. Бойко О. О. Казкотерапія в роботі з дітьми: теорія і практика. К.: Видавничий дім «Освіта», 2025. 176 с.
6. Бондарчук О. І. Психологічні особливості сімейних конфліктів у сучасній родині. Психологічний часопис. 2021. Т. 7, № 5. С. 15–22.
7. Борисюк О. О. Розвиток емоційної компетентності дітей дошкільного віку. Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції «Modern Scientific Research: Theoretical and Practical Aspects» (11-13 травня 2026 року, Рига, Латвія).
8. Борисюк О. О. Психологічний вплив сімейних конфліктів на емоційний стан дітей. Збірник тез VI Міжнародної наукової конференції «Інноваційна наука: пошук відповідей на виклики сучасності» (15 травня 2026 року, м. Чернівці).
9. Боришевський М. Й. Психологія особистості : навч. посіб. Київ : Либідь, 2020. 384 с.
10. Ващенко І.В. Конфлікти: сучасний стан, проблеми та напрямки їх вирішення в органах внутрішніх справ: монографія. Харків: «ОВС», 2022. 256 с.
11. Вовчик-Блакитна О. О. Сімейне середовище як чинник психічного розвитку дитини. Актуальні проблеми психології. 2020. Т. 7, вип. 36. С. 102–112.
12. Волкова Н. В. Музична терапія в дошкільній освіті: методичні

рекомендації. Х.: Основа, 2019. 120 с.

13. Гаврилова Н.І. Емоційна сфера дитини: становлення та розвиток у дошкільному віці : монографія. К.: Вид. дім «Слово», 2024. 240 с.

14. Гаврилюк Н. М. Вплив сімейних конфліктів на емоційний розвиток дітей дошкільного віку. Психологія і особистість. 2021. № 2 (20). С. 45–53.

15. Гнатюк Л. В. Особливості емоційного благополуччя дітей у конфліктних сім'ях. Габітус. 2022. № 39. С. 112–117.

16. Голота А.С. Розвиток емоційного інтелекту дошкільників: практичні рекомендації. Психолог дошкілля. 2019. С. 18-23.

17. Гордєєва Н. О. Змінювання сім'ї в умовах трансформації суспільства : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. соціолог. наук : спец. 22.00.06 «Соціологія культури, науки та освіти». Харків, 2020. 20 с.

18. Гріньова О. М., Терещенко Л. А. Дитяча психодіагностика : навчально-методичний посібник. Вінниця : Нілан-ЛТД, 2015. 227 с.

19. Давидюк Н. О. Типові причини формування конфліктних взаємин у подружній діаді. Український соціум : наук. журн. К., 2024. № 2 (4). С. 29–33.

20. Данилюк І. В. Арт-терапія і казкотерапія в корекційній роботі з дітьми дошкільного віку. Львів: Каменярь, 2018. 142 с.

21. Демчук О. В. Психологічні аспекти сімейного виховання дітей дошкільного віку. Науковий вісник ХДУ. Серія: Психологічні науки. 2020. № 4. С. 67–72.

22. Дідук І. А. Взаємини між дітьми в сім'ї як чинник їх психосоціального розвитку : автореф. дис. на здобуття ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Вікова та педагогічна психологія». К., 2021. 20 с.

23. Духовні потреби дітей України : монографія / під заг. ред. Ж. В. Петрочко. К. : Вид. дім «Калита», 2025. 108 с.

24. Емпатійний розвиток дитини / упоряд.: С. Максименко, К. Максименко, О. Главник. К. : Мікрос–СВС, 2023. 182 с.

25. Жигайло Н. І. Емоційна сфера дитини дошкільного віку: особливості розвитку. Молодий вчений. 2021. № 10 (98). С. 210–214.

26. Завадська Т. М. Психоемоційний стан дітей в умовах сімейної нестабільності. Психологія: реальність і перспективи. 2023. № 20. С. 56–62.
27. Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / упоряд. І.В. Молодушкіна. 2-ге вид. Х.: Вид. група «Основа», 2021. 207 с.
28. Захарченко О. М. Казкотерапія як засіб розвитку емоційної компетентності дітей. К.: Видавництво КНУ імені Т. Шевченка, 2019. 134 с.
29. Карпенко З. С. Психокорекція розвитку дитини : монографія. Івано-Франківськ : Фірма «ЛПК», 2024. 132 с.
30. Кириленко Т.С. Психологія: емоційна сфера особистості: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К.: Либідь, 2017. 256 с.
31. Кісарчук З. Г. Психологічна допомога сім'ї : навч. посіб. : у 3-х кн. / З. Г. Кісарчук, О. І. Єрмусевич. Кн. 1. К. : Главник, 2021. С. 28–42.
32. Коваленко А. С. Вплив психологічного клімату сім'ї на розвиток особистості дитини. Габітус. 2021. № 28. С. 84–89.
33. Коваль Т. В. Музична терапія в системі дошкільної освіти: посібник для вихователів. Львів: Світ, 2020. 98 с.
34. Ковальова Л. Психологічні аспекти подружніх конфліктів. Матеріали студентської наукової конференції, присвяченої 170-річчю з дня народження Ю. Федьковича (12-13 травня 2014). Чернівці, 2014. С. 143-144.
35. Козловська Е. В. Психологічна готовність молодого подружжя до гармонізації стосунків: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 ; Київ. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. К., 2021. 208 с.
36. Коник О.В. Психологія емоцій у дошкільному віці : навчально-методичний посібник. Тернопіль: Мандрівець, 2019. 156 с.
37. Коновальчук І. М. Сімейні взаємовідносини й особливості соціалізації дитини. Проблеми загальної та педагогічної психології : [зб. наук. пр. Ін-ту психології імені Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка]. К., 2016. Вип. 1, т. VIII. С. 171–176.
38. Кононко О. Л. Емоційний розвиток дошкільників у контексті сімейного виховання. Актуальні проблеми психології. 2020. Т. 4, вип. 15. С. 33–41.

39. Корнієнко І. П. Казкотерапія у роботі з дітьми з особливими потребами. К.: Наукова думка, 2020. 112 с.
40. Кругла Т. О. Сімейний конфлікт: причини виникнення, попередження, врегулювання. Медсестринство. 2017. № 4. С. 71–74.
41. Курсінка М.Ш. Виховання надзвичайної дитини. Порадник для батьків надто активних, емоційних, вразливих, чутливих і наполегливих дітей. 4-те вид. Київ: Наш формат, 2019. 432 с.
42. Левченко К. В. Емоційна компетентність дітей дошкільного віку: сучасні підходи до розвитку. Інноваційна педагогіка. 2022. № 47. С. 118–123.
43. Литвиненко О. О. Особливості прояву тривожності у дітей із конфліктних сімей. Науковий вісник МДУ. Серія: Психологія. 2021. № 2. С. 91–96.
44. Лісіна М.І. Емоційне спілкування дорослого з дитиною : монографія. Харків: Ранок, 2023. 198 с.
45. Максименко С.Д., Соловієнко В.О. Загальна психологія. К.: МАУП, 2020. 256 с.
46. Максимова Н. Ю. Сімейне консультування : навч. посіб. К. : ДП «Вид. дім «Персонал», 2021. 304 с.
47. Мартинюк І. В. Роль сімейного середовища у формуванні емоційної стійкості дитини. Психологія і суспільство. 2022. № 3. С. 124–130.
48. Мастюкова Є.М. Емоції та емоційний розвиток дітей : посібник для батьків і педагогів. К.: Лібра Терра, 2025. 168 с.
49. Мельник Н. Емоційний розвиток особистості як основа формування емоційного інтелекту дітей дошкільного віку. Науковий вісник МНУ ім. В.О. Сухомлинського. Педагогічні науки. 2022. № 4 (63). С. 69-74.
50. Мельничук І.В. Генеза емоційних особливостей у сучасних дітей. Наука і освіта. 2022. № 5. С. 42-44.
51. Міщенко Н. І. Етнопсихологічні чинники виникнення особистісних проблем дитини : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.05 «Соціальна психологія; психологія соціальної роботи». К., 2022. 19 с.

52. Мусакіна А. П. Психологічні особливості подружніх конфліктів у сучасній сім'ї. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2022. № 1. С. 88–94.

53. Омельченко Л. М. Подружній конфлікт у молодій сім'ї: методичний посібник. К.: Науковий світ, 2016. 49 с.

54. Павелків Р. В. Психодіагностичний інструментарій в умовах дошкільного закладу : навч. посіб. К. : «Центр учбової літератури», 2023. 296 с.

55. Павелків Р. В. Розвиток моральної свідомості та самосвідомості у дитячому віці : монографія. Рівне : Волин. обереги, 2024. 248 с.

56. Пархоменко Л. В. Психолого-педагогічні основи казкотерапії в дошкільному віці. Харків: Ранок, 2024. 160 с.

57. Пенькова О. І. Взаємодія у сім'ї як умова виховання особистості. Соціально-психологічні чинники взаємодії суспільства та освіти : матеріали методологічного семінару НАПН України, 17 листоп. 2020 р. : зб. матеріалів / за ред. акад. С. Д. Максименка. К. : Вид. «Інтерпрес ЛТД», 2020. С. 220–227.

58. Пісоцький В.П., Горянська А.М. Емоційно-вольова сфера особистості: навчально-методичний посібник для студентів педагогічних вузів. Ніжин: Вид-во НДУ ім. М. Гоголя, 2026. 63 с.

59. Психологічна допомога сім'ї : посіб. / З. Г. Кісарчук [та ін.] ; ред. З. Г. Кісарчук ; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України, Центр соц. експертиз і прогнозів Ін-ту соціол. НАН України. К. : [б.в.], 2018. 181 с.

60. Психологічні критерії соціальної дезадаптації дитини : кол. моногр. / Максимова Н. Ю. та ін. ; НАПН України, Ін-т психології ім. Г. С. Костюка. К. : Педагогічна думка, 2020. 191 с.

61. Романенко Н. М. Вплив сімейних конфліктів на соціалізацію дітей дошкільного віку. Габітус. 2021. № 31. С. 136–141.

62. Сорока Н. В. Арт-терапія у дошкільній освіті: казки, малювання, музика. Одеса: Маяк, 2021. 150 с.

63. Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості : навч. посіб. Київ : Каравела, 2021. 372 с.

64. Чанцева-Коваленко О. М. Батьківське ставлення та його вплив на формування дитячої особистості. III Всеукр. психологічний конгр. з міжнар. участю «Особистість у сучасному світі». К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2024. 680 с. С. 620–624.

65. Чебикін О.Я., Павлова І.Г. Становлення емоційної зрілості особистості: монографія. Одеса: СВД Черкасов, 2019. 230 с.

66. Швалб Ю. М. Психологічні основи розвитку особистості у сімейному середовищі. Актуальні проблеми психології. 2021. Т. 11, вип. 25. С. 95–104.

67. Шевчук О. А. Особливості міжособистісних взаємин у сім'ях із високим рівнем конфліктності. Психологічний часопис. 2020. Т. 6, № 8. С. 75–82.

68. Шинкаренко В. Д. Психологічна безпека сімейного середовища як умова гармонійного розвитку дитини. Актуальні проблеми психології. 2023. Т. 12, вип. 5. С. 154–161.

69. Яблонська Т. М. Порушення сімейної взаємодії та його вплив на дитину. Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К., 2023. Т. У, ч. 5. С. 341–344.

70. Яценко Т. О. Емоційне благополуччя дітей дошкільного віку в умовах сімейної взаємодії. Психологічний часопис. 2023. Т. 9, № 3. С. 52–60.

ДОДАТКИ

Додаток А

Опитувальник «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» Ю. Альшиної, Л. Гозмана, О. Дубовської

Методика представляє собою тест-опитувальник, який містить опис 32 ситуацій подружньої взаємодії, які носять конфліктний характер.

Як відповідь респондентам пропонується шкала можливих реакцій на певну ситуацію, в яку закладено дві ознаки: активність чи пасивність реакції і згоду або незгоду з партнером (стороною в конфлікті). Лівий полюс шкали - активне вираження незгоди, що не згідне нейтральне ставлення, пасивне вираження згоди і, нарешті, правий полюс – активне вираження згоди. Розподілам шкали приписуються значення в балах відповідно від "-2" до "+2".

Шкала відповідей:

-2: Категорично не згодна (не згоден) з тим, що він (вона) робить і говорить у даній ситуації; активно висловлюю незгоду і наполягаю на своєму.

-1: Не згодна (не згоден) з тим, що він (вона) робить і говорить у даній ситуації, демонструю своє невдоволення, але уникаю обговорення.

0: нічого не задумую, не висловлюю своє ставлення, чекаю подальшого розвитку подій.

1: загалом згоден (а) з тим, що говорить він (вона), але не вважаю за необхідне висловлювати своє ставлення.

2: повністю згоден (а) з тим, що він (вона) робить і говорить у даній ситуації, активно підтримую його (її) і схвалюю.

Тестовий матеріал для чоловіків (жінок)

1. Ви запросили своїх родичів у гості. Дружина (чоловік), знаючи про це, несподівано пізно повернулася (повернувся) додому. Вас це засмутило і після того як гості пішли Ви висловлюєте дружині (чоловікові) своє засмучення, а вона (він) не може зрозуміти причини невдоволення. Ви ...

2. Дружина (чоловік) давно обіцяла (обіцяв) зробити дещо по будинку і

знову нічого не зробила. Ви ...

3. Ви довго стояли в черзі в магазині. Продавщиця весь час відволікалася, грубила покупцям. Коли підійшла Ваша черга, дружина (чоловік) на Ваш погляд, занадто різко стала (став) говорити з нею. Ви неприємно здивовані її тоном; Ви ...

4. Вже пізно, дитині пора лягати спати, але йому не хочеться, а дружина (чоловік) все-таки намагається відправити його в ліжко. Ви втручаєтеся і дозволяєте дитині пограти ще, кажучи, що завтра вихідний. Дружина (чоловік) наполягає на своєму. Ви ...

5. Ви домовилися вихідний провести вдома. Але несподівано Вам зателефонували батьки і покликали до себе. Ви відразу ж стали збиратися. Дружина (чоловік) залишилася (залишився) незадоволена тим, що порушилися Ваші спільні плани. Ви ...

6. У дружини (чоловіка) поганий настрій. Ви здогадуєтеся, що у неї (нього) неприємності на роботі, хоча вона (він) нічого не говорить. Ви намагаєтеся викликати її (його) на розмову, але вона (він) йде від бесіди.

7. Ви з дружиною (чоловіком) запрошені на день народження друга, грошей на подарунок недостатньо. Вам здається, що саме дружина (чоловік) в цьому місяці витратила надто багато грошей. Ви ...

8. Ваш друг ділиться з Вами і Вашою дружиною (чоловіком) своїми проблемами і переживаннями. Одне із зауважень Вашої дружини (чоловіка), на Ваш погляд, випадає із загального тону розмови і образливо для співрозмовника. Ви ...

9. Вам обом треба затриматися на роботі, і нікому побути з дитиною. Ви вважаєте, що Ваші справи важливіші, і дружина (чоловік) повинна (повинен) зробити це, але вона (він) не погоджується. Ви ...

10. Ви почали ремонт квартири. Несподівано виявилось, що ця затія обійдеться дорожче, ніж Ви припускали. Дружина (чоловік) з самого початку скептично ставилася до Ваших планів, а тепер дуже сердита (сердитий) на Вас за непередбачені витрати. Ви ...

11. У Вас є улюблене заняття, дружина (чоловік) радить долучити до цього дитину. Ви ж вважаєте, що дитина буде Вам заважати, а дружина (чоловік) продовжує наполягати на своєму. Ви ...

12. Ви збираєтеся піти з дому у справах, а дружина (чоловік) хоче з Вами поговорити і незадоволена (незадоволений), що Ви відмовляєтеся затриматися хоча б на кілька хвилин. Ви ...

13. З юності у Вас залишилося безліч друзів-жінок (чоловіків). Ви з задоволенням спілкуєтеся з ними, вони заходять до Вас у гості. У дружини (чоловіка) ці візити викликають невдоволення. Ви ...

14. Ви зайшли до дружини (чоловіка) на роботу. Її (його) не виявилось на місці, і, поки Ви її (його) чекали, Вам явно вдалося завоювати симпатії її (його) колег-жінок (чоловіків). Вас здивувала негативна реакція дружини (чоловіка). Ви ...

15. Вам здається, що дружина (чоловік) періодично не так на те витрачає гроші, ось вона купила непотрібну, на Ваш погляд, річ, але дружина (чоловік) вважає, що вона необхідна в будинку. Ви ...

16. Ви просите дружину (чоловіка) допомогти дитині підготувати уроки, бо самі гірше знайомі з цим предметом, а вона (він) продовжує займатися своєю справою і відсилає дитину до Вас, кажучи, що їй (йому) ніколи. Ви ...

17. Останнім часом на роботі Ви багато спілкуєтеся з одною (одним) з Ваших співробітниць (співробітників). Ви часто телефонуєте один одному, згадуєте про неї (нього) в розмовах з дружиною (чоловіком). Їй (йому) це явно неприємно. Ви ...

18. Ви випадково зустрілися зі своїм старим приятелем (подругою), розговорилися з ним (нею), і він (вона) умовив (умовила) Вас зайти до нього (неї) додому. Ви пробули з ним (нею) весь вечір і пізно повернулися додому. Дружина (чоловік) турбувалася (турбувався) і, коли Ви повернулися, висловила (висловив) Вам своє невдоволення. Ви ...

19. За кілька днів до зарплати знову виникла розмова про те, що грошей не вистачає. Дружина (чоловік) вважає, що Ви недостатньо робите для

забезпечення сім'ї. Ви ...

20. Ви провели вечір з новими друзями, які подобаються дружині (чоловіку), але Вам не дуже симпатичні. На Ваш погляд, з ними було нуднувато, але Ви намагалися цього не показувати. По дорозі додому дружина (чоловік) несподівано висловила (висловив) своє невдоволення тим, як Ви поводитися з її (його) друзями. Ви ...

21. Ваша (ваш) дружина (чоловік) збирається до своїх старих друзів у гості. Вам хотілося б піти з нею (ним), але вона (він) не пропонує цього. Ви

22. У Вас є улюблене захоплення, якому Ви приділяєте вільний час, дружина (чоловік) не розділяє цього інтересу, навіть висловлює відкрите невдоволення. Ви ...

23. Дружина (чоловік) покарала (покарав) дитину, але Вам здається, що провина не настільки серйозна, і Ви починаєте грати з дитиною. Дружина (чоловік) незадоволена цим. Ви ...

24. На виїзді Вас познайомили з привабливим чоловіком (жінкою). Ваша (ваш) дружина (чоловік) протягом усього вечора сиділа (сидів) поруч з ним (нею), танцювала (танцював) тільки з ним (нею) і про щось жваво розмовляла (розмовляв). Вас це зачепило. Ви ...

25. Ви збираєтеся провести неділю вдома, але виявляється, що дружина (чоловік) обіцяла (обіцяв) друзям відвідати їх. Вам дуже не хочеться йти. Ви ...

26. Ви розповіли другу (подрузі) про Ваші сімейні проблеми, дружина (чоловік) дізналася (дізнався) про це і була (був) дуже незадоволена (незадоволений), оскільки вважає, що не варто розповідати всім і кожному про подібні речі. Ви ...

27. Дружина (чоловік) давно просила (просив) Вас полагодити праску. Сьогодні вона (він) хотіла (хотів) нею скористатися, але він виявився зламаним. Вона (він) висловила Вам своє невдоволення, незважаючи на те, що знає, що Вам було ніколи. Ви ...

28. Знайома (знайомий) Вашої родини вже не в перший раз підвела (підвів) Вас, і Ви вважаєте, що їй (йому) необхідно висловити своє невдоволення

відкрито. Дружина (чоловік) каже, що не варто надавати цьому великого значення. Ви ...

29. У Вас поганий настрій, і Вам хочеться поговорити з дружиною (чоловік) і поділитися своїми переживаннями і сумнівами з нею (ним), але вона (він) не помічає Вашого стану і відповідає, що поговорити можна пізніше, а зараз їй (йому) ніколи. Ви ...

30. Приятелька (друг) дружини (чоловіка) зателефонувала (зателефонував) і попросила (попросив) Вас передати дружині (чоловіку) дещо, як тільки та (він) повернеться додому. У Вас було багато справ, і Ви згадали про це тільки пізно ввечері. Дружина (чоловік) була (був) дуже незадоволена (незадоволений) і різко сказала (сказав), що Ваша необов'язковість ставить її (його) в незручне становище вже не в перший раз.

31. Увечері Ви збираєтеся разом з дружиною (чоловіком) дивитися телевізор, проте Ваші інтереси перетинаються - Вам хочеться дивитися передачі за різними програмами. Кожен з Вас наполягає на своєму. Ви ...

32. Ви обговорюєте плани спільного відпочинку з друзями, і дружина (чоловік) несподівано починає різко виступати проти будь-якого Вашого пропозиції. Ви ...

Вивчення конфліктів у подружніх парах дозволило авторам методики виділити 8 сфер, в яких найчастіше відбуваються сутички:

Проблеми відносин з родичами і друзями: 1, 5, 8, 20;

Питання, пов'язані з вихованням дітей: 4, 11, 16, 23;

Прояв прагнення до автономії: 6, 18, 21, 22;

Порушення рольових очікувань: 2, 12, 27, 29;

Неузгодженість норм поведінки: 3, 26, 28, 30

Прояв домінування одним із подружжя: 9, 25, 31, 32;

Прояв ревностів: 13, 14, 17, 24;

Розбіжності у ставленні до грошей: 7, 10, 15, 19.

Крім того, ситуації можуть бути розділені на дві групи по підставах «винного в конфлікті». Слово «вина» взято в лапки, тому що мова йде не про

реальну винну (яку часто взагалі важко виявити), а про привід до сварки:

в ситуаціях № 4, 5, 9, 10, 11, 13, 14, 17, 18, 19, 22, 23, 26, 27, 31 більшою мірою у виникненні конфлікту "винен" респондент;

в ситуаціях № 1, 2, 3, 6, 7, 8, 12, 15, 16, 20, 21, 24, 25, 28, 29, 32 такий привід дав чоловік (дружина).

Обробка та інтерпретація результатів тесту

Результати досліджень отримують шляхом розрахунку загального значення (середнє арифметичне по кожному блоку).

Значення індексів змінюються від -2 до 2. Негативне значення індексу говорить про негативну реакцію респондента в конфліктних ситуаціях, позитивні - про позитивні реакції. Значення, близькі до 1 (або до -1) підкреслюють пасивний характер поведінки при сімейних непорозуміннях, а близькі до 2 (або до -2) говорять про активну позицію в даній ситуації.

Отримані результати дають можливість говорити і про загальний рівень конфліктності в парі. Чим ближче значення загального індексу до -2, тим більше конфліктний характер носить взаємодія подружжя.

Анкета «Взаємини в сім'ї»

1. Ви оцінюєте взаємини у вашій сім'ї як:
 - ✓ дуже гарні;
 - ✓ добрі;
 - ✓ не дуже гарні;
 - ✓ погані.
2. Ви вважаєте свою сім'ю дружнім сімейним колективом ?
 - ✓ так;
 - ✓ не зовсім;
 - ✓ ні.
3. Як часто ваша сім'я збирається разом ?
 - ✓ щодня;
 - ✓ на вихідні;
 - ✓ рідко.
4. Чи бувають у вашій сім'ї суперечки, конфлікти ?
 - ✓ так;
 - ✓ часто;
 - ✓ інколи;
 - ✓ рідко;
 - ✓ не буває.
5. Чим обумовлені суперечки, конфлікти ?
 - ✓ непорозумінням між членами сім'ї;
 - ✓ порушенням етики взаємин (грубощі, зрада, неповага тощо);
 - ✓ відмовами брати участь у сімейних справах;
 - ✓ розбіжностями в питаннях виховання дітей;
 - ✓ іншими обставинами (вказати, яким).
6. Які способи вирішення моральних конфліктів

використовуються у вашій сім'ї?

- ✓ примирення;
- ✓ обговорення ситуації та прийняття спільного рішення;
- ✓ припинення конфліктів на деякий час;
- ✓ звертання по допомогу до інших людей (батьків, сусідів, друзів, вчителів);
- ✓ конфлікти фактично не вирішуються, є затяжними.

**Модифікація методики «Вивчення розуміння емоційних станів
людей, зображених на картинці»**

Шість картинок із зображенням дітей і дорослих, у яких яскраво виражений емоційний стан як основних емоцій (радість, страх, гнів, печаль, образа, співпереживання).

Емоційний стан людей: радість, гнів, страх, сум.

Емоційний стан людей: образа, співпереживання

Модифікація тесту «Розпізнавання емоцій» (за Чередниковою Т.В)

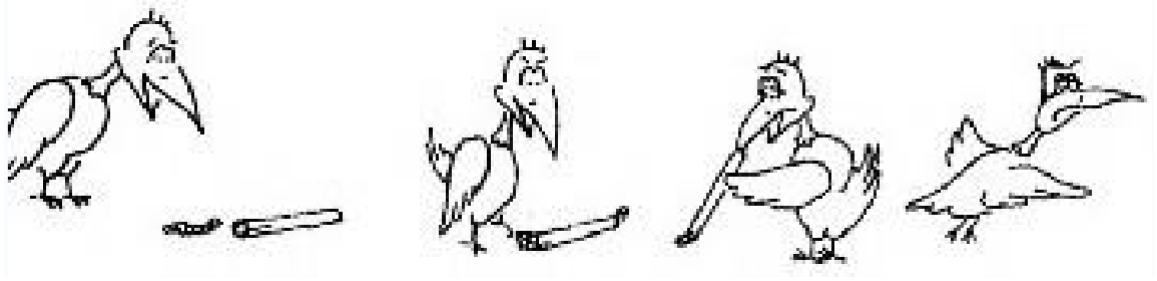


Рис. 1. «Ворона»

Три ряди картинок із зображеннями різних персонажів, пов'язаних між собою будь-якою емоційно значущою ситуацією.

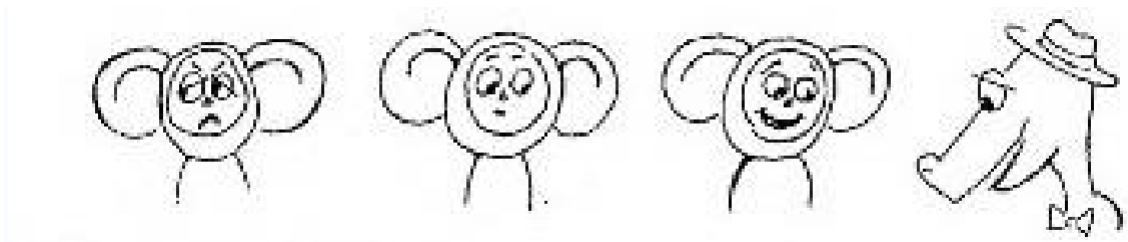


Рис. 2. «Чебурашка і крокодил Гена»

Для виконання такого завдання необхідно визначити умови (або компоненти середовища), що впливають на емоційну атмосферу дитячого садка.

До них належать: професійна установка педагога на організацію емоційно-розвивального середовища в групі дитячого садка – емоційно- підтримувальний компонент середовища; зовнішня обстановка (колірне рішення, зручність меблів тощо) – емоційно-налаштовувальний компонент середовища; режимні моменти, що визначають процес перебування дитини в групі дитячого садка – емоційно-стабілізаційний компонент середовища.