

ВПЛИВ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН НА ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

THE INFLUENCE OF CHILD-PARENT RELATIONSHIPS ON THE RESILIENCE OF YOUNG SCHOOLCHILDREN UNDER MARTIAL LAW

У статті досліджується вплив дитячо-батьківських відносин на життєстійкість молодших школярів. Розглянуто роль сімейного середовища, стилів виховання та рівня емоційної підтримки у формуванні здатності дітей долати труднощі. Проаналізовано основні чинники, що впливають на життєстійкість, зокрема довірливі стосунки між дитиною та батьками, емоційну включеність дорослих, моделі копінг-поведінки, а також особливості дитячої адаптації в умовах стресу. Дослідження проведене з використанням методики «Кінетичний малюнок сім'ї», що дозволило оцінити рівень сприятливості сімейного середовища, наявності конфліктів, ступінь тривожності дітей та їхню здатність до саморегуляції. Встановлено, що діти, які виховуються у теплому, підтримуючому середовищі, демонструють вищий рівень життєстійкості, легше адаптуються до змін і стресових ситуацій. Натомість емоційно холодні або конфліктні стосунки з батьками можуть спричиняти підвищену тривожність, труднощі у соціальній взаємодії та знижену здатність до подолання життєвих викликів. Окрему увагу приділено впливу кризових ситуацій, зокрема війни, на сімейну динаміку та психологічну адаптацію дітей. Виявлено, що у родинах, які стикнулися з розлукою, втратою або змінами у соціально-економічному статусі, у дітей частіше спостерігаються прояви емоційної нестабільності, зниження довіри до світу, підвищений рівень тривожності та складності у налагодженні міжособистісних контактів. Отримані результати можуть бути використані для розробки програм психологічної підтримки дітей та їхніх сімей у кризових умовах. Запропоновано практичні рекомендації для батьків, педагогів та психологів щодо створення сприятливого емоційного середовища, формування життєстійкості у дітей молодшого шкільного віку та розвитку ефективних стратегій подолання стресових ситуацій.

Ключові слова: дитячо-батьківські відносини, життєстійкість, молодші школярі, адаптація, стрес, копінг-поведінка, наслідки війни.

The article examines the influence of child-parent relationship on the resilience of younger schoolchildren. The role of the family environment, parenting styles, and the level of emotional support in shaping children's ability to overcome difficulties is examined. The main factors influencing resilience are analyzed, in particular, trusting relationships between children and parents, emotional involvement of adults, coping behavior models, and the features of children's adaptation to stress. The study was conducted using the "Kinetic Family Drawing" technique, which made it possible to assess the level of favorability of the family environment, the presence of conflicts, the degree of children's anxiety, and their ability to self-regulate. It was found that children raised in a warm, supportive environment demonstrate a higher level of resilience, adapt more easily to changes and stressful situations. On the other hand, emotionally cold or conflictual relationships with parents can cause increased anxiety, difficulties in social interaction, and a reduced ability to overcome life's challenges.

Special attention is paid to the impact of crisis situations, in particular war, on family dynamics and psychological adaptation of children. It was found that in families that have faced separation, loss or changes in socio-economic status, children more often experience manifestations of emotional instability, decreased trust in the world, increased levels of anxiety and difficulties in establishing interpersonal contacts. The results obtained can be used to develop programs of psychological support for children and their families in crisis conditions. Practical recommendations are offered for parents, teachers and psychologists on creating a favorable emotional environment, forming resilience in primary school children and developing effective strategies for overcoming stressful situations.

Key words: child-parent relationships, resilience, younger schoolchildren, adaptation, stress, coping behavior, consequences of war.

УДК 159.942.943.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.70.17>

Чекстере О.Ю.

к.психол.н.

Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України

Пророк Н.В.

д.психол.н., старший науковий співробітник

Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України

Гнатюк О.В.

к.психол.н.

Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України

Вступ. Війна деструктивно впливає на всі сфери життя населення, в тому числі на українську сім'ю. Війна несе не тільки безпосередню загрозу життю, а й безліч соціально-психологічних стресорів, що руйнівним чином позначаються і на психічному здоров'ї конкретної людини (зокрема, на її емоційному стані, здатності адаптуватися до змінюваних обставин та долати стресові ситуації), і на функціонуванні сім'ї як соціальної структури. Загибель членів родини, роз'єднання сімей (чоловіки залишаються в Україні, а матері з дітьми змушені виїжджати за кордон чи на більш безпечні території країни), служба одного із батьків в ЗСУ, потрапляння в полон, зникнення родичів. Усклад-

нювати міжособистісну комунікацію та породжувати конфлікти можуть також і зміни у сімейних ролях, що нерідко відбуваються в родинах в умовах воєнного часу. Тобто війна підриває стабільність сім'ї і, зрозуміло, негативно впливає на дитячо-батьківські відносини. А саме цей вид соціальних відносин є тим базисом, на якому розвивається життєстійкість, яка є важливою рисою особистості, що виявляється у здатності людини справлятися з труднощами, адаптуватися до змін і підтримувати психологічне благополуччя під час стресових ситуацій [12].

Якщо в ранньому віці на розвиток життєстійкості суттєвим чином впливають такі соціальні відно-

сини, як взаємодії дітей із батьками (які транслюють їй власні цінності щодо вміння триматися), то починаючи із молодшого шкільного віку поступово особливого значення набувають стосунки молодшого школяра, підлітка, юнака з однолітками. Підлітково-юнацька субкультура має власні, досить жорсткі форми взаємодії, специфічні способи заохочення і покарання, навіть особливу мову, якою формулюються норми, пов'язані з життєстійкістю [8]. Але в молодшому шкільному віці розвиток життєстійкості вирішальним чином залежить від відносин батьків із дитиною [13; 4; 5; 6; 7]. Так, С. Мадді було виявлено, що позитивно на формування *життєстійких переконань* вплинули: відчуття призначення в житті, що розвивається значимими дорослими, виховання впевненості та підтримання високих стандартів. А от негативно на розвиток життєстійкості в дитинстві впливають: стреси в ранньому дитинстві (серйозні хвороби, матеріальні труднощі, розлучення батьків та ін.); недостатній рівень підтримки, заохочення, підбадьорювання близькими; брак залученості до загальних справ; відчуженість від дорослих [13].

Отже, потреба в дослідженні ролі дитячо-батьківських відносин у забезпеченні психоемоційної стійкості дітей, особливо в умовах війни, коли кожен день приносить нові випробування та стреси, набуває особливої актуальності. Адже для розробки ефективних психологічних програм підтримки та реабілітації дітей, які пережили травматичні події, надзвичайно важливо мати наукову інформацію щодо впливу на *формування життєстійкості* дітей стилів виховання, моделей спілкування та копінг-поведінки їхніх батьків. Дослідження дитячо-батьківських відносин допоможе також зрозуміти механізми психологічної адаптації дітей до складних реалій сучасного світу і розробити практичні рекомендації для батьків і педагогів.

Зауважимо, що проблема впливу стилю батьківського виховання на адаптаційні здатності дітей ставала об'єктом вивчення психологів досить часто. Так, у дослідженнях останніх років було підтверджено, що стиль батьківського виховання та емоційна взаємодія у сім'ї суттєво впливають на формування емоційної регуляції та самооцінки дітей [9; 15; 5; 7]. У цьому контексті викликає інтерес класифікація стилів виховання, що запропонована G. Craig [11]. Вчений виокремив чотири основні стилі:

- авторитетний – поєднує високий рівень контролю з боку батьків із теплою, гармонійною атмосферою у сім'ї;
- авторитарний – також характеризується жорстким контролем, проте відносини між батьками та дитиною є емоційно холодними;
- ліберальний – низький рівень контролю компенсується теплом і підтримкою у взаємодії;
- індіферентний – батьки проявляють байдужість та емоційну відстороненість, при цьому рівень контролю також низький.

У дослідженні коуча з усвідомленого виховання Рім Руда (за участю 200 дітей) було виявлено, що батьки дітей із високим рівнем емоційного

інтелекту практикували сім ключових поведінкових стратегій: використання тиші для допомоги дітям у керуванні емоціями, надання назв почуттям для їх вираження, визнання власних помилок та вибачення перед дітьми, ненав'язування ввічливих фраз, постійна валідація почуттів дітей, заохочення до самостійного прийняття рішень та стимулювання творчості в моменти нудьги. Це дослідження підкреслює, що у формуванні у дітей здорової самооцінки та ефективних стратегій подолання труднощів важлива роль належить усвідомленому та емоційно підтримуючому батьківському вихованню [15].

Вплив на становлення особистості дитини типів дитячо-батьківських відносин вивчався у дослідженні І. Мартиненко, В. Кротенко, Г. Афузова [4]. Було показано, що манера поведінки батьків, їхні емоції, ставлення та передані цінності формують у дитини світосприйняття, як позитивне, так і негативне.

У дослідженні І. Рорувч було виявлено ключову роль емоційних зв'язків у сім'ї у вихованні поваги до суспільних норм, у розумінні людських цінностей та виробленні поведінкових моделей [14]. При цьому у процесі розвитку дитини першими моделями соціальної взаємодії для неї стають її батьки [2]. Саме батьки визначають емоційну безпеку дитини, рівень її тривожності та здатності до самовизначення; від батьків вона отримує настанови, що надалі засвоюються і трансформуються в її власні переконання та життєві принципи.

Надійна емоційна підтримка з боку батьків сприяє формуванню у дитини високої життєстійкості. Діти, які відчувають безумовне прийняття та любов з боку своїх батьків, мають більшу здатність справлятися з труднощами, виявляючи високий рівень стресостійкості [4]. Проте конфліктні відносини в родині можуть призводити до формування у дитини невпевненості, тривожності та низької адаптивності [1].

Той факт, що на розвиток життєстійкості дітей вирішальний вплив має копінг-поведінка батьків, було підтверджено в дослідженні Т. Шматко. Стратегії подолання стресу, які вибирають батьки, часто є моделями для їхніх дітей. Батьки, які практикують проблемно-орієнтовані стратегії подолання (наприклад, активне вирішення проблем, емоційна підтримка), можуть передати ці стратегії своїм дітям [9]. Водночас батьки, які використовують емоційно-реактивні стратегії (наприклад, уникання, агресія), можуть сформувати у дітей менш ефективні способи подолання стресу.

Високу чутливість молодших школярів до думки батьків у соціальних ситуаціях (зокрема, критики з боку батьків) було виявлено в дослідженні копінг-стратегій дітей цього віку [1; 5; 7]. Більшість досліджених дітей на критику батьків реагують емоційно, зі сльозами, засмученням, жалем, що свідчить про важливість для них позитивного батьківського ставлення. Значна частина дітей намагається залагодити ситуацію через вибачення, що вказує на їхнє бажання отримати підтримку і схвалення. Лише невелика частина дітей готова до самоаналізу та змін, що підкреслює важливість

виховання у дітей навичок конструктивного сприйняття критики та розвитку емоційної стійкості [1]. Однак у разі наявності конфліктів або недовіри в родині діти часто вибирають дистресові стратегії подолання, що підвищує їхній рівень тривожності та знижує адаптивні можливості. Варто нагадати, що найважливіші потреби людини – *потреба у безпеці* (що захищає від страху і хаосу) та *потреба в приналежності і любові* (захищає людину від самотності завдяки включеності у сімейні і дружні стосунки) – в умовах війни у багатьох дітей перебувають у стані дефіциту. Адже, на жаль, з огляду на обставини війни не всі батьки можуть забезпечити своїм дітям необхідну підтримку, що часто призводить до погіршення психічного стану дитини. Стресові ситуації, нестабільність і фізична небезпека впливають на емоційну атмосферу в родині, що, своєю чергою, позначається на розвитку дітей [3; 8].

Дослідження, проведені українськими вченими, свідчать, що діти, які пережили травматичні ситуації, зокрема під час війни, мають знижений рівень життєстійкості та вищий рівень психічних розладів [1; 5]. Вони також частіше зазнають труднощів у соціальній адаптації та емоційному розвитку, що може бути пов'язано з порушеннями дитячо-батьківських відносин під час війни. Тому дуже важливою є підтримка батьків, яка може допомогти дитині зберегти стійкість у такі періоди.

Виклад основного матеріалу. З метою вивчення впливу дитячо-батьківських відносин на життєстійкість молодших школярів нами були обстежені 104 учні (49 хлопчиків і 55 дівчат) приватного ліцею в м. Київ. Зокрема, учні 1-х класів (n=34), учні 2-х класів (n=35), учні 3-х класів (n=34), учні 4-го класу (n=6). Вікова категорія респондентів – від 7 до 10 років. Оскільки кількість четвертокласників була невелика, їхні результати об'єднали із результатами учнів 3-х класів.

Сприйняття дитиною взаємин з іншими членами сім'ї, ставлення до членів родини, уявлення дитини про своє місце в ній, сімейні відносини, що викликають тривогу чи конфлікти, вивчалися за допомогою методики R. Burns і S. Kaufman «Кінетичний малюнок сім'ї» [10].

Процедура дослідження: тест виконується на стандартному аркуші паперу для малювання за допомогою кольорових олівців. **Інструкція:** «Намалюй свою сім'ю так, щоб кожен її член і ти були чимось зайняті».

Після того, як дитина закінчила малюнок, з нею проводиться бесіда за такою схемою:

- Хто намальований на малюнку? Що робить кожен член сім'ї?
- Де працюють чи навчаються члени родини?
- Як у родині розподіляють домашні обов'язки?
- Хто у сім'ї найбільш неприємний?
- Хто найсумніший?
- Хто у сім'ї найбільш нещасний?

Оцінювались п'ять симптомомокомплексів: 1) сприятливе сімейне середовище; 2) тривожність; 3) конфліктність у сім'ї; 4) відчуття неповноцінності; 5) ворожість у сімейних відносинах.

Результати обговорення з дитиною її малюнка розподілялись по трьох категоріях: 1) сприятливе сімейне середовище, 2) складності у спілкуванні, 3) несприятливе сімейне середовище. Узагальнені результати представлені в таблиці.

Таблиця 1
Розподіл молодших школярів за результатами методики «Кінетичний малюнок сім'ї» (%)

	1 класи	2 класи	3 і 4 класи
Сприятлива сімейна ситуація	8%	11%	15%
Складності у спілкуванні	68%	52%	63%
Несприятлива сімейна ситуація	24%	37%	22%

Як видно із таблиці, сприятлива сімейна ситуація спостерігається тільки у 8% першокласників. Ці діти повідомляють про стабільні, теплі стосунки з батьками, відчують себе прийнятими, мають розвинену довіру до сім'ї. У їхніх малюнках зазвичай спостерігаються: взаємодія між членами сім'ї (контакт, виконання спільної діяльності); гармонійне розташування фігур, чітке зображення всіх членів родини; позитивна міміка, відсутність агресивних деталей.

Діти зі складнощами у спілкуванні, з підвищеною тривожністю становлять 68% першокласників. Це найбільша група, що свідчить про значну поширеність труднощів у спілкуванні з батьками та загальне емоційне напруження у сім'ях. Високий рівень тривожності може бути спричинений нестабільною емоційною атмосферою, завищеними очікуваннями батьків, браком уваги або, навпаки, гіперконтролем. У малюнках дітей цієї групи спостерігаються такі ознаки: маленький розмір власної фігури або її відсутність, віддаленість від інших членів сім'ї, відсутність контакту між персонажами (у фігур немає рук, погляди відвернуті); штрихування, надмірне використання темних кольорів.

Діти з несприятливою сімейною ситуацією, конфліктами, ворожістю у сімейних стосунках становлять 24% першокласників. Тобто кожна четверта дитина перебуває в умовах сімейного неблагополуччя: конфлікти, сварки, образи, відсутність підтримки. Такі діти можуть мати труднощі у встановленні довірливих стосунків, низьку самооцінку, емоційну нестабільність. Для їхніх малюнків характерні: агресивні символи (великі руки, стискання пальців у кулак); виключення одного з членів сім'ї або зображення себе осторонь; відсутність емоцій на обличчях; деформовані фігури; темні кольори або хаотичні лінії.

Серед другокласників 11% учнів відобразили у своїх малюнках позитивні стосунки у сім'ї. Такі діти мають вищий рівень життєстійкості, здатні долати труднощі та швидко адаптуються до змін.

У малюнках 52% другокласників бачимо ознаки емоційної дистанції або проблем у взаємодії з батьками. Діти, які мають труднощі у спілкуванні з батьками, схильні до тривожності, невпевненості, низької самооцінки. Вони можуть мати проблеми із соціальною адаптацією у школі.

Несприятлива сімейна ситуація спостерігається у 37% учнів 2-х класів. Малюнки цих дітей свідчать про конфлікти, напруженість сімейних відносин або емоційну ізоляцію дитини у сім'ї. Діти з конфліктних сімей мають низьку життєстійкість, емоційну нестабільність, страхи та агресивні про-

яви. У воєнний час така нестабільність може посилювати відчуття тривоги та невизначеності.

Порівняно з 2-м класом у 3-х і 4-х класах кількість дітей із сприятливою сімейною ситуацією зросла (з 11% до 15%). Це може свідчити про: покращення батьківських стратегій виховання; збільшення рівня довіри та емоційної підтримки у сім'ях.

Складнощі у спілкуванні з батьками, емоційні бар'єри у стосунках із ними мають 63% учнів 3-х і 4-х класів. Це найвищий показник серед усіх досліджених вікових груп. Можливими поясненнями цього факту можуть бути: наближення підліткового віку, виразне прагнення дітей до самостійності, формування ідентичності – все це збільшує конфлікти із батьками; зменшення уваги батьків до емоційних потреб дитини за рахунок фокусування уваги на навчанні; вплив війни – збільшення стресів негативно впливає на спілкування.

Кількість учнів 3-х і 4-х класів із несприятливими сімейними умовами порівняно із другокласниками трохи знизилася (з 37% у 2-му класі до 22% у 3-му і 4-му класах). Це може свідчити про певну адаптацію або зміну стратегії спілкування в родині. Діти цієї групи можуть демонструвати агресію, замкнутість, страхи; у них можливі проблеми у школі (конфлікти з однолітками, зниження успішності); їм притаманна тривожність та емоційна нестабільність. Повторимо, що наближення підліткового віку – періоду, коли діти починають шукати автономію, може загострювати конфлікти. Високий рівень труднощів у спілкуванні також може бути пов'язаний із тим, що батьки перебувають у стані хронічного стресу і не здатні повноцінно підтримувати дітей.

Висновки. Результати дослідження за методикою «Кінетичний малюнок сім'ї» дозволили зробити такі висновки:

– Зафіксована позитивна динаміка (від 1-го до 3–4-го класів) у зростанні кількості дітей зі сприятливою сімейною ситуацією, що може свідчити про поступове покращення адаптації або зміни у сімейній взаємодії.

– У значної частини дітей спостерігається несприятлива сімейна ситуація, найвищий показник якої виявлено у 2-х класах (37%), що може вказувати на кризовий період у сімейних стосунках, зростання напруженості через тривалі стресові фактори, зокрема війну.

– Більшість молодших школярів має труднощі у спілкуванні з батьками. Найбільший відсоток таких дітей виявлено у 1-х класах (68%), що може бути пов'язано із переходом до шкільного життя та новими стресовими факторами.

Узагальнюючи, можемо сказати, що результати дослідження продемонстрували значний вплив сімейного середовища на емоційний стан та психологічну адаптацію молодших школярів. Отже, дитячо-батьківські відносини відіграють ключову роль у формуванні життєстійкості молодших школярів, особливо в умовах війни. Емоційна підтримка, безпечна атмосфера та стабільна взаємодія з батьками сприяють розвитку психологічної гнучкості та здатності долати труднощі. А от відсутність емоційного контакту з батьками може призвести до підвищеної тривожності, страхів, агресії

або замкнутості. Війна загострює вже наявні труднощі у дитячо-батьківських стосунках, що вимагає додаткової уваги до цієї проблеми.

Перспективи подальших наукових пошуків ми вбачаємо: у створенні технологій психосоціальної підтримки родини; у розробці науково обґрунтованих психологічних програм, спрямованих на розвиток стресостійкості, навичок саморегуляції, емоційного інтелекту; у розширенні просвітницької роботи із батьками щодо навчання їх ефективних методів комунікації, підтримки та емоційного контакту з дітьми.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гнатюк О., Чекстере О. Особливості навчання та адаптації здобувачів освіти в умовах війни. Innovative development of science, technology and education : Proceedings of the 9th International scientific and practical conference. Perfect Publishing, Vancouver. 2024. С. 377–389.
2. Крива Н. Особливості прояву довіри дитини старшого дошкільного віку до соціального оточення : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2021. 20 с.
3. Крупник Г. Порівняння особливостей взаємин дітей з батьками у підгрупах за порядком народження у сімейній ієрархії. Інсайт: психологічні виміри суспільства. 2020. № 3. С. 97–108.
4. Мартиненко І., Кротенко В., Афузова Г. Підтримуюча взаємодія з батьками як умова соціально-емоційного розвитку дітей. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Психологія. 2024. № 2. С. 91–95.
5. Пророк Н., Чекстере О., Гнатюк О. Особливості соціального розвитку дітей молодшого шкільного віку в умовах воєнного стану. Журнал сучасної психології. 2023. № 2. С. 53–63.
6. Пророк Н. Психологічна допомога дітям в умовах воєнного стану : довідник вихователів дошкільних навчальних закладів і вчителів загальноосвітніх навчальних закладів. Київ : Ін-т психології ім. Г.С. Костюка НАПН України, 2022. 155 с.
7. Пророк Н. Психологічне діагностування проявів адаптаційних розладів у суб'єктів освітнього простору в умовах воєнного стану і післявоєнного відновлення країни : практичний посібник. Київ : Ін-т психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 220 с.
8. Титаренко Т., Ларіна Т. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність і безпека : навчальний посібник. Київ, 2009. 76 с.
9. Шматко Т. Копінг-поведінка та її вплив на психічний розвиток дітей. Вісник психології. 2014. № 5. С. 87–93.
10. Burns R., Kaufman S. Action, styles, and symbols in kinetic family drawings kfd : an interpretive manual. New York : Taylor & Francis, 2013. 320 p.
11. Craig G., Baucum D. Human development. Prentice Hall, 2001. 718 p.
12. Maddi S. Hardiness training at Illinois bell telephone. Health promotion evaluation, National Wellness Institute, Stevens Point. 1987. P. 101–115.
13. Maddi S., Khoshaba D. Hardiness and mental health. Journal of personality assessment. 1994. Vol. 63. No. 2. P. 265–274.
14. Popovych I. Social expectations in primary schoolage. Proceedings of the 2nd International Academic Congress "Fundamental Studies in America, Europe, Asia and Africa", New York, 27 September 2014. New York, 2014. P. 176–180.
15. Villaescusa A. Estudia a 200 niños y todos los que tienen alta inteligencia emocional presumen de padres con estos 7 comportamientos. URL: <https://as.com/actualidad/ciencia/estudia-a-200-ninos-y-todos-los-que-tienen-alta-inteligencia-emocional-presumen-de-padres-con-estos-7-comportamientos-n> (дата звернення: 20.02.2025).