

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ**

**Кафедра клінічної психології**

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА**

на тему:

**Психологічні особливості тривожності жінок-матерів та стилю  
сімейного виховання**

**Виконала:**

студентка 2-го курсу групи ПМ - 202  
спеціальності 053 Психологія  
освітньо-професійна програма Клінічна  
психологія

Моїсєєва Катерина Євгенівна  
(прізвище, ім'я, по батькові)

**Науковий керівник:**

к.психол.н.  
(наукова ступінь, вчене звання)

Трофімова Дар'я Олександрівна  
(прізвище, ім'я, по батькові)

Робота рекомендована до захисту  
рішенням кафедри клінічної психології

Протокол № \_\_\_\_ від « \_\_\_\_ » червня 2022р.

Зав. кафедри \_\_\_\_\_ д.психол.н.,с.н.с. Лисенко Ірина Павлівна  
підпис (наукова ступінь, вчене звання ,прізвище, ім'я, по батькові)

**Київ – 2022**

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ТРИВОЖНОСТІ ЖІНОК -МАТЕРІВ ТА СТИЛЮ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ .....	5
1.1 Теоретичний аналіз понять «сім'я», «виховання». Аналіз стилів сімейного виховання в психології .....	5
1.2 Характеристика основних факторів впливу на стиль виховання .....	13
1.3 Поняття тривожності та особливості тривожності жінок-матерів у зв'язку з війною в Україні .....	20
Висновки до розділу 1 .....	23
РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ .....	24
2.1 Організація емпіричного дослідження та характеристика вибірки .....	24
2.2 Обґрунтування доцільності вибору методик дослідження .....	26
Висновки до розділу 2 .....	31
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ТРИВОЖНОСТІ ЖІНОК -МАТЕРІВ ТА СТИЛЮ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ .....	33
3.1 Результати емпіричного дослідження та їх обговорення .....	33
3.1.1 Описові статистики та перевірка розподілів на нормальність .....	33
3.1.2 Аналіз надійності обраних методик .....	40
3.1.3 Кореляційні зв'язки між шкалами обраних методик .....	41
3.2 Практичні рекомендації щодо зменшення проявів стану тривожності ..	49
Висновки до розділу 3 .....	52
ВИСНОВКИ .....	54
СПИСОК ДЖЕРЕЛ І ЛІТЕРАТУРИ .....	57
ДОДАТКИ	

## ВСТУП

**Актуальність.** Війна - слово, яке здавалося назавжди залишилося в підручниках з історії, розбила об реальність усі наші плани, уявлення про світ, устрій, мораль, правила. 24 лютого 2022 розділило світ на «до» та «після». З початком війни на території України понад 3 мільйони українців покинули свої домівки, і більшість сімей були вимушено розлучені – матері повезли дітей закордон, у більш безпечні місця, тим самим взявши відповідальність за подальше виховання на себе.

Через вплив стресових факторів, пов'язаних з всесвітньою пандемією і війною в Україні, та постійно діючих соціально-психологічних, соціально-культурних та соціально-економічних чинників рівень тривожності стає одним з головних аспектів формування особистості. Рівень тривожності і стиль поведінки батьків позначається на розвитку і становленні дитини, її психічному здоров'ї та на психологічному кліматі родини загалом.

Виховання дітей завжди починається з розуміння дорослими власної індивідуальності та своїх особливостей. Однією з таких особливостей ми вважаємо є тривожність, яка за сьогоднішніх обставин особливо гостро може впливати на вибір вектору виховання. Сучасні діти відрізняються підвищеною емоційною нестійкістю, напругою, занепокоєнням. Таким чином, важливо дослідити взаємозв'язок дитячо-батьківських відносин і індивідуально-психологічних особливостей матерів, щоб прийти до розуміння того, що впливає на формування емоційних порушень у дітей.

**Мета:** теоретично обґрунтувати і емпірично дослідити взаємозв'язок тривожності жінок-матерів та вибір стилю сімейного виховання.

Відповідно до поставленої мети були сформульовані наступні **завдання:**

1. Розкрити сутність та зміст понять «сім'я», «виховання», «стиль сімейного виховання».

2. Проаналізувати літературу присвячену вивченню факторів, що впливають на вибір стилю сімейного виховання.

3. Дослідити поняття тривожності та розкрити сутність тривожності жінок-матерів під час війни в Україні

4. Провести емпіричне дослідження для встановлення зв'язку між вибором стилю сімейного виховання та тривожністю жінок-матерів.

5. Розкрити зміст існуючих стилів виховання дітей і їх вплив на формування особистості, та розробити рекомендації для матерів щодо подолання тривожності.

**Об'єкт дослідження:** тривожність у жінок-матерів як психологічний феномен.

**Предмет дослідження:** психологічні особливості тривожності у жінок-матерів та стилю сімейного виховання.

**Методи дослідження:**

1. Теоретичні: аналіз наукової літератури з метою виявлення стану розробленості досліджуваної проблеми; систематизація та узагальнення результатів дослідження.

2. Емпіричні: шкала тривожності Ч.Д. Спілбергера- Ю.Ханіна; шкала суб'єктивного благополуччя К. Ріфф; стилі батьківської поведінки С. Степанова.

3. Методи математичної статистики для обробки результатів дослідження.

**Структура роботи.** Дослідження складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку літератури та додатків.

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ТРИВОЖНОСТІ ЖІНОК-МАТЕРІВ ТА СТИЛЮ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ

### 1.1. Теоретичний аналіз понять «сім'я», «виховання». Аналіз стилів сімейного виховання в психології.

В науковій літературі поняття «сім'я» має різні аргументовані значення. Сім'я – це основне середовище формування особистості. Сім'ї бувають різні за своєю чисельністю (малі, великі, середні), але їх вплив на суспільство однаково важливий. Майбутнє країни та майбутнє світу залежить від кожної особистості, від кожного члена суспільства, виховання та становлення якого пройшло в сім'ї.

Науковці, які працювали у різних галузях та у різний період часу досліджували питання пов'язані з сімейним вихованням, стилями сімейного виховання та індивідуально-психологічними особливостями батьків, що впливають на вибір стилю сімейного виховання. О.А. Столярчук присвятила книгу вивченню питання психології сучасної сім'ї, у якій дослідила і питання стилів сімейного виховання; Л.М. Маценко у своїй книзі «Педагогіка сімейного виховання» досліджувала питання особливостей сімейного виховання; О.А. Курпіта написала статтю, в якій дослідила та описала вплив стилю сімейного виховання на особистісний розвиток молодшого школяра; С.О. Томашевська розкрила суть та дала характеристику щодо існуючих стилів сімейного виховання.

Ми дослідили питання стилів сімейного виховання та зробили теоретичний аналіз поняття «сім'я», ознайомившись з науковими визначеннями дослідників.

Науковці, які працюють у суміжних з психологією галузях, трактують поняття «сім'я» по-різному. З юридичної точки зору, сім'я є першим фундаментальним елементом будь-якого суспільства. Це вихідна точка для розвитку дітей як особистості та активних членів суспільства, громадян країни. Згідно Ст. 3 Сімейного кодексу України сім'я - первинна та основа осередку суспільства. Сім'ю складають особи, які спільно проживають, пов'язані спільним побутом, мають взаємні права та обов'язки. Сім'я створюється на підставі: укладеного шлюбу; кровного споріднення; усиновлення; на інших підставах, не заборонених законом і таких, що не суперечать моральним засадам суспільства [16].

Ми проаналізували сутність поняття сім'я з педагогічної точки зору. Так, Л.М. Маценко у підручнику «Педагогіка сімейного виховання», зазначає, що сім'я (родина) – це мала соціальна група, що складається з поєднаних шлюбом чоловіка та жінки, їхніх дітей (власних або усиновлених), інших осіб, пов'язаних родинними зв'язками з подружжям, кровних родичів [23].

З погляду психологічної науки, Ю.Л. Трофімов трактує поняття сім'я як малу соціальну групу, засновану на шлюбі та кровній спорідненості. Члени сім'ї об'єднані емоційними зв'язками, спільністю побуту, моральною відповідальністю, взаємодопомогою. Сімейні взаємини є офіційними за формою та неофіційними за змістом [42].

Отже, підсумовуючи все вищерозглянуте можемо прийти до висновку, що кожен науковець у своїй галузі науки вивчає різні сторони поняття «сім'я» і дає йому визначення різними термінами, проте сутність даного поняття залишається незмінною.

Проаналізувавши та спираючись на всі вищезазначені твердження, ми можемо дати своє трактування поняттю сім'ї.

Сім'я – це мала соціальна група, яка створюється на основі шлюбу, кровного зв'язку або усиновлення, характеризується спільним місцем проживання, побутом, правами та обов'язками членів сім'ї та є первинною ланкою формування особистості, майбутнього члена суспільства.

Сім'я є тією соціальною групою, яка має забезпечити здійснення успішного процесу виховання дитини, яка стане членом суспільства. З цього слідує, що сім'я будує суспільство. Саме тому, ми можемо стверджувати, що стиль виховання який оберє сім'я, має глобальний вплив на майбутнє дитини та майбутнє суспільства, держави та людства.

Доцільним є аналіз теоретичних визначень науковців, які досліджували поняття «виховання».

М.М. Фіцула описує процес виховання як систему виховних заходів, спрямованих на формування всебічно і гармонійно розвиненої особистості [44].

Дане твердження є досить лаконічним, але ми вважаємо, що воно не повною мірою описує процес виховання, тому ми ознайомились з трактуваннями поняття «виховання», які наводять інші дослідники.

А.І. Кузмінський та В.Л. Омеляненко аналізуючи питання сутності процесу виховання дійшли висновку, що виховання - це складний і багатогранний процес формування особистості, створення оптимальних умов для її фізичного, психічного та соціального розвитку [15].

В.Л. Ортинський зазначає, що виховання - процес цілеспрямованого систематичного формування особистості, зумовленого законами суспільного розвитку, дією об'єктивних і суб'єктивних чинників [29].

Він підкреслює те, що у вихованні особистості беруть участь не лише сім'я, родина, навчально-виховні заклади, а також на нього впливають мікро- і макросередовище, соціально-політична та економічна ситуація в країні, засоби масової інформації, громадські організації та ін. [29].

Тобто, процес виховання, що є цілеспрямованим, може здійснюватися не лише у сім'ї, або у навчально-виховному закладі; він залежить не лише від батьків або вихователя, а опосередковано на нього можуть впливати мікро- та макросередовище, а отже, може залежати від умов, які складаються в навчальному закладі, де вчиться дитина; умов, які склалися в країні чи у світі загалом. Все це безпосередньо чи опосередковано впливає на виховання особистості.

В.Л. Ортинський у своєму підручнику «Педагогіка вищої школи» наводить два визначення, які описують виховання у вузькому та широкому педагогічному значенні.

У широкому педагогічному розумінні - вихователі мають цілеспрямований, організований і системний вплив організованого соціально-виховного середовища на формування всебічної особистості. У цьому контексті поняття «освіта» охоплює весь навчально-виховний процес. У вузькому педагогічному розумінні виховання - це процес, призначений для вирішення конкретних виховних завдань з метою сприяння становленню, розвитку та навчанню особистості.

Проте, варте уваги наукове визначення В.Л. Ортинського, у якому він проаналізував процес виховання з психологічної точки зору.

Психологічний характер виховання - переведення особистості з одного стану в інший, інтеріоризація зовнішнього досвіду, знань, цінностей, норм, правил, внутрішніх психічних планів, переконань, установок, поведінки. Від того, наскільки системно емоційно-чуттєва та вольова сфери розуму інтегровані у виховний процес, поведінка особистості залежить результат виховання, поведінка особистості. [29]

Тобто, результат виховання залежить від того, наскільки органічно було поєднано емоційно-чуттєва та вольова сфера психіки, що є дійсно змістовним зауваженням.

Підсумовуючи усе вищезазначене, ми вважаємо, що виховання – це цілеспрямований процес впливу вихователя на вихованця, який здійснюється організовано та систематично, який здійснюється з метою формування всебічно та гармонійно розвиненої особистості.

Процес сімейного виховання відбувається в сім'ї, натомість, процес виховання в цілому може відбуватись також у навчально-виховних закладах, мікро- та макросередовищі. Нашу увагу ми зосередили саме на дослідженні питання сімейного виховання.

Саме сім'я це те місце де знаходиться дитина перші роки свого життя. До моменту початку соціалізації сім'я або родина, якщо у вихованні дитини приймають участь інші родичі, окрім тата, мами, - це місце, де дитина перебуває майже цілодобово. Тому дуже важливо, щоб сімейне виховання проходило в умовах доброзичливого ставлення членів сім'ї, в атмосфері розуміння, поваги та любові. Саме тоді процес становлення дитини як особистості пройде вдало.

Вибір стилю сімейного виховання – це та траєкторія руху, по якій буде відбуватися виховання дитини. Саме тому ми дослідили поняття стилів сімейного виховання та їхній вплив на становлення особистості.

Стиль сімейного виховання – система виховних заходів, що базуються на ступені прийняття дитини і рівні вимогливості до неї та визначають зміст, послідовність і результативність виховного впливу [42].

Питанням стилів сімейного виховання займалася дослідниця Д. Баумрінд, яка виділила три типи батьківської поведінки у вихованні. А далі, її послідовники - вчені Е. Маккобі, Д. Мартін, доповнили типологію четвертим – байдужим (індиферентним).

Найпоширеніший в психологічній літературі є поділ на чотири стилі сімейного виховання: авторитарний, авторитетний (демократичний), ліберальний та індиферентний (*Рис. 1.1*).



*Рис. 1.1* Стилі сімейного виховання

Зазвичай, у процесі виховання дитини поєднуються всі стилі батьківської поведінки, проте, один із них переважає.

Авторитетний стиль сімейного виховання характеризується тим, що між дитиною та батьками складаються саме партнерські відносини, тобто батьки в такому випадку не займають керівну позицію, а намагаються обговорювати з дітьми життєві ситуації, радяться з дітьми. Це сприяє тому, що діти відчувають себе важливими – їх чують, їх думку поважають, до них дослухаються. Це позитивно впливає і на формування їх самооцінки .

Авторитетний стиль сімейного виховання зовсім не означає, що дитині все дозволено і вона може чинити все, що лише заманеться. Батьки залишаються в авторитеті дитини, і батьки пояснюють дитині, що робити можна, що потрібно, і що не можна, та аргументують чому. Дитина в таких гармонійних стосунках зростає відповідальною та має власну позицію, але при цьому прислухається до позиції інших, та вміє приймати власне виважене рішення.

Авторитарний навчальний стиль характеризується надмірною вимогливістю і суворим контролем, при цьому нечутливий і байдужий до потреб дитини. Стратегії диктату дорослих включають агресивне ставлення, накази і погрози, а часом, навіть насильство з боку батьків щодо дітей, що в результаті веде до придушення ініціативи, потреб і волі дитини.

Даний стиль сімейного виховання є найбільш жорстким. Авторитарному стилю виховання характерне агресивне ставлення до дитини, тиск. У таких сім'ях дитина завжди перебуває у стресовому стані. Є два варіанти взаєностосунків батьків у таких сім'ях:

1) обидва батьки агресивно та жорстоко ставляться до дитини, тобто обидва є диктаторами;

2) один з батьків займає позицію диктатора та тримає у страху всю родину, в тому ж числі і свого партнера. У таких сім'ях ні батьки, ні діти не відчувають себе комфортно. Нерідко у таких сім'ях може спостерігатись тиск та пригнічення за гендерною ознакою. Повага та любов у таких сім'ях відсутня, тому дитина не бачить нормальних взаєностосунків між батьками. Саме відсутність позитивного досвіду дитячо-батьківських та партнерських відносин може стати ключовим фактором, що зашкодить побудувати гармонійні взаємовідносини і у своїй майбутній сім'ї.

Стиль ліберального виховання характеризується обмеженою кількістю правил і вимог, і високим ступенем свободи для дітей. Такий тип поведінки дорослих більш схожий на гіперопіку та направлений на задоволення всіх потреб дитини, залагодження проблем та труднощів, в той час, коли з ними здатна впоратися сама дитина. В основі цього стилю лежить безрозсудна любов батьків до своєї дитини, що зрештою, шкодить дитині здобувати якості дорослої особистості.

У даному випадку у центрі уваги сім'ї знаходиться дитина, і тому їй дозволяють робити будь-що. Батьки намагаються повністю потурати забаганкам дитини. Дитина не розуміє, коли їй відмовляють у чомусь, вона

починає вередувати, плакати, маніпулювати батьками, та зрештою домагається свого.

З віком такої дитині важко адаптуватися у суспільстві, «вписатися» в його норми и притримуватися правил. При будь яких конфліктних ситуаціях, що виникають у дитини батьки завжди вирішують все за неї. Це веде до неадаптованості та безвідповідальності, чи то перекладання відповідальності на будь-кого іншого. Така поведінка зрештою породжує інфантилізм та егоїстичність. Дитина не вчиться вирішувати свої проблеми сама, вона звикла, що все вирішуватимуть за неї, і що всі мають виконувати її забаганки.

Такий стиль сімейного виховання деструктивна впливає як на батьків, так і на дитину. Дитина не стає відповідальною чи організованою, навіть батьки не можуть покластись на неї. Егоїстичність це основна риса, яку можна виховати, застосовуючи такий стиль виховання.

Головною ознакою індіферентного стилю виховання є відстороненість і нечутливість батьків до потреб дитини, жодних правил та обмежень для неї. Такий стиль виховання називають ще байдужим, адже батькам байдуже до їх дітей, в центрі уваги – тільки їх (батьків) життя. Батьківський емоційний холод провокує у дітей тривожність, а відсутність чітких меж породжує у дітей індивідуалізм.

Такий стиль виховання взагалі важко назвати вихованням. Батьки у таких сім'ях не залучені у процес виховання дитини, а радше - не втручаються у її справи. У кращому випадку, головне їх завдання – закрити фізіологічні базові потреби дитини. Зазвичай батьки зайняті своїми справами, їм все одним займається дитина. Вони емоційно-нечутливі до дитини. Взаємостосунки між батьками у таких сім'ях, зазвичай, складаються так само відсторонено, кожен з батьків живе своїм життям та не цікавиться справами свого партнера.

Дитина у таких сім'ях зростає тривожною, вона звикає покладатись лише на себе та не чекає підтримки від зовнішнього світу та від оточуючих.

Таким дітям досить важко довіряти іншим людям і важко побудувати стосунки у дорослому житті.

Отже, сімейне виховання є дуже важливим у становленні майбутньої особистості. Існує чотири стилі сімейного виховання: авторитетний стиль, авторитарний, ліберальний та індиферентний стиль. Від вибору стилю сімейного виховання залежить майбутнє дитини, її психічне здоров'я, психологічний стан, та її становлення як члена суспільства загалом.

## **1.2. Характеристика основних факторів впливу на стиль виховання**

Мало сімейних пар знають які види сімейного виховання існують, та не обирають їх шляхом аналізу плюсів та мінусів різних стилів. Зазвичай, сімейні пари обирають стиль сімейного виховання інтуїтивно, несвідомо. На даний вибір впливають різні фактори.

У статті О.А. Курпіта та І.М. Періг, автори зазначають, що на формування стилів сімейного виховання впливають об'єктивні та суб'єктивні фактори, а також генетичні особливості батьків і дитини.

Отже, на вибір стилю сімейного виховання впливають такі фактори: типи темпераменту батьків, їхня сумісність; традиції сімей, у яких виховувалися самі батьки; науково-педагогічна і психологічна література, яку читають батьки; рівень освіти батьків [17].

Ми також виокремили тривожність, як фактори впливу на вибір сімейного виховання. Фактори впливу на стиль сімейного виховання зображено на *Рис 1.2* :



Рис. 1.2 Фактори впливу на вибір стилю сімейного виховання

Один із факторів, який впливає на вибір стилю сімейного виховання -це типи темпераменту батьків та їхня сумісність.

Темперамент - фундаментальна властивість особистості. Це надстійка характеристика людини, яка не змінюється впродовж життя і впливає на всі сфери життєдіяльності. Це стійка властивість особистості, що виражає індивідуально-своєрідну динаміку психіки і поведінки, котра однаково виявляється в різноманітній діяльності незалежно від її змісту, мети і мотивів[2].

Саме темперамент визначає поведінку особистості та її схильність до певних проявів цієї поведінки. Реакція на одну і туж саму певну подію у різних людей може бути різною.

Науковці та дослідники, які займались вивченням питання темпераменту дійшли висновку, що існує взаємозв'язок між типом темпераменту та тривожністю особистості. Так, у результаті експериментального дослідження підтверджено прямо пропорційну взаємозалежність рівня особистісної тривожності та типу темпераменту.

Існує чотири типи темпераменту: холеричний, сангвінічний, флегматичний і меланхолічний.

Кожен з вище зазначених типів темпераменту має певну специфічну характеристику, яка стосується і поведінки особистості. Проведені дослідження показали, що у людини не може бути лише один тип темпераменту, і зазвичай це поєднання двох типів, але один з них є переважаючим.

Холеричний тип темпераменту характеризується циклічністю та імпульсивністю у діяльності й поведінці. Холерик — людина із сильною, неврівноваженою, рухливою нервовою системою, яка відзначається перевагою збудження над гальмуванням. Холерик може цілком віддатися справі, завзято працюючи, енергійно переборюючи труднощі на шляху досягнення мети, і раптом усе кинути [2].

Особистість з таким типом темпераменту занадто запальна, для неї характерна занадто сильна емоційність та підвищена збудливість. Така людина зазвичай характеризується тим, що вона занадто нетерпляча, вона намагається зробити все швидко і вимагає цього від інших людей, коли певна діяльність не виконується швидко то ця людина починає нервувати.

У стосунках з іншими людьми холерик занадто різкий та прямолінійний, його легко вивести з себе, він досить запальний, але так само швидко він може заспокоюватись. Холерик за своєю спрямованістю екстраверт

Холерики є досить енергійним, нетерпеливими та суворими батьками. Зазвичай батьки холерики вимагають від дітей ідеального навчання, ідеальної поведінки. Вони також є досить суворі до дотримання дисципліни дитиною. В

той же час холерики досить болісно реагують на несправедливість, тому вони досить завзято захищають своїх дітей.

Незважаючи на те, що вони намагаються піклуватись про дітей та бути гарними батьками, вони можуть бути справжніми тиранами у сімейних відносинах як з партнером, так і з дітьми. Це наводить на думку, що батьки-холерики можуть обрати як авторитарний стиль виховання, так і авторитетний стиль.

Сангвінік - людина з сильною, врівноваженою, рухливою нервовою системою, що характеризується швидкими рефlekсами. Цей темперамент характеризується високим ступенем нестійкості. Таких людей легко стимулювати, але також їм легко приборкати свої бажання. За спрямованістю сангвініки є екстравертами, вони емоційні, здебільшого у них гарний настрій, вони оптимістичні. Коли сангвініки знаходяться у колі своїх рідних чи друзів то вони веселі та життєрадісні.

Батьки-сангвініки є врівноваженими, веселими, вчать дітей бачити у всьому позитив. Але часто, оптимізм сангвініка може перерости у нестримний потяг до розваг. Сангвініки не занадто переймаються такими питаннями як поведінка чи акуратність дитини та легко можуть не звертати увагу на такі речі. Сангвінік, на нашу думку, більш схильний обирати авторитетний або індіферентний стиль виховання.

Флегматик - спокійний, завжди врівноважений, прискіпливий. Його реакція найкраще відповідає інтенсивності умовного подразника, тому він адекватно реагує на вплив навколишнього середовища: якщо подразник слабкий, то відповідь слабка, якщо сильний — то сильна. Але їхня інертність не дозволяє швидко реагувати на відповідні зміни навколишнього середовища. Умовні рефлекси у таких людей розвиваються повільніше, але досить стабільні.

Флегматики контролюють свої емоції, вони спокійні, їх важко вивести з-під контролю. Зазвичай флегматики досить повільні, вони не приймають не

виважених рішень, не діють імпульсивно. Перш ніж щось зробити, вони будуть досить довго обдумувати над своєю дією чи над ситуацією, а вже потім приймуть рішення.

Натомість флегматики гарні батьки. Вони з розумінням та любов'ю відносяться до своїх дітей, стараються завжди їх вислухати. Саме контроль над своїми емоціями допомагає флегматикам-батькам налагодити гармонійні відносини з дітьми.

На нашу думку, батьки-флегматики обирають авторитетний стиль виховання, але, зважаючи на зовнішні обставини, це може бути також ліберальний стиль сімейного виховання.

Меланхолік – це людина зі слабкою, неврівноваженою, малорухливою нервовою системою, яка чутлива навіть до слабких подразників, а сильний - може викликати їх «злам».

Люди з меланхолічним типом темпераменту часто бувають розгубленими, коли буває певна надзвичайна ситуація, меланхолік може відчувати сильний стрес, переживання, він стає боязким та нерішучим, усе це погано впливає на усі сфери життя.

Для батьків-меланхоліків характерна постійна тривога за дитину, розгубленість у незвичних ситуаціях. Але йому варто побороти власні страхи, аби навчити дитину справлятися з труднощами. В залежності від життєвої ситуації, він може обрати як ліберальний, індиферентний, так і авторитетний стиль сімейного виховання.

На вибір стилю сімейного виховання впливають також сумісність типів темпераменту як між партнерами в сім'ї, так і дитячо-батьківські відносини.

Одним із факторів вибору стилю сімейного виховання є традиції сімей, у яких виховувалися самі батьки.

В сучасному світі, коли існують соціальні мережі, люди подорожують, навчаються в іноземних країнах, знайомляться та одружуються з іноземцями та іноземками. Це впливає на те, який стиль виховання обирають батьки, адже,

традиції, які давно укорінилися в тій чи іншій країні передаються з покоління в покоління. Всилу культурних відмінностей в таких сім'ях можуть виникати суперечки, коли кожен із батьків мають своє бачення на процес та методи виховання. Такий «незбалансований» та непогоджений підхід до виховання впливає на становлення дитини та її психічного здоров'я.

Звісно, що традиції відіграють дуже важливу роль у виборі стилю виховання, зазвичай вони передаються з покоління в покоління. Це можуть бути традиції, які позитивно впливають на виховання дитини. Наприклад, обговорення важливих питань у колі родини, так звана «сімейна нарада», або ж традиції святкувань певних свят; сімейних вихідні або вечері у родинному колі.

Але традиції можуть бути не тільки позитивними. Наприклад, коли батько голова сім'ї та звик використовувати авторитарний стиль керівництва, він не радиться з родиною і ніхто не може висловити свою думку, яка суперечить думці батька. Або ж традиція, коли хлопчики у родині мають право на власну думку, натомість дівчатка мають слухати і виконувати їхні вказівки. Також в деяких сім'ях традиційно освіту можуть отримувати лише хлопчики, а дівчатам це не дозволено. Зараз, у сучасному світі такі традиції зустрічаються все рідше, але, все ж, вони ще існують, передаються з покоління в покоління і впливають на стиль сімейного виховання.

За останні десятиріччя розвиток психології та педагогіки призвів до популяризації психологічних знань у сфері виховання дітей. Передача інформації не обмежується уже лише книгами. Завдяки сучасним соціальним технологічним можливостям у батьків є доступ до лекцій, тренінгів, «марафонів», які відкривають нові знання щодо «природи» виховання та вплив виховання на подальший розвиток дитини-особистості.

Це може бути інформація від кваліфікованих психологів та педагогів з великим досвідом роботи. Канали передачі інформації можуть бути різними: від дописів у соціальних мережах до тренінгів та навчальних класів. Та

нажаль, на сьогодні, через те, що є можливість висловлювати свою «професійну» думку, ми спостерігаємо ситуацію, коли будь-яка людина, без відповідної освіти та досвіду роботи, може написати допис у соціальній мережі чи статтю в інтернеті і видавати її за істину, спираючись на певні сумнівні дослідження або ж на сумнівні приклади та поради щодо виховання. Тому, вкрай важливо, довіряти лише перевіреним витокami інформації аби не завдати шкоди не собі, та негативного впливу на виховання дитини.

Отже, науково-педагогічна і психологічна інформація, яку «споживають» батьки має великий вплив на вибір стилю сімейного виховання, і це може бути як позитивний, так і негативний вплив.

Рівень освіти батьків є ще одним фактором впливу на вибір стилю сімейного виховання.

Виховання неможливе без особистого прикладу батьків. Це стосується і освіти. Освічені батьки самі мають високий рівень виховання та надають приклад дітям.

Великий вплив має вища освіта батьків. У будь-якій галузі освітніх знань, навіть якщо це не педагогічна чи психологічна освіта, студенти, вивчають дисципліни спрямовані на загальний розвиток, наприклад філософію, етику, або історію, яка безпосередньо чи опосередковано формує у студентів уявлення про виховання та правила поведінки.

Також освіта розвиває мислення, увагу, пам'ять та інші пізнавальні процеси людини. Студенти вчаться аналізувати та розуміють як вчинити в тій чи іншій ситуації. Саме освіта сприяє тому, що люди пізнають свої права та можуть захистити себе.

Отже, освіта має вагомий вплив на вибір стилю сімейного виховання. Освічені батьки мають високий рівень розвитку пізнавальних процесів, що забезпечує більше розуміння потреб своїх дітей та як вірно їх забезпечити.

### 1.3. Поняття тривожності та особливості тривожності жінок-матерів у зв'язку з війною в Україні

Поняття тривожності часто плутають зі страхом. Слід розрізнити поняття «страх», «тривожність», «тривога». Це емоції, які цілком нормальні у ненормальній ситуації. Страх – це емоція на конкретну загрозу, яка виникла тут і зараз, та закінчується, коли минає небезпека. Тривога – це також емоція, пов'язана з відчуттям хвилювання про минулі чи майбутні події. Як відзначав А.Р. Лурія, основний мотив тривоги полягає в антиципації, або передбаченні, неприємності [20]. Тривожність же розуміють як емоційний стан, коли людина переживає тривогу.

Ще до XIX ст. не було розмежування між поняттями «тривога» та «страх». І лише на початку століття С. К'єркегор розмежував конкретний страх і несвідомий страх-тугу [34]. Тому зараз говорять про страх, як реакцію на конкретну загрозу, а про тривожність – як відчуття невизначеної.

Досліджуючи питання тривоги, О.І. Захаров виділив наступні критерії відмінності тривоги і страху:

1. Тривога є сигналом небезпеки, а страх - відповіддю на небезпеку;
2. Тривога - передчуття, а страх - почуття небезпеки;
3. Тривога надає збудливу, а страх - гальмівну дію на психіку, тому тривога частіше характерна для осіб з холеричним типом темпераменту, а страх - для флегматиків;
4. Стимули тривоги мають невизначений характер, а страх – конкретний.
5. Тривога як очікування небезпеки спрямована в майбутнє, а страх як спогад про небезпеку ґрунтується на минулому досвіді;
6. Тривога більше є раціональним, когнітивним, а страх - емоційним феноменом;
7. У тривоги є соціально обумовлені форми психічного реагування, а у страху - інстинктивно обумовлені.

Говорячи про розмежування понять, варто зазначити, що в перекладі на англійську мову тривога та тривожність мають одне значення - «anxiety». Тривога - це нормальна відповідь на стрес, і це не завжди пов'язано з негативними подіями. Та лише за умови: до того моменту, коли людина повністю здатна контролювати свою тривогу - зупинити плин думок про минуле чи майбутнє і перемкнутися на теперішній момент, та помічати, що насправді жодної загрози для неї немає. В протилежному випадку, коли думки стають нав'язливі та заважають людині, можна говорити про виникнення тривожних розладів, що англійською мовою звучить як «anxiety disorder». Отже, варто розмежувати поняття тривоги і тривожності, та тривожних розладів.

Д.О. Леонт'єв відмічає, що тривожний стан - показник слабкості нервової системи, хаотичності нервових процесів. [19] Тривожність - це риса темпераменту, що проявляється на різних рівнях і пливає на поведінку людини. А високі показники тривожності завжди прямо пропорційні відносно високим показникам нейротизму, що доведено рядом досліджень.

А.М. Прихожан давала таке визначення тривожності: тривожність – це стан емоційного дискомфорту, пов'язаний з очікуванням неблагополуччя і передчуттям небезпеки. [34]

Дослідники зазначають, що тривожність, як емоційний стан проявляється на психологічному та фізіологічному рівнях. Варто розуміти, що на фізіологічному, тілесному рівні тривожність викликає прискорене серцебиття, поверхнєве дихання, підвищення артеріального тиску. Розглядаючи психологічний рівень тривожності, потрібно зазначити, що зазвичай це відчуття незрозумілої напруги, почуття негативно забарвленого занепокоєння та невизначеності. За таких відчуттів важко приймати те чи інше рішення.

Говорячи про тривожність як психологічну сторону поняття, звернемося до витоків вивчення цієї проблематики. Адже поняття тривожності у

науковому, і у клінічному плані вперше була представлена у працях З. Фрейда. Він зазначав, що тривожність схожа на неприємне емоційне переживання, що характеризується невизначеністю і відчуттям безпорадності. [46 ]

Материнство важко уявити без переживання тривоги. Починаючи з новини про вагітність дане відчуття не покидає майбутніх батьків: чи вдало пройде вагітність та пологи, чи будуть вони хорошими батьками і чи вдасться докласти достатньо зусиль аби виховати гідного члена суспільства.

Майбутнє своїх дітей батьки починають будувати уже сьогодні. Власне, від того, що «вкладуть» батьки у свою дитину, який характер допоможуть сформувати їй, заложитиме її подальше життя. Так, лише батьки, які розуміють цінність виховання можуть цілеспрямовано докласти зусиль щодо формування гідної особистості.

Події пов'язані з початком війни в Україні підняли загальний рівень тривожності населення. Окремо, хотіли би освітити саме особливості тривожності жінок-матерів, які змушені були покинути батьківщину задля забезпечення стабільних та надійних умов життя для дітей.

До переживання тривоги, що пов'язані з появою дітей додалися переживання за життя, психологічне здоров'я та благополуччя, за їх майбутнє у найглобальнішому розумінні. В умовах невизначеності неможливо прогнозувати та планувати життя на віддалене майбутнє. Для багатьох вимушених переселенців – мігрантів залишається відкритим питання чи вдасться повернутися додому. А як планувати подальше життя у країні, яка тобі чужа, мова якої тобі невідома, традиції, закони яких ти не знаєш? За таких обставин відчуття тривожності підвищується урази. На додачу, кожна вимушено переселена родина зіштовхується з проблемами місця проживання, працевлаштуванням, організаційними питання для налаштування нормального життя.

Підрив устрою стабільного життя, вимушене розлучення сімей певним чином позначилося на психологічному здоров'ї матерів. За таких умов важко

зосередитися на вихованні дітей, і цей процес все більш стає схожим на плин ріки - самовільним.

На нашу думку, особливо важливо навчити долати негативні прояви тривожності у жінок-матерів. Адже, особливо зараз, на ґрунті подій війни в Україні, необхідно оцінювати не лише своє психологічну стабільність і благополуччя, а й бути здатною вчасно помітити та усунути прояви психологічного «нездоров'я» у своїх дітей.

### **Висновки до першого розділу**

Отже, у теоретичному розділі роботи розглянуто поняття «сім'я» та «виховання». На основі аналізу літератури розкрито типи стилів сімейного виховання в психології та висвітлено основні фактори впливу на стиль виховання. Нами виявлено, що поняття «сім'я» з точки зору різних наук трактується різними словами, та зміст і суть поняття залишаються однаковими. Щодо стилів сімейного виховання, то основними критеріями класифікацій можна назвати батьківські вимоги та контроль, прояв емоційної теплоти та увага до дітей.

Також, в теоретичному розділі розглянуто поняття «тривожності», і з огляду на актуальність подій, що розгортаються на території України, ми виокремили та розглянули особливості тривожності у жінок-матерів у зв'язку з війною.

В ході емпіричного дослідження в цій роботі буде досліджуватися взаємозв'язок рівня тривожності жінок -матерів зі стилем виховання дітей. За основу взяти стилі батьківської поведінки, запропоновані Д.Баумрінд.

## РОЗДІЛ 2

# МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

### 2.1. Організація емпіричного дослідження та характеристика вибірки

Метою даного дослідження було вивчення взаємозв'язку рівня тривожності жінок-матерів та стилю сімейного виховання. На нашу думку, важливо дослідити взаємозв'язок як дитячо-батьківських відносин, так і індивідуально-психологічних особливостей матерів, щоб прийти до розуміння того, що впливає на формування емоційних порушень у дітей.

Відповідно до поставленої мети були сформульовані наступні завдання емпіричної частини дослідження:

- 1) Проаналізувати анамнестичну анкету вибірки дослідження для створення її демографічної характеристики, яка буде враховуватися під час інтерпретації результатів.
- 2) Використовуючи діагностичні методики, виявити у вибірки жінок рівні тривожності і суб'єктивного благополуччя, та стилі сімейного виховання, якими вони керуються.
- 3) Опрацювати результати дослідження, використовуючи математичні методи аналізу за ключами обраних методик, а також вбудовані ресурси Microsoft Office (графіки, діаграми, схеми, таблиці).
- 4) Здійснити кореляційний аналіз результатів, використовуючи параметричні критерії в програмі Jamovi 0.9.1.11.
- 5) Інтерпретувати результати дослідження.

- б) Створили перелік порад та рекомендацій, що допоможуть жінкам-матерям справлятися з тривогою.

Проведення даного дослідження включало в себе використання наступних методик:

- 1) шкала тривожності Ч.Д. Спілбергера - Ю.Л.Ханіна для аналізу рівня тривожності у вибірці жінок [31];
- 2) шкала суб'єктивного благополуччя К.Ріфф для визначення цього показника у опитах жінок [51];
- 3) стилі батьківської поведінки С. Степанова для визначення сценарію виховання, яким користуються обрані для дослідження жінки [30].

Нами було складена анамнестична анкета, і поставлено ряд запитань до наших респонденток, а саме:

1. Скільки у вас дітей?
2. Чи є постійна занятість?
3. Як ви оцінюєте своє фінансове благополуччя?
4. Чи є постійний партнер?
5. Чи бере участь у вихованні дітей ваш партнер?
6. Чи є допомога у вихованні дітей від інших людей?
7. Ваші думки щодо перебігу вагітності та пологів?
8. Як ви оцінюєте своє здоров'я та зовнішність на сьогоднішній день?

На нашу думку, ці запитання можуть містити необхідну для нас інформацію та бути пов'язаними з тривожністю, а саме ми припускаємо, що:

- працевлаштованість впливатиме на рівень тривожності жінок, адже вона накладає на них додаткове емоційне навантаження;
- наявність чи відсутність постійного партнера, його залученість чи незалученість у вихованні дітей впливає на рівень тривожності через відповідальність за життя і безпеку дітей, яку жінка бере або повністю на себе, або ж розділяє її з партнером;

- жінка, яка має додаткову допомогу від інших людей у вихованні дітей має можливість більше відпочивати, наповнюватися, займатися улюбленими справами, приділяти увагу своїй зовнішності. За такої можливості, це може позитивно відзначитися і на рівні суб'єктивному благополуччі і зменшувати рівень тривожності.
- задоволеність своєю зовнішністю та станом здоров'я знижує рівень тривожності, наявність проблем зі здоров'ям чи незадоволеність зовнішністю буде негативно позначатися на материнстві та вихованні дітей – нестача часу на своє здоров'я, переживання, в свою чергу, призведуть до психологічних розладів особистості жінки як матері.
- негативна оцінка свого фінансового благополуччя вказуватиме на високий рівень тривожності та низький рівень суб'єктивного благополуччя.

Емпіричне дослідження проводилось у період з листопада по грудень 2021 року, впродовж яких було виконано діагностичний збір даних та проаналізовано отримані результати. Для збору даних використовувалася спеціально створена Google-форма. У дослідженні взяли участь 38 жінок віком від 18 років та старше 36 років, які проживають як на території України, так і поза її межами. Все тестування проводилося в режимі онлайн через карантинні заходи на території України. Зведена таблиця результатів представлена в Додатку А та Б.

## **2.2. Обґрунтування доцільності вибору методик дослідження**

Більшість дослідників вважають, що поняття «тривожність» необхідно розглядати з двох позицій - як ситуативне явище (тривогу) і як особистісну характеристику. Тому виділяють два види тривожності:

1) Ситуаційна тривожність - викликана конкретною ситуацією, яка об'єктивно привертає увагу; може трапитися з кожним; може відігравати позитивну роль і функціонувати як механізм мобілізації;

2) Особистісна тривожність - розглядається як риса особистості, що виявляється як схильність постійно переживати тривогу в різних життєвих ситуаціях; характерний стан неусвідомленого страху, відчуття невизначеності загрози, готовність розглядати будь-яку подію як несприятливу і небезпечну.

Єдиною методикою, що дозволяє диференційовано вимірювати тривожність як особистісну властивість, і як стан є методика, запропонована Ч. Д. Спілбергером. Російською мовою його шкала була адаптована Ю. Л. Ханіним.

Шкала тривожності Спілберга (State-Trait Anxiety Inventory, STAI) – це інформативний метод для самооцінки поточних рівнів тривожності. Дана методика була розроблена у 1970 році.

Вимірювання тривожності як риси особистості важливо, оскільки усвідомлення цієї особливості значною мірою визначає поведінку людини. Певний рівень тривожності є природною і обов'язковою характеристикою активної особистості. Індивід має свій оптимальний (або бажаний) рівень тривожності, так звану корисну тривожність. Оцінка людиною свого стану в цьому плані є важливою частиною самоконтролю.

У рамках цього тесту було створено 2 підшкали. Перша, шкала ситуаційної тривожності, оцінює поточний стан тривоги, використовуючи суб'єктивні відчуття страху, нервозності, напруженості, тривоги та вегетативної нервозності, щоб виміряти, як респонденти відчуваються зараз. Цей стан є емоційною реакцією на стресову ситуацію.

Друга — шкала особистісної тривожності — оцінює відносно стабільні аспекти особистості, схильність до хвилювань, а також оцінює почуття/стани спокою, впевненості в собі та безпеки.

Особистісна тривожність розуміється як стійка індивідуальна характеристика, яка відображає тривожні тенденції суб'єкта і говорить про те, що він схильний розглядати досить широкий спектр ситуацій як загрозу і реагувати на кожну ситуацію певним чином. Кожна з цих ситуацій може напружувати індивіда і викликати у нього сильне занепокоєння через високий рівень особистої тривоги.

Якщо результати STAI показують, що респондент має високий рівень особистісної тривожності, це вказує на те, що він перебуває в стані тривоги в різних звичайних ситуаціях. Дуже високий рівень особистої тривожності безпосередньо пов'язаний з психосоматичними розладами.

При аналізі результатів методики загальний підсумковий показник по кожній із підшкал може перебувати в діапазоні від 20 до 80 балів. Чим вищим є підсумковий показник, тим вищий рівень тривожності (ситуативної або особистісної).

Використовують наступні оцінки тривожності:

- до 30 балів – низька;
- 31-44 бали – помірна;
- 45 і більше – висока.

Зіставлення результатів за обома підшкалами дає можливість оцінити індивідуальну значимість стресової ситуації для респондента.

Р. Мей вважав неможливим зрозуміти неврологічні або фізіологічні аспекти тривоги у відриві від психологічних установок особистості і особливостей сприйняття людиною передбачуваної небезпеки. Вчений виділяє невротичну тривожність як реакцію на загрозу, неадекватну об'єктивній небезпеці і приводить до дезорганізації особистісних якостей. Така тривожність не обов'язково проявляється безпосередньо в поведінці, вона має вираз суб'єктивного неблагополуччя особистості, що створює специфічний фон її життєдіяльності, гнітючий психіку [26]. Тому нами було

запропоновано взяти до емпіричного дослідження методика, що визначає рівень психологічного благополуччя.

Шкала психологічного благополуччя – багатофакторний опитувальник, що визначає рівень і складові психологічного благополуччя. Автор тесту – Керол Ріфф (Carol D. Ryff). В даному дослідженні було використано найбільш поширену версію опитувальника - “The scale of psychological well-being” в адаптації М. Лепешинського та у перекладі українською мовою С. В. Карсканової, що включає в себе 84 питання.

З точки зору тесту К. Ріфф, термін психологічне благополуччя розуміється як сукупність ряду факторів:

- самоприйняття;
- цілі у житті;
- позитивні відносини (із важливими для даної людини людьми);
- особистісне зростання та саморозвиток;
- управління середовищем;
- автономія.

#### 1. Самоприйняття.

Високі значення. Позитивне ставлення до себе і свого минулого, прийняття свої позитивних та негативних якостей. Позитивна оцінка свого минулого.

Низькі значення. Незадоволеність собою. Розчарування власним минулим. Стурбованість деякими рисами власної особистості, неприйняття себе. Бажання бути іншим, не таким, який я є насправді.

#### 2. Цілі у житті.

Високі значення. Наявність цілей у житті, відчуття керунку. Присутність відчуття, що ваше теперішнє та минуле осмислені, мають сенс. Переконання, які надають цілей життю. Присутність певних цілей та завдань у житті.

Низькі значення. Розмитість цілей в житті і відчуття його ритмів. Відсутність відчуття, що сьогоднішня і минуле осмислені, мають сенс. Відсутність переконань, що додають цілей життю.

### 3. Позитивні відносини з оточуючими.

Високі значення. Наявність близьких, теплих, довірливих стосунків з іншими. Бажання проявляти турботу про інших людей. Здатність до емпатії, любові і близькості. Уміння знаходити компроміси у взаєминах. Присутнє розуміння принципу побудови стосунків за правилом “давати-брати”.

Низькі значення. Відсутність достатньої кількості близьких, довірчих стосунків. Труднощі у прояві теплоти, відвертості і турботи про інших людей. Переживання власної ізольованості і фрустрації. Небажання йти на компроміси для підтримки важливих зв'язків з оточуючими.

### 4. Особисте зростання та саморозвиток.

Високі значення. Відчуття постійного росту, розвитку та реалізації свого потенціалу, відкритість до нового досвіду, відстежування власного особистого зростання, вдосконалення себе та своєї поведінки з часом.

Низькі значення. Переживання особистої стагнації. Відсутність відчуття власного прогресу з часом. Нудьга та загальна

### 5. Управління середовищем.

Високі значення. Відчуття впевненості, майстерності і компетентності в управлінні оточенням та повсякденними справами. Відчуття контролю зовнішніми видами діяльності. Ефективне використання запропонованих життєвих можливостей. Змога самостійно обирати та створювати контекст, який відповідає особистим потребам людини та її цінностям.

Низькі значення. Нездатність справлятися з повсякденними справами. Відчуття неможливості зарадити або поліпшити умови свого життя. Відчуття безсилля в управлінні зовнішніми обставинами незацікавленість життям. Відчуття власної нездатності засвоювати нові навички.

### 6. Автономія.

Високі значення. Незалежність та самостійність. Здатність чинити опір суспільству, яке змушує думати і діяти певним чином, самостійно регулювати поведінку, оцінювати себе згідно із власними стандартами.

Низькі значення. Заклопотаність очікуваннями та оцінками інших. Орієнтація на думку інших людей при ухваленні важливих рішень. Нездатність протистояти соціальному тиску в думках і вчинках [51].

Створена К. Ріфф шкала вимірює кожен чинник, і з них складається загальний рівень благополуччя. Відповідно, в моделі К. Ріфф дане явище розуміється як можливість рухатися до своєї мети і досягати її, налагодження та підтримка бажаних соціальних зв'язків, задоволеність собою та своїм життям.

Методика С.Степанова призначена для виявлення стилю сімейного виховання у батьківській сім'ї. Методика складається з 10 питань та дозволяє визначити певний стиль сімейного виховання. Чим більше перевага відповідей певного типу, тим більше виражений стиль виховання, який використовується у респондентів. Згідно методики виділяють 4 основи стилю сімейного виховання у батьківській сім'ї: Авторитетний стиль, Авторитарний стиль, Ліберальний стиль, Індиферентний (байдужий) стиль.

### **Висновки до другого розділу**

Отже, у другому розділі нашої роботи було розкрито організацію емпіричного дослідження згідно завдань, які були поставлені нами. Представлено опис характеристики вибірки.

Ми здійснили роз'яснення щодо питань, які були внесені до анамнестичної анкети при проведенні опитування, та їх взаємозв'язок з рівнем тривожності та суб'єктивного благополуччя.

Також, проведено обґрунтування вибору методик та опис обраних методик для дослідження взаємозв'язку тривожності жінок-матерів зі стилем сімейного виховання.

## РОЗДІЛ 3

# РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ТРИВОЖНОСТІ ЖІНОК-МАТЕРІВ ТА СТИЛЮ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ

### 3.1 Результати емпіричного дослідження та їх обговорення

#### 3.1.1 Описові статистики та перевірка розподілів на нормальність

Представимо демографічний портрет вибірки жінок дослідження. За віком респондентки розподілилися таким чином:

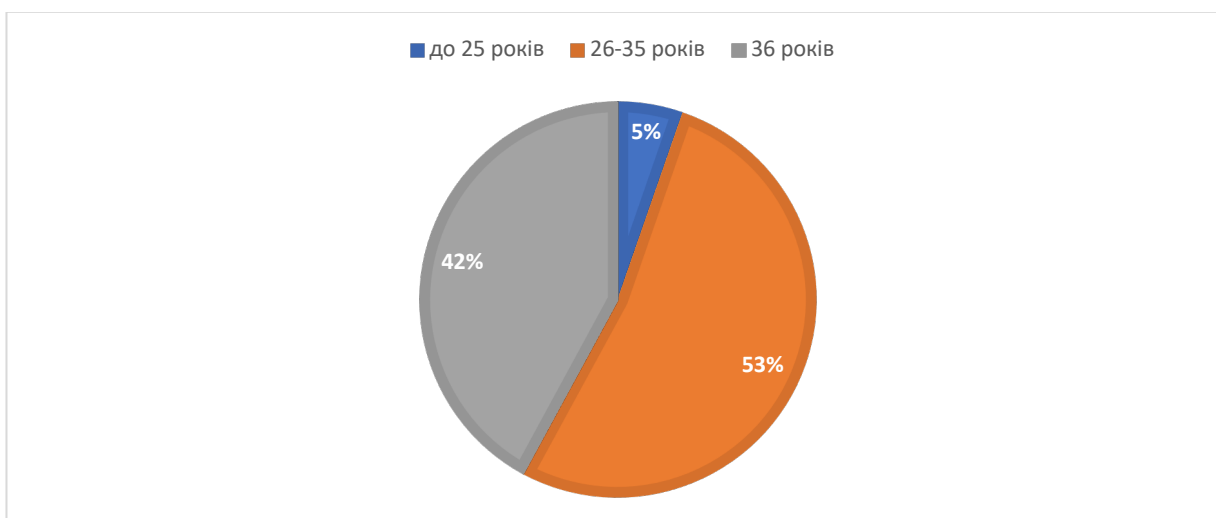
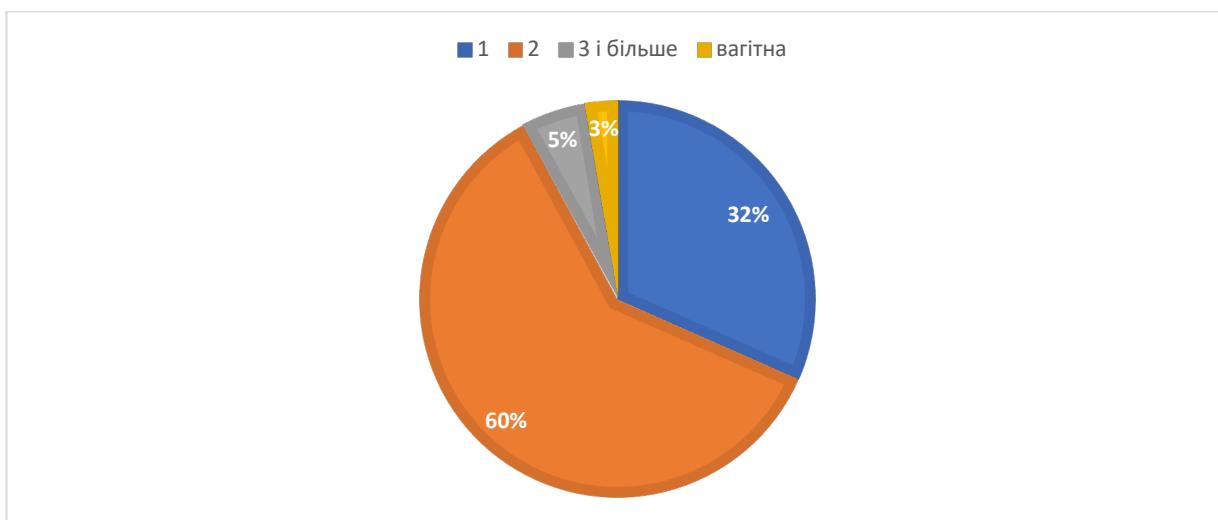


Рис.3.1.1 Графічне відображення результатів за показником «вік досліджуваних»

Більшість опитуваних – жінки віком 26-35 років - 20 осіб. Старших за 36 років – 16 осіб. Лише двоє жінок мають вік до 25 років.

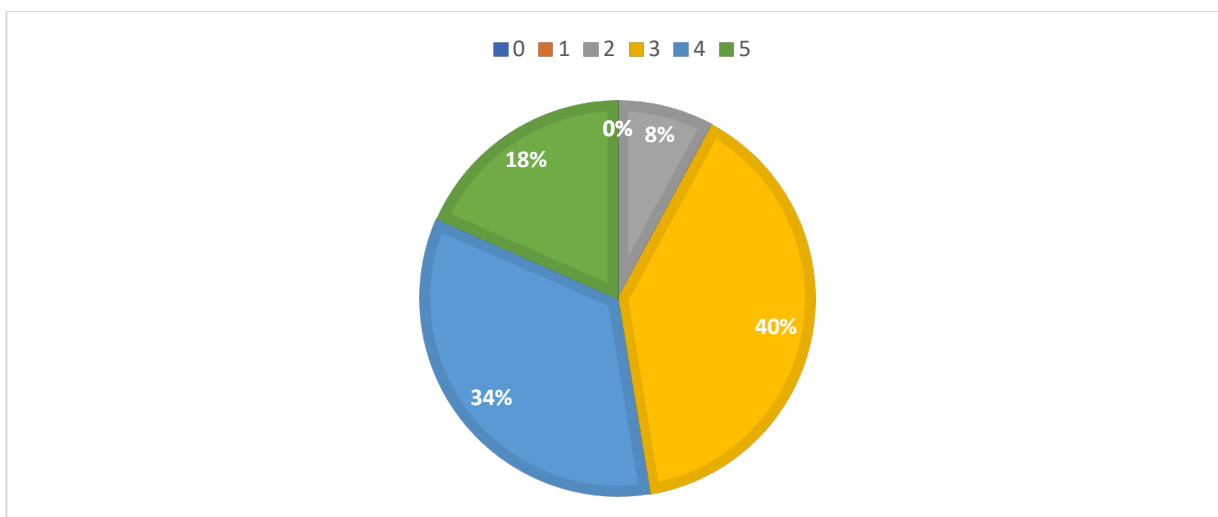
Для нашого дослідження є важливою інформацією, скільки дітей виховують респонденти, тому було включене відповідне питання до анамнестичної анкети. Результати представлені на *Рис.3.1.2*:



*Рис.3.1.2* Графічне відображення результатів за показником «кількість дітей»

Більшість з опитаних – це жінки, які мають двох дітей (23 особи). 12 жінок мають 1 дитину. У двох жінок, які брали участь у дослідженні – троє дітей, і лише одна респондентка - при надії.

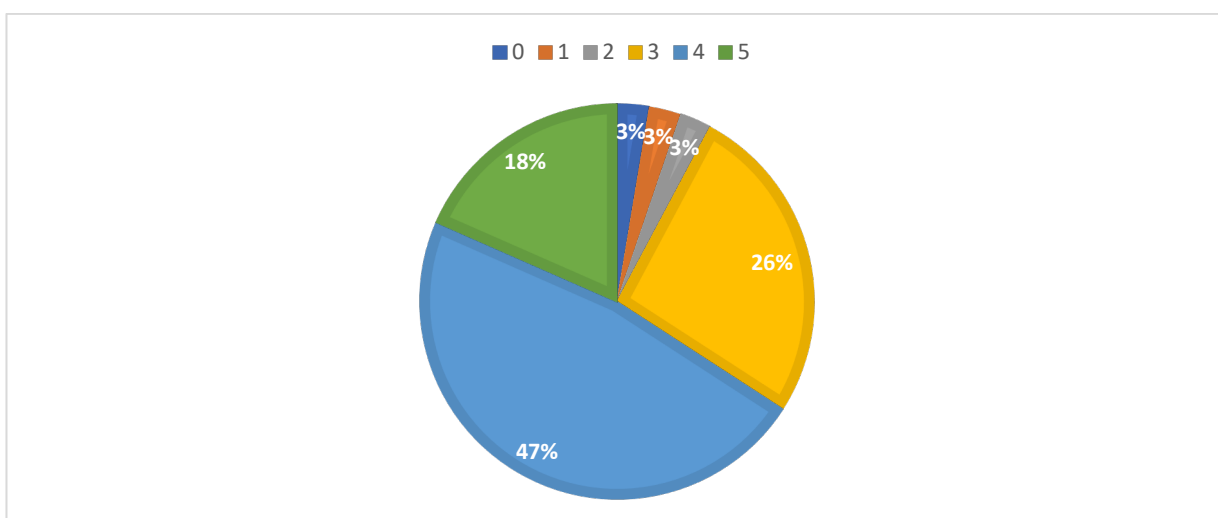
Жінкам пропонувалося оцінити своє фінансове становище за шкалою від 0 до 5, де 0 - рівень нижче середнього, не вистачає фінансів, 5 - рівень вище середнього, на все вистачає і вдається відкладати. Отримані наступні результати:



*Рис.3.1.3* Графічне відображення результатів за показником «фінансове становище»

Отже з діаграми на *Рис.3.1.3* можна зробити висновок, що випробувані оцінюють своє матеріальне становище в цілому як непогане, тому що більше результатів було отримано за шкалами «3», «4» та «5».

Жінкам було запропоновано оцінити стан свого здоров'я на сьогоднішній момент за шкалою від 0 до 5, де 0 - дуже погано, 5 - здорова як ніколи раніше. Результати представлені на *Рис.3.1.4*:

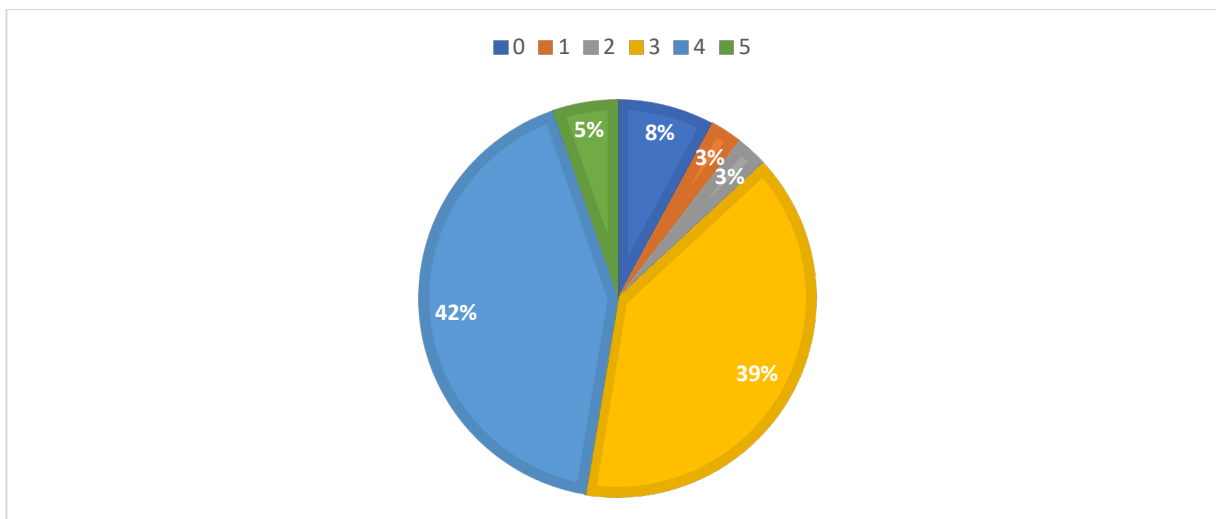


*Рис.3.1.4* Графічне відображення результатів за показником «стан здоров'я»

Отже з діаграми можна зробити висновок, що опитані оцінюють своє здоров'я в цілому як непогане, тому що більше результатів було отримано за

шкалами «3», «4» та «5». Але троє жінок поставили собі низькі оцінки, а це може означати, що рівень тривожності у них може бути вищий, ніж у інших.

І останнє запитання з анамнестичної анкети, яке було включено до дослідження, стосувалося оцінки зовнішності жінок. Отримані наступні результати:

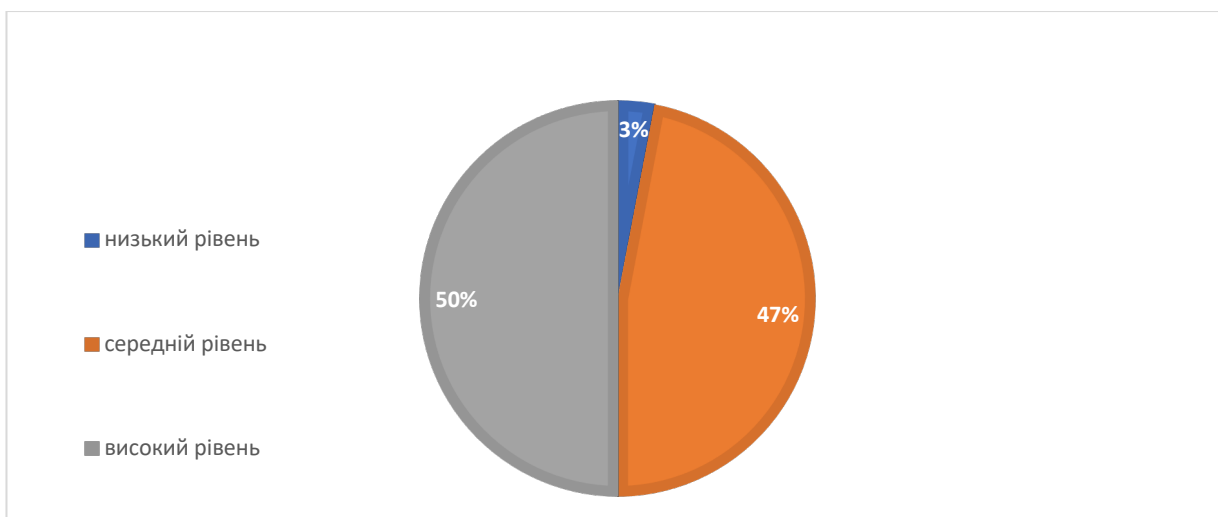


*Рис.3.1.5* Графічне відображення результатів за показником «задоволеність зовнішністю»

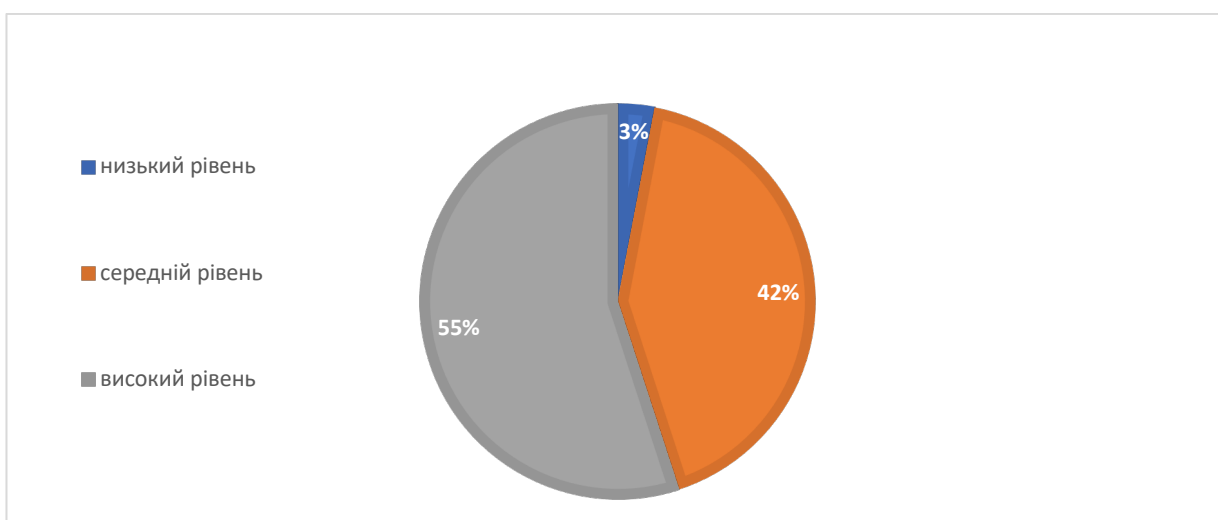
Респонденткам пропонувалося оцінити свою зовнішність (включаючи стан фігури після пологів, вагу, волосся, нігті) за шкалою від 0 до 5, де 0 - дуже незадоволена, 5- задоволена дуже, виглядаю краще ніж будь-коли. Переважна більшість жінок задоволена своєю зовнішністю, оцінивши її на 3-4 бали. Тих, хто поставив собі максимальну оцінку, дуже мало, а це може свідчити про високий рівень тривожності та низький рівень суб'єктивного благополуччя у опитаних з нашої вибірки.

Наведемо результати, які були отримані за діагностичною шкалою тривожності Ч.Д. Спілбергера, Ю.Л. Ханіна.

Підрахунки балів у вибірці дослідження представлені у зведеній таблиці в додатку А. На *Рис.3.1.6* представлено графічне відображення результатів за рівнем ситуативної тривожності та на *Рис.3.1.7* особистісної тривожності:



*Рис.3.1.6* Графічне відображення результатів за шкалою ситуативної тривожності Ч.Д.Спілбергера



*Рис.3.1.7* Графічне відображення результатів за шкалою особистісної тривожності Ч.Д.Спілбергера

За результатами видно, що 19 осіб мають високий рівень ситуативної тривожності та 21 особа – особистісної тривоги, 18 осіб мають середній рівень ситуативної тривожності та 16 осіб – особистісної тривожності відповідно, та лише 1 особа має низький рівень ситуативної та особистісної тривожності.

За шкалою суб'єктивного благополуччя К.Ріфф визначався загальний показник психологічного благополуччя. В процесі дослідження були отримані наступні результати (підрахунки балів у вибірці дослідження представлені у зведеній таблиці в додатку А), які графічно відображені на *Рис.3.1.8*:

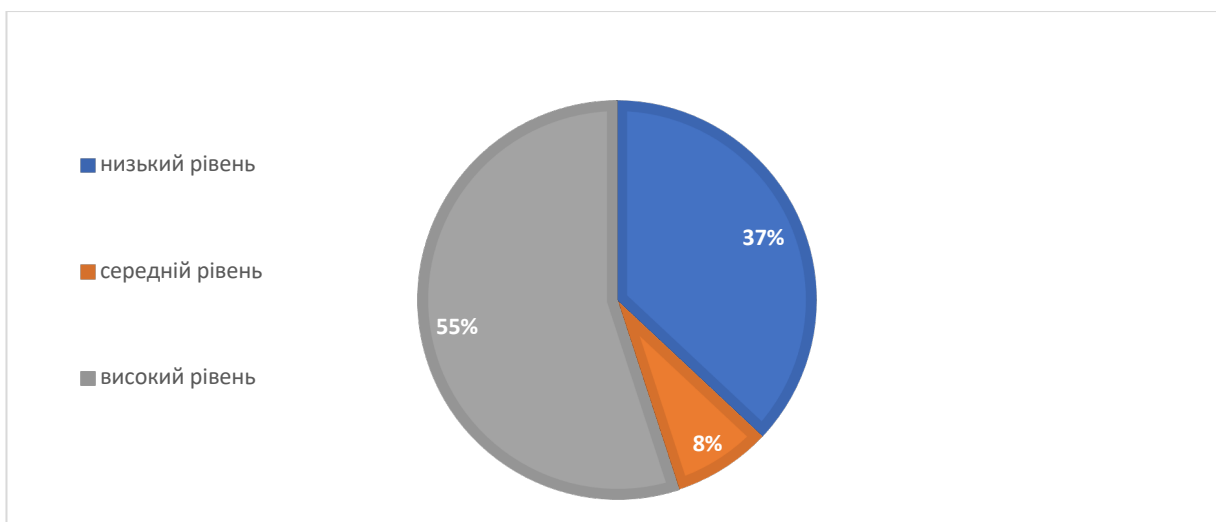


Рис.3.1.8 Графічне відображення результатів за шкалою суб'єктивного благополуччя К.Ріфф

Отже, 21 особа опитаних вказали, що відчують високий рівень суб'єктивного благополуччя, 3 особи - середній рівень, а 14 осіб -низький рівень.

Далі представимо результати за методикою С. Степанова «стилі батьківської поведінки». Зведена таблиця результатів за цією методикою представлена в додатку Б.

Згідно методики результати інтерпретуються за кількістю домінуючих відповідей:

- А - Авторитетний стиль
- Б - Авторитарний стиль
- В – Ліберальний стиль
- Г – Байдужий (індиферентний) стиль

Із нашої вибірки 37% опитаних (14 осіб) дотримуються авторитарного стилю виховання (Б), 29% (11 осіб) обрали ліберальний напрямок (В) виховання дітей, 3% (1 особа) – авторитетний стиль (А), 5% (2 особи) притримуються байдужого стилю виховання (Г), решта - 36% (10 осіб) не мають певного стилю виховання, а користуються змішаним підходом у вихованні дітей.

В подальшому ми оглянули описові статистики за вибіркою та перевірили розподіли на нормальність задля коректного вибору критерія при проведенні кореляційного аналізу.

Обидві шкали методики діагностики тривожності Ч.Д. Спілбергера, Л. Ханіна виявились нормально розподіленими.

Таблиця 3.1.1.

**Описові статистики для шкал методики діагностики тривожності Ч.Д. Спілбергера, Л. Ханіна**

	Середнє	Середнє квадратичне відхилення	Критерій Шапіро-Вілка W	p-рівень Шапіро-Вілка	Розподіл
Ситуативна тривожність	43.9	8.74	0.979	0.675	нормальний
Особистісна тривожність	47.6	8.73	0.969	0.370	нормальний

Для опитувальника психологічного благополуччя К.Ріфф було встановлено нормальність розподілів для всіх шкал окрім шкали Цілі в житті.

Таблиця 3.1.2

**Описові статистики для шкал опитувальника психологічного благополуччя К.Ріфф**

	Середнє	Середнє квадратичне відхилення	Критерій Шапіро-Вілка W	p-рівень Шапіро-Вілка	Розподіл
Позитивні відносини	60.2	11.4	0.956	0.137	нормальний
Автономія	56.3	10.1	0.947	0.070	нормальний
Управління середовищем	57.8	10.6	0.971	0.428	нормальний

Особистісне зростання	62.7	11.1	0.946	0.066	нормальний
Цілі в житті	61.3	10.7	0.942	0.047	не нормальний
Самоприйняття	57.5	11.9	0.961	0.204	нормальний

За шкалами опитувальника стилей батьківської поведінки не було встановлено нормальних розподілів, проте зрештою цього варто було очікувати, адже методика складається всього з десяти питань для всіх чотирьох шкал.

### ***3.1.2 Аналіз надійності обраних методик та перевірка розподілу на нормальність***

В першу чергу ми провели аналіз надійності отриманих нами даних. За шкалами методики діагностики тривожності Ч.Д. Спілбергера, Ю.Л. Ханіна було встановлено дуже високі рівні надійності за обома шкалами. (Омега Макдональда  $\geq 0.899$ ).

Таблиця 3.1.3.

#### **Аналіз надійності за шкалами методики діагностики тривожності Ч.Д. Спілбергера, Л. Ханіна**

Шкала	Омега Макдональда
Ситуативна тривожність	0.889
Особистісна тривожність	0.912

За шкалами опитувальника психологічного благополуччя К.Ріфф також було встановлено високі рівні надійності (Омега Макдональда  $\geq 0.819$ ).

Таблиця 3.1.4.

**Аналіз надійності за шкалами опитувальника психологічного благополуччя К.Ріфф**

Шкала	Омега Макдональда
Позитивні відносини	0.855
Автономія	0.819
Управління середовищем	0.843
Особистісне зростання	0.855
Цілі в житті	0.847
Самоприйняття	0.890
Психологічне благополуччя	0.966

За шкалами опитувальника стилей батьківського виховання немає сенсу у встановленні узгодженості між собою питань, оскільки методика має іншу логіку підрахунку: кожне з питань має варіанти відповідей, що відповідають кожному зі стилей виховання.

### *3.1.3 Кореляційні зв'язки між шкалами обраних методик*

Оскільки всі шкали стилей батьківської поведінки мають однакову «розмірну сітку», ми порівняли між собою середні рівні між кожною парою шкал за всією вибіркою і встановили наступне:

- авторитарний стиль виховання достовірно вищий за вибіркою ніж байдужий та авторитетний
- ліберальний стиль виховання також достовірно вищий за вибіркою ніж байдужий та авторитетний
- байдужий достовірно вищий ніж авторитетний

Інших відмінностей у рівні вираженості стилей виховання не встановлено.

Середні рівні за кожною зі шкал опитувальника стилей батьківської поведінки представлені на *Рис 3.1.9*:



*Рис.3.1.9* Діаграма середнього рівня за вибіркою по кожному зі стилей батьківської поведінки

Окрім цього, ми розбили вибірку на групи за домінуючим стилем виховання і отримали наступні категорії: Авторитарний (14 осіб), Ліберальний (11), Змішаний тип (кілька типів) (9). 4 особи мали окремо тип А чи Г і не ввійшли до жодної з груп.

За допомогою однофакторного дисперсійного аналізу ми намагались встановити відмінності між цими групами за рівнем тривожності, проте відмінності не були встановлені.

Потенційно може бути відмінність за ситуативною тривожністю, а саме: респондентки, що обирають ліберальний тип сімейного виховання мають вищу тривожність ніж ті, що керуються у вихованні змішаним типом поведінки, проте вибірка виявилась замалою, щоб ця відмінність стала статистично достовірною.

Середні рівні ситуативної тривожності за кожною з груп візуально представлені на *Рис.3.1.10*:



Рис.3.1.10 Діаграма середніх для шкали Ситуативна тривожність в кожній з груп по стилям виховання

Ми дослідили також кореляції тривожності зі шкалами психологічного благополуччя.

Виявилось, що як ситуативна, так і особистісна тривожність, корелюють негативно майже з усіма шкалами психологічного благополуччя. Зокрема встановлено сильну негативну кореляцію з інтегральною шкалою Психологічне благополуччя як Ситуативної тривожності (коэф. Спірмена = -0.706 \*\*\*,  $p < .001$ ), так і Особистісної (коэф. Спірмена = -0.777 \*\*\*,  $p < .001$ ). Тобто, чим вищий рівень тривожності у респондента, тим нижче відчуття суб'єктивного благополуччя.

Таблиця 3.1.5.

**Кореляційні зв'язки тривожності зі шкалами опитувальника психологічного благополуччя К.Ріфф**

		Ситуативна тривожність	Особистісна тривожність
Позитивні відносини	коэф. Спірмена	-0.611 ***	-0.614 ***
	p	< .001	< .001
Автономія	коэф. Спірмена	-0.504 **	-0.718 ***

	p	0.001	< .001
Управління середовищем	коэф. Спірмена	-0.783 ***	-0.811 ***
	p	< .001	< .001
Особистісне зростання	коэф. Спірмена	-0.563 ***	-0.636 ***
	p	< .001	< .001
Цілі в житті	коэф. Спірмена	-0.596 ***	-0.697 ***
	p	< .001	< .001
Самоприйняття	коэф. Спірмена	-0.742 ***	-0.837 ***
	p	< .001	< .001
Психологічне благополуччя	коэф. Спірмена	-0.706 ***	-0.777 ***
	p	< .001	< .001

Ми отримали відповіді на низку анкетних питань, тому в подальшому дослідили залежності тривожності та поставлених питань.

Було встановлено, що як ситуативна, так і особистісна тривожність мають позитивні кореляції зі складністю вагітності. Тобто чим вищий рівень тривожності, тим вище опитувані оцінювали складність вагітності.

Ситуативна тривожність має також негативні кореляції зі шкалами Стан здоров'я та Оцінка зовнішності.

Таблиця 3.1.6.

**Кореляційні зв'язки між шкалами тривожності та шкалами з анкетних даних**

		Ситуативна тривожність	Особистісна тривожність
Складність вагітності	коэф. Спірмена	0.384 *	0.370 *
	p	0.017	0.022
Фінансове благополуччя	коэф. Спірмена	-0.151	0.013
	p	0.365	0.941

Стан здоров'я	коэф. Спірмена	-0.381 *	-0.257
	p	0.018	0.119
Оцінка зовнішності	коэф. Спірмена	-0.433 **	-0.320
	p	0.007	0.050

Не встановлено відмінності рівня тривожності між групами до 35 та від 36 років.

Таблиця 3.1.7.

**Перевірка гіпотез про середні за шкалами тривожності для груп до 35 та від 36 років**

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Ситуативна тривожність	t-критерій Стьюдента	-0.818	36.0	0.419	до 35 $\neq$ від 36
Особистісна тривожність	t-критерій Стьюдента	-1.095	36.0	0.281	до 35 $\neq$ від 36

Не встановлено також відмінності тривожності у жінок за кількістю дітей (одна дитина та двоє і більше), а також між тими хто працює та хто не працює.

Також ми задавали питання: чи бере участь у вихованні та піклуванні про дітей ваш партнер? Не було встановлено достовірної відмінності між групами.

Зрештою ми дослідили також чинники впливу на стиль виховання, отримані зі збору анкетних даних. Проте не було встановлено кореляцій між стилями виховання та порядковими шкалами, отриманими за анкетних даних: складність вагітності та суб'єктивні оцінки фінансового благополуччя, стану здоров'я та оцінки своєї зовнішності.

Можемо лише припускати, що фінансове благополуччя може мати негативну кореляцію з байдужим стилем виховання (коэф. Спірмена = -0.286,

$p = 0.082$ ), тобто більш забезпечені сім'ї менше схильні до байдужого виховання ніж менш забезпечені.

Таблиця 3.1.8.

**Кореляційні зв'язки між стилями виховання та шкалами з анетних даних**

		Складність вагітності	Фінансове благополуччя	Стан здоров'я	Оцінка зовнішності
Авторитетний (А)	коэф. Спірмена	-0.106	0.233	0.104	0.047
	p	0.528	0.159	0.534	0.781
Авторитарний (Б)	коэф. Спірмена	0.118	0.061	-0.112	0.001
	p	0.480	0.715	0.502	0.994
Ліберальний (В)	коэф. Спірмена	0.029	0.014	0.034	0.040
	p	0.862	0.935	0.839	0.812
Байдужий (Г)	коэф. Спірмена	-0.156	-0.286	-0.020	-0.131
	p	0.350	0.082	0.904	0.432

Не було встановлено відмінностей в стилях виховання в залежності від віку матері.

Таблиця 3.1.9.

**Перевірка гіпотез про середні для шкал опитувальника стилей батьківського виховання в групах, утворених по віку матерів**

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Авторитетний	t-критерій Стьюдента	1.15	36.0	0.259	До 35 $\neq$ від 36
Авторитарний	t-критерій Стьюдента	1.71	36.0	0.095	До 35 $\neq$ від 36
Ліберальний	t-критерій Стьюдента	-1.87	36.0	0.070	До 35 $\neq$ від 36
Байдужий	t-критерій Стьюдента	-1.10	36.0	0.280	До 35 $\neq$ від 36

Як видно з коробкової діаграми, можемо припускати, що старші матері (від 36 років) мають вищий рівень авторитарного стилю виховання.

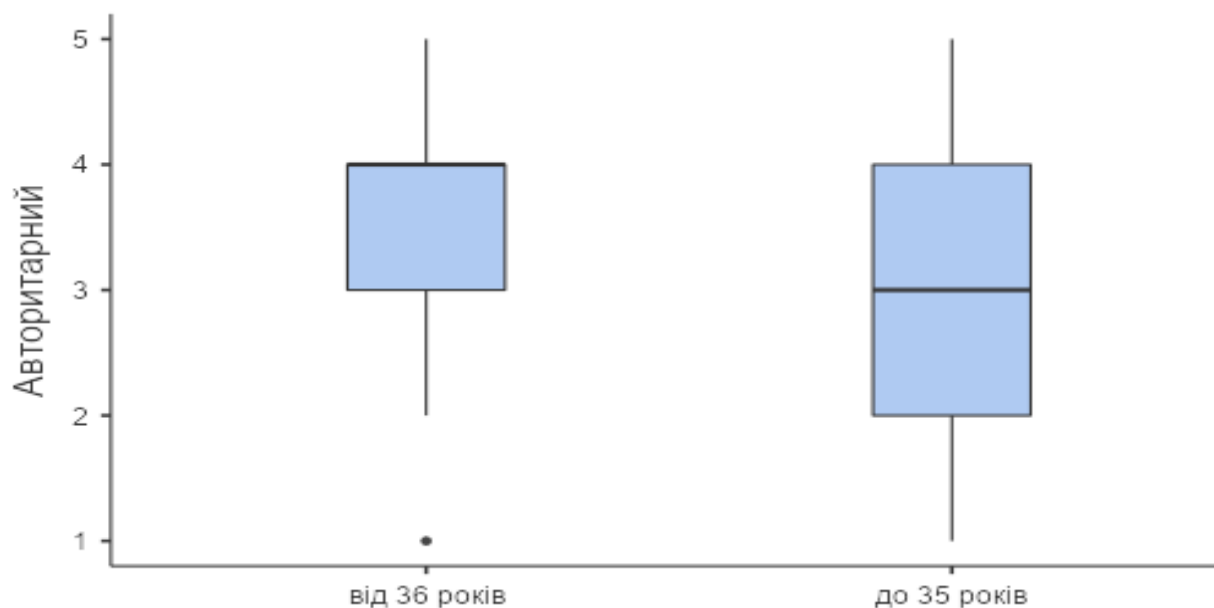


Рис.3.1.11 Коробкові діаграми за шкалою Авторитарний для груп до 35 років та від 36 років

Можемо припускати також, що старші матері (від 36 років) мають нижчий рівень ліберального стилю виховання.

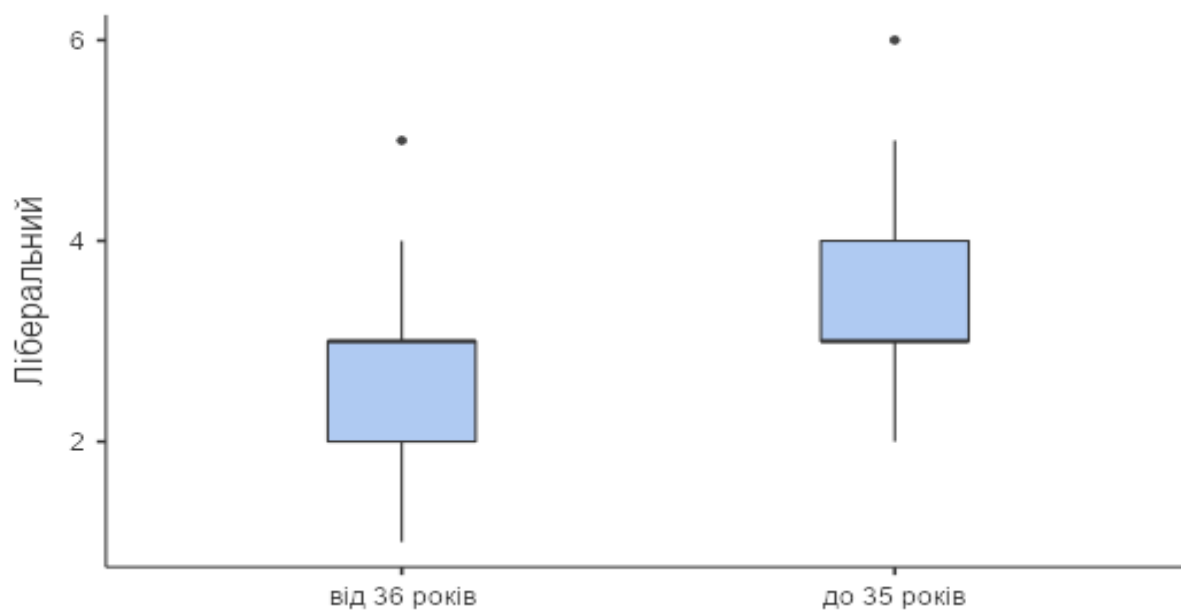


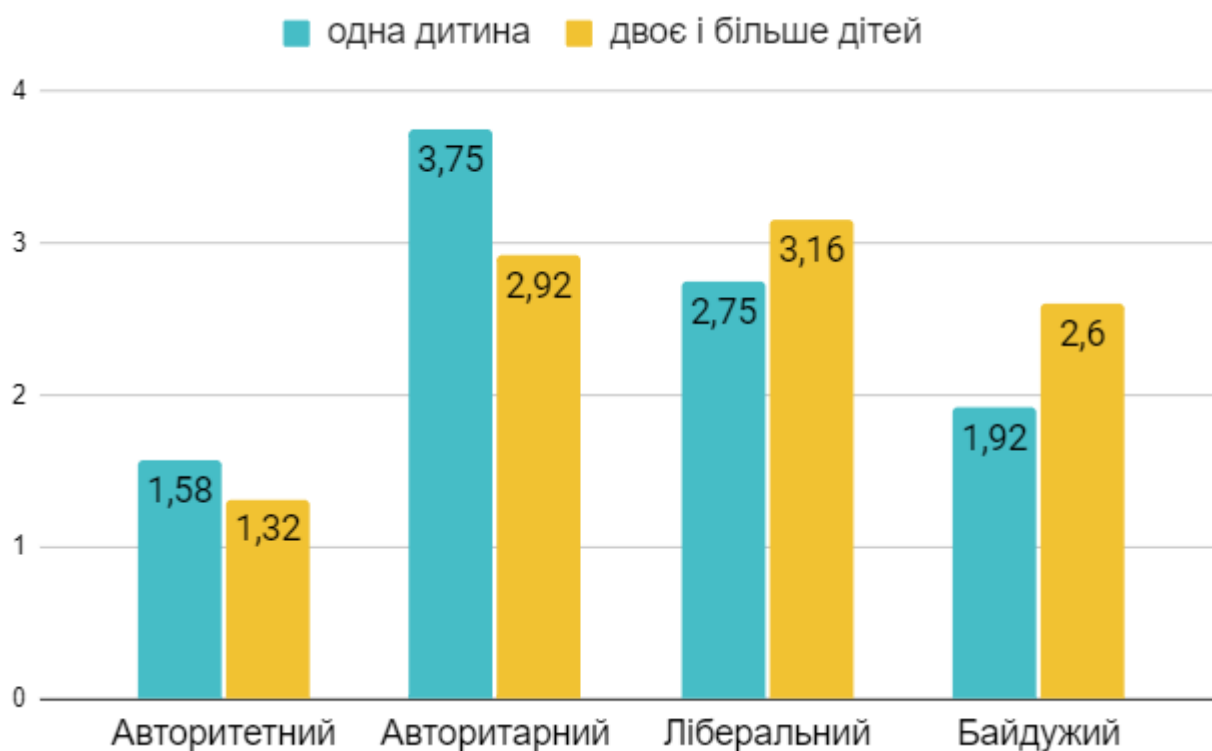
Рис.3.1.12 Коробкові діаграми за шкалою Ліберальний для груп до 35 років та від 36 років

Ми порівняли стилі батьківського виховання в групах, утворених в залежності від кількості дітей: одна дитина (12 осіб) та двоє і більше дітей (25 осіб). (ще 1 досліджувана виявилась вагітною, не брали в розрахунок).

Було встановлено, що ті, хто має двоє і більше дітей (Середнє = 2,6) мають вищий рівень байдужого виховання ніж ті, хто має одну дитину (Середнє = 1,92).

Також схоже на те, що ті, хто мають двоє і більше дітей, мають нижчий рівень авторитарного виховання (Середнє = 2,92) ніж ті, хто має одну дитину (Середнє = 3,75).

Встановлені відмінності зображено на *Рис.3.1.13*:



*Рис.3.1.13* Діаграми за шкалами стилей батьківського виховання між тими, хто має одну дитину та двоє і більше дітей

Не було встановлено відмінностей у стилях виховання між тими, кому допомагає та кому не допомагає партнер.

Оскільки основна мета нашої роботи – дослідити взаємозв'язок тривожності та стилей батьківського виховання, ми скористались кореляційним аналізом для встановлення відповідних зв'язків.

За допомогою кореляційного аналізу було встановлено, що ситуативна тривожність має позитивну кореляцію з ліберальним стилем виховання, тобто, чим вище ситуативна тривожність, тим більш схильні батьки обирати ліберальний стиль.

Інших кореляцій тривожності зі стилями виховання не було встановлено.

Таблиця 3.1.10.

**Кореляційні зв'язки шкал методики діагностики тривожності Ч.Д. Спілбергера, Л. Ханіна зі шкалами опитувальника стилей батьківського виховання**

		Ситуативна тривожність	Особистісна тривожність
Авторитетний (А)	коэф. Спірмена	-0.215	-0.034
	p	0.195	0.840
Авторитарний (Б)	коэф. Спірмена	-0.118	-0.031
	p	0.479	0.852
Ліберальний (В)	коэф. Спірмена	<b>0.338 *</b>	0.164
	p	0.038	0.326
Байдужий (Г)	коэф. Спірмена	-0.058	-0.157
	p	0.730	0.346

### 3.2. Практичні рекомендації щодо зменшення проявів стану тривожності

Отже, говорячи про виховання дітей, можна зробити висновок, що кожна сім'я володіє певними знаннями і виховними можливостями, тобто, виховним потенціалом. Від поєднання цих складових і від того, як скористаються батьки ними, залежать результати домашнього виховання.

Тому, вкрай важливо, щоб батьки були обізнані щодо стилів сімейного виховання і те, як виховання впливає на формування майбутньої особистості.

Оскільки, вагому роль у формуванні батьківської компетентності відведено підготовці до сімейних відносин, ми хотіли би запропонувати, аби підчас вагітності подружжя, які відвідують різні курси для майбутніх батьків, мали можливість вивчити питання не лише перебігу вагітності та проходження етапів пологів, а й дізнатися більше про те, у який керунок вибрати у вихованні дітей. Адже, як було зазначено у нашій роботі вище, від цього залежить формування особистості, соціуму, держави. Ми вважаємо, що такі заходи слід запроваджувати на рівні державної просвітницької програми.

Та як зазначають сучасні науковці, молодим батькам для формування своєї батьківської компетенції недостатньо лише передачі інформації щодо виховання. Вкрай важливо створити різні групи підтримки батьків, які передбачають регулярні зустрічі та обговорення своїх проблем у колі інших батьків та компетентного спеціаліста. У батьків має бути можливість отримати соціально-педагогічну та психолого-педагогічну підтримку у будь-який час.

Те, що існує взаємозв'язок між тривожністю та стилем сімейного виховання, доведено у нашому дослідженні, а саме: встановлено позитивну кореляцію між ліберальним стилем сімейного виховання та ситуативною тривожністю. І це не дивно, адже ліберальний стиль виховання передбачає надання повної свободи дітям, тому і виникнення тривоги батьків за таких обставин зовсім не безпідставне. А події, що пов'язані з початком війни в Україні значно підвищили рівень тривоги та стресу.

Щодо подолання стану тривожності існує чимало наукових методів.

Дослідники зазначають, що тривожність, як емоційний стан проявляється на психологічному та фізіологічному рівнях. Варто розуміти, що на фізіологічному рівні тривожність викликає прискорене серцебиття, поверхневе дихання, підвищення артеріального тиску, тремтіння. Розглядаючи психологічний рівень тривожності, потрібно зазначити, що зазвичай це відчуття незрозумілої напруги, почуття негативно забарвленого

занепокоєння та невизначеності. За таких відчуттів важко приймати те чи інше рішення.

Оскільки тривожність позначається на двох рівнях: тілесному і психологічному, слід працювати з подоланням негативних наслідків саме на цих рівнях.

Більшість кризових психологів три стані стресу та тривоги радять працювати з тілом. Отже, це вправи на «заземлення».

1. Необхідно обійняти себе, тобто, скласти руки «метеликом» на грудях так, щоб долоні лежали на ключицях, і легенько постукувати себе. Вібрація від удару схожа на серцебиття і діятиме на організм заспокійливо.
2. Великими пальцями фаланги потерти подушечки пальців на руках. Повільно розім'яти кожен палець. Потім промасажувати область на долоні під великим пальцем. Це допоможе швидко заспокоїтися.
3. Напружити всі м'язи тіла на руках і ногах, спині, животі, шії. Затримати так на 5 секунд, потім розслабте тіло. Потім по черзі розслабляти і напружувати різні групи м'язів. Цю вправу можна робити перед сном.
4. Сфокусувати зір на будь-якому квадратному або прямокутному предметі. Потім рахувати до "4". На рахунок "1" провести поглядом по одній стороні предмета і глибоко вдихнути. На рахунок "2" провести поглядом по другій стороні і видихнути і так далі. Продовжувати вправу до заспокоєння.
5. Для відновлення здатності орієнтуватися та когнітивних функцій головного мозку необхідно міцно притиснути ноги до землі, аби відчувати опору. Озирнутися навкруги та назвати 10 предметів одного кольору та 10 – різної фактури або форми.
6. Ефективною вважається заспокійлива техніка, яка зміцнює зв'язок з реальністю, застосовуючи 5 чуттів. Необхідно назвати 5 речей, які

зараз можна побачити навколо себе; 4 речі, яких можна торкнутися; 3 речі, які можна почути; 2 речі, які можна понюхати; 1 річ, яку можна спробувати на смак.

### **Висновки до третього розділу**

Отже, метою даного дослідження було емпірично дослідити взаємозв'язок тривожності жінок-матерів та вибір стилю сімейного виховання. В цьому розділі проаналізовано анамнестичну анкету вибірки дослідження, яка враховувалася під час інтерпретації результатів. Використані діагностичні методики, виявлені рівні тривожності у вибірки жінок, рівні суб'єктивного благополуччя та стилі сімейного виховання, якими вони керуються. Опрацьовано результати дослідження, використовуючи математичні методи аналізу за ключами обраних методик, а також вбудовані ресурси Microsoft Office (графіки, діаграми, схеми, таблиці), а також здійснено кореляційний аналіз результатів, використовуючи параметричні критерії в програмі Jamovi 0.9.1.11. Інтерпретовано результати дослідження та встановлено, що:

- авторитарний стиль виховання достовірно вищий за вибіркою ніж байдужий, авторитетний та ліберальний;
- старші матері (від 36 років) мають вищий рівень авторитарного стилю виховання;
- матері, яким менше 36 років більш схильні обирати ліберальний стиль виховання;
- не встановлено відмінності рівня тривожності між віковими групами до 35 та від 36 років;
- ситуативна, так і особистісна тривожність, корелюють негативно майже з усіма шкалами психологічного благополуччя. Тобто, чим вищий рівень тривожності у респондентки, тим нижче відчуття суб'єктивного благополуччя;

– ситуативна тривожність має позитивну кореляцію з ліберальним стилем виховання, тобто, чим вище тривожність, тим більш схильні батьки обирати ліберальний стиль. Потенційно, респондентки, що обирають ліберальний тип сімейного виховання мають вищу тривожність ніж ті, що керуються у вихованні змішаним типом поведінки. Інших кореляцій тривожності зі стилями виховання не було встановлено.

Також, в даному розділі нами розглянуто проблематику підтримки молодих батьків та внесена пропозиція ознайомлення молодих батьків щодо існуючих стилів виховання, а також нами представлені ефективні та доведені способи зниження рівня тривожності.

## ВИСНОВКИ

Сім'я – це згуртована команда, об'єднана не лише родинним зв'язком, а й духовним. Виховання дітей завжди починається з розуміння дорослими власної індивідуальності та своїх особливостей. Однією із особистісних особливостей, яка притаманна майже кожному є тривожність. Це індивідуальна психологічна особливість, яка полягає в підвищеній схильності відчувати занепокоєння в найрізноманітніших життєвих ситуаціях.

Виховання дітей – це не лише система виховних заходів, а й складний та динамічний процес, що спрямований на формування всебічно і гармонійно розвиненої особистості. І не дивно, що батьки часто відчують тривожність з приводу того, чи вірно вони обрали вектор виховання та чи їх батьківська позиція сприяє гармонійному розвитку особистості їх нащадка.

Перш ніж вибрати стиль виховання, батьки повинні зрозуміти, які цінності вони можуть і хочуть передати дитині, чого від неї чекають, і яка у їх уявленні повинна бути ідеальна сім'я.

Хоча відповідальність за дітей покладена на обох батьків, вихованням дітей займається, в основному, матір. Тому важливість материнської поведінки для розвитку дитини, її складна структура та шлях розвитку, а також величезна кількість сучасних досліджень у цій галузі дозволяють говорити про материнство як самостійну реальність, що вимагає розробки цілісного наукового підходу для його дослідження.

В теоретичному розділі розглянуті поняття «сім'я», «виховання», стилі сімейного виховання та поняття тривожності. В межах емпіричного дослідження в цій роботі було проведено дослідження взаємозв'язку рівня тривожності матері зі стилем виховання дитини. За основу взяті стилі батьківської поведінки, запропоновані С. Степановим.

В емпіричній частині дослідження використані діагностичні методики, у вибірці жінок виявлені рівні тривожності, суб'єктивного благополуччя та стилі сімейного виховання, якими вони керуються. Опрацьовано результати

дослідження, використовуючи математичні методи аналізу за ключами обраних методик, а також вбудовані ресурси Microsoft Office (графіки, діаграми, таблиці). Здійснено кореляційний аналіз результатів, використовуючи параметричні критерії в програмі Jamovi 0.9.1.11. Інтерпретовано результати дослідження.

В результаті встановлено, що жінки-матері віком від 36 років в вихованні дітей схильні керуватися авторитарним стилем, на відміну від більш молодших – які обирають ліберальний стиль. Варто зазначити, що саме більшість нашої вибірки складала жінки від 25- 36 років (20 осіб з 38). Рівень тривожності у цих двох вікових групах не різниться.

Звернемо увагу на те, що рівень суб'єктивного благополуччя сім'ї залежить від багатьох чинників, одним з яких є особистісні особливості батьків. Нами встановлено, що тривожність (як особистісна, так і ситуативна) має безпосередній зв'язок з відчуттям задоволеністю життям, з рівнем суб'єктивного благополуччя респонденток. Тобто, чим вищий рівень тривожності, тим відзначався нижчий рівень суб'єктивного благополуччя.

Оскільки основна мета нашої роботи – вивчення взаємозв'язку дитячо-материнських відносин у матерів з різним рівнем тривожності і дослідити залежність тривожності та стилей батьківського виховання, нами було встановлено, що чим вищий рівень тривожності, тим більш схильні батьки обирати ліберальний стиль. Потенційно, респондентки, що обирають ліберальний тип сімейного виховання мають вищу тривожність. І це не дивно, адже ліберальний стиль виховання характеризується наданням повної свободи і самостійності дітям, а головною фігурою у відносинах «батьки — дитина» є дитина, а не батьки. Ліберальні батьки прагнуть дати дітям усе найкраще, але керуючись такими благими намірами, їх зусилля можуть призвести до прямо протилежних наслідків. Адже, надання дітям надмірної свободи так само небезпечно для становлення їх особистості, як і надмірне її обмеження.

У сучасних українських реаліях крайня нестабільність, повномасштабний військовий конфлікт, погіршення політичної та економічної ситуації, масове переміщення осіб є одним із найбільших викликів, з якими зіткнулася Україна за часи незалежності. Жінки-матері, що були змушені покинути Україну разом з дітьми у зв'язку з війною, продовжують займатися їх вихованням самотужки. Усвідомлення важливості і відповідальності, що лягла на їх плечі, за таких обставин, посилює стан тривоги. Тому важливо бути обізнаними та володіти техніками, що допомагають знизити рівень тривожності.

Підсумовуюче усе вище згадане, можемо відзначити, що всі завдання дослідження виконані, тому мету даної роботи вважаємо досягнутою.

## СПИСОК ДЖЕРЕЛ І ЛІТЕРАТУРИ

1. *Астапов В. М.* Тривога и тревожность. СПб. Питер, 2001. 256с
2. *Варій М. Й.* Психологія: навч. пос. [для студ. вищ. навч. закл.] [2-ге вид.] / Варій М.Й. - К.: Центр учбової літератури, 2009. - 288 с.
3. *Волинець Н. В.* Теоретичний аналіз категорії “психологічне благополуччя особистості”/Волинець Н. В.// Збірник наукових праць “Теорія і практика сучасної психології”. – 2017. – Вип.1 – С. 4–17.
4. *Волкова Е.М.* Трудные дети и трудные родители / Е.М. Волкова // Психология. – 2001. – №8. – С. 16–18.
5. *Волошок О.В.* Психологічний аналіз проблеми тривожності особистості. Збірник наукових праць КПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України. Проблеми сучасної психології. 2010. Випуск 10. С. 120-128
6. *Выготский Л.С.* Психология развития человека / Л.С. Выготский. –М. : Смысл, 2004. – 1136с.
7. *Ермихина М. Ю.* Формирование осознанного родительства на основе субъективно-психологических факторов: дис. ... канд. психол. наук Казань, 2004. С. 34-45
8. *Ерніязова В.* Стиль сімейного виховання і самооцінка дитини Педагогіка і психологія професійної освіти. 2009. №3. С.224–228.
9. *Іванов Д.І.* Психологічний аналіз системи дитячо–батьківських відносин в парадигмі глибинної психології : автореф. дис. ... канд. психол. наук Одеса, 2005. 20 с
10. *Капустин С. А.* Стили родительского воспитания в семьях клиентов психологической консультации по детско-родительским проблемам // Вестник Московского университета.Серия 14. Психология. 2014. – (№4).
11. *Карсаканова С. В.* Опитувальник “Шкали психологічного благополуччя” К. Ріфф: процес та результати адаптації/Карсаканова С.

- В.//Практична психологія та соціальна робота. – 2011. – Вип.1. – С. 1–10.
- 12.Ковалев С.В. Психология семейных отношений / С.В. Ковалев. – М. : Педагогика, 1987. – 160с
- 13.Кошлань И. Специфика стилей воспитания в семьях детей с разными типами эмоциональности / И. Кошлань // Наука і освіта. – 2006. – №5.– С.43–46.
- 14.Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб. : Питер, 2000. – 635с.
- 15.Кузьмінський А.І. Педагогіка у запитаннях і відповідях : навчальний посібник для вузів / А. І. Кузьмінський, В. Л. Омеляненко . – Київ : Знання, 2006 . – 311 с.
- 16.Кунченко-Харченко В.І. Правознавство. Навчальний посібник / Кунченко-Харченко В.І., Печерський В.Г., Трубін Ю.Ю. – К.: Кондор, 2011. – 474 с.
- 17.Курпіта О.А. Вплив стилю сімейного виховання на особистісний розвиток молодшого школяра / О.А. Курпіта, І.М. Періг // Матеріали VIII Міжнародної науково-технічної конференції молодих учених та студентів. Актуальні задачі сучасних технологій. – Тернопіль: Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, 2019. – С. 134 – 135
- 18.Кучеренко Ж. Емоційний інтелект дошкільників: шляхи розвитку [Текст] / Ж. Кучеренко // Вихователь-методист дошкільного закладу. – 2016. – № 7. – С. 54–59.
- 19.Леонтьев Д. А. Экзистенциальная тревога и как с ней не бороться. Моск. психотерапевт. журн. 2003. № 2 –С. 107–119.
- 20.Лурия А.Р. Лекции по общей психологии. СПб. Питер, 2004. 320 с.
- 21.Майстренко Л.В. Вплив біологічних факторів на розвиток емоційного інтелекту/Л.В. Майстренко// «Молодий вчений». – 2017. - № 4.1 - С. 25-28.

22. *Мак-Вильямс Н.* Психоаналитическая диагностика. Понимание структуры личности в клиническом процессе. – М., 1998. – 480 с.
23. *Маценко Л. М.* Педагогіка сімейного виховання: підручник. Вид. 3-тє, доп., перероб. / Л.М. Маценко. – К.: ЦП «Компринт», 2019. – 376 с.
24. *Міні-лекція «Сумісність типів темпераменту».* [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://infopedia.su/9xcefc.html>
25. *Молдабаева Р.А.* Психологическая готовность к материнству женщин, ожидающих первого и второго ребенка. Инновационная наука. №5-2 2018. С. 143-146.
26. *Мэй Р.* Смысл тревоги. М. Класс, 2001. 384 с.
27. *Нехорошкова А. Н.* Проблема тревожности как сложного психофизиологического явления. Экология человека. Институт медико-биологических исследований Северного (Арктического) федерального университета имени М. В. Ломоносова, г. Архангельск. 2014. С. 47-54.
28. *Орищенко О. А., Березовська Ю. В.* Переживання психологічного благополуччя осіб з різним типом емпатії. Проблеми сучасної психології особистості. Вип. ІХ: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених та студентів (17-18 травня 2017 р., м. Одеса). – Одеса: ВМВ, 2018. – С. 74–78.
29. *Ортинський В. Л.* Педагогіка вищої школи. навч. посіб. [для студ. вищ. навч. закл.] / Ортинський В.Л. - К.: Центр учбової літератури, 2009. - 472с.
30. *Опросник С. Степанова "Стили родительского поведения"* <http://pavl-school.ru/doc/psixo/stili.pdf>
31. *Оцінка рівня тривожності (Тест Спілбергера-Ханіна)* [https://psylab.info/Шкала\\_тревоги\\_Спилбергера/Тестовый\\_материал](https://psylab.info/Шкала_тревоги_Спилбергера/Тестовый_материал)
32. *Пахоль Б. Є.* Суб'єктивне та психологічне благополуччя: сучасні і класичні підходи, моделі, чинники/Пахоль Б. Є.//Український психологічний журнал. – 2017. – №1 (3). – С. 80–104.

33. *Петровский В.А.* Отчуждение как феномен детско–родительских отношений. Вопросы психологии. 2001. №1. С. 19–26.
34. *Прихожан А. М.* Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика СПб. Питер, 2007. 192 с.
35. *Савеньшева С.* Отношение к материнству у современных женщин// Вестник Санкт-петербургского университета, Сер. 12. 2008. Вып. 4. С. 45-54.
36. *Сет.Дж.Хиллиган.* Тривога, гнев, прокрастинация. 10 стратегий для самостоятельной работы СЕТ ДЖ. ГИЛЛИХАН. ЭКСМО, 2020, 272с.
37. *Смірнова О.О.* Теорія прив'язаності: концепція та експеримент / О.О. Смірнова // Питання психології. – М., 1995. – С. 139–150 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.voppsy.ru/issues/1995/953/953139.htm>
38. *Столярчук О. А.* Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. / Столярчук О. А. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. – 136 с.
39. *Стоссел С.* Век тревожности: страхи, надежды, неврозы и поиски душевного покоя.ООО «Альпина нон-фикшн», 2016, 464 с.
40. *Тихомирова Е.В.* Женщина в ранний период материнства как объект психологического исследования. Ярославский педагогический вестник 2016 № 4. С.141-151.
41. *Томчук С.М., Томчук М.І.* Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі. Вінниця: КВНЗ «ВАНО», 2018. 200с.
42. *Трофімов Ю.Л.* Психологія: підручник / Трофімов Ю.Л. - К.: Либідь, 2008. - 560 с.
43. *Устинова Н.А.* Детерминанты развития самосознания матери. Дискуссия, № 6 (24) ИЮНЬ 2012. С. 158-132.
44. *Фіцула М.М.* Педагогіка: Навчальний посібник для студентів вищих педагогічних закладів освіти / Фіцула М.М. – К., 2002. – 528 с.

45. *Филиппова Г. Г.* Психология материнства: Учебное пособие. М. Изд-во ин-та Психотерапии, 2002. С. 122-127.
46. *Фрейд З.* Собрание сочинений в 10 томах. Том 6. Истерия и страх. – М.: «Фирма СТД», 2006.
47. *Ханин Ю. Л.* Межличностная и внутригрупповая тревога в условиях значимой совместной деятельности. *Вопр. психологии.* 1991. № 5. С. 51–55.
48. *Хорни К.* Невротическая личность нашего времени. Самоанализ. М.: Айрис-пресс, 2004. 464 с.
49. *Чернявська А.* Емоційний інтелект – запорука успішного навчання / А. Чернявська // Молодь і ринок. – 2012. – №12(95). – С. 136–139
50. *Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П.* Психологическое благополучие личности. // Психологическая диагностика. – 2005. – №3. – С.91–121.
51. *Шкала психологического благополучия К. Рифф.* URL: [https://psylab.info/%D0%A8%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0\\_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5](https://psylab.info/%D0%A8%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5)
52. *Шнейдер Л.Б.* Психология семейных отношений. Курс лекций. Апрель Пресс, 2000. 512 с
53. *Щукина Е.Г.* Развитие материнского поведения при повышенной тревоге во время беременности. *Экология человека* 2006.7. С.47-53.
54. *Эйдмиллер Э. Г., Юстицкий В. В.* Семейная психотерапия. Л., 1992. 452 с.
55. *Якупова В. А.* Психологические условия успешного освоения материнской роли. *Консультативная психология и психотерапия.* 2017. Т. 25, № 1. С. 59–71
56. *Bowlby J.* Maternal care and mental health. Geneva: Claridge, 1987. 321 p

57. *Google-форма* для збору діагностичного матеріалу  
[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScuowcNJmXCoVg8gz4U0PboB2Qfy9vF2Et\\_XDk6ODi2uM9y\\_w/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScuowcNJmXCoVg8gz4U0PboB2Qfy9vF2Et_XDk6ODi2uM9y_w/viewform)
58. *Murray L., Sinclair D., Cooper P., Ducournau P., Turner P., Stein A.* The Socioemotional Development of 5-year-old Children of Postnatally Depressed Mothers // *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 1999. Vol. 40, Issue 8. P. 1259–1271
59. *Ryff C. D.* “Eudaimonic Well-being,” in *Diversity in Harmony – Insights from Psychology: Proceedings of the 31st International Congress of Psychology*, (New York, NY: John Wiley and Sons), 2018, pp. 375.

## ДОДАТКИ

### Додаток А

Зведена таблиця результатів діагностики за психодіагностичними методиками Ч.Д.Спілберга та К.Ріфф

№	Рівень ситуативної тривожності	Рівень особистісної тривожності	Рівень суб'єктивного благополуччя
1.	35	36	396
2.	56	49	355
3.	54	52	301
4.	45	50	379
5.	57	64	323
6.	34	34	403
7.	40	46	379
8.	52	60	285
9.	41	41	379
10.	56	58	332
11.	35	34	396
12.	37	36	448
13.	31	42	431
14.	34	44	436
15.	39	34	370
16.	62	69	279
17.	40	37	420
18.	49	49	389
19.	40	33	462
20.	46	41	373

21.	26	30	440
22.	32	32	415
23.	47	48	343
24.	41	42	399
25.	45	56	290
26.	33	44	399
27.	31	37	378
28.	44	41	384
29.	53	60	333
30.	49	52	279
31.	51	50	298
32.	51	57	283
33.	53	55	278
34.	49	53	311
35.	51	56	306
36.	38	57	298
37.	48	54	272
38.	43	53	276

### Додаток Б

#### Зведена таблиця результатів за методикою С. Степанова

А	Б	В	Г	Вибір стилю
2	4	2	2	Б
0	2	5	3	В
2	2	4	2	В
1	3	5	1	В
1	2	4	3	В

2	4	2	2	В
1	4	3	2	Б
1	3	3	3	БВГ
2	5	1	2	Б
2	2	4	2	В
1	2	3	4	Г
1	4	4	1	БВ
1	3	3	3	БВГ
1	4	2	3	Б
1	3	3	3	БВГ
1	5	3	1	Б
1	5	2	2	Б
2	4	2	2	Б
2	3	3	2	БВ
1	4	3	2	Б
1	3	3	3	БВГ
2	1	4	3	В
1	4	3	2	Б
1	2	4	3	В
2	4	2	2	Б
2	2	3	3	ВГ
1	4	3	2	Б
1	3	3	3	БВГ
1	4	2	3	Б
1	1	4	4	ВГ
2	1	4	3	В
1	2	6	1	В
0	3	3	4	Г
1	2	4	3	В
1	5	3	1	Б
4	4	2	0	АБ
1	5	3	1	Б
4	2	1	3	А