

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка

Навчально-науковий інститут психології та соціальної роботи

Кафедра загальної, вікової і соціальної психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

освітнього ступеня: «магістр»

на тему

**«ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ДІВЧАТ-ПІДЛІТКІВ З РІЗНИМ ТИПОМ
СТОСУНКІВ З МАТІР'Ю»**

Виконала:

студентка VI курсу, 61 групи

Шкардибарда Катерина Вікторівна

Науковий керівник:

Примак Юлія Володимирівна,

канд. психол. наук, доцент

Захищено з оцінкою _____

Голова ЕК _____

Чернігів – 2022

Студент(ка)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Науковий керівник

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Рецензент

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Кваліфікаційна робота розглянута на засіданні кафедри загальної, вікової та соціальної психології, протокол № _____ від «____» _____ 2022 року.

Студент(ка) допускається до захисту даної роботи в екзаменаційній комісії.

Завідувач кафедри

(підпис)

(прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
 РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У КОНТЕКСТІ СТОСУНКІВ МІЖ МАТЕР'Ю І ДОЧКОЮ-ПІДЛІТКОМ	
1.1. Феномен емоційного інтелекту: зміст, структурні складові та підходи до його вивчення	7
1.2. Психологічна характеристика особистості підліткового віку	14
1.3. Стосунки між матір'ю і дочкою: типи та особливості	21
Висновки до першого розділу	30
 РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ДІВЧАТ-ПІДЛІТКІВ З РІЗНИМ ТИПОМ СТОСУНКІВ З МАТЕР'Ю	
2.1. Характеристика вибірки та методів емпіричного дослідження	31
2.2. Опис результатів дослідження особливостей емоційного інтелекту дівчат-підлітків з різним типом стосунків з матір'ю	34
2.3. Тренінгова програма взаємодії батьків з дітьми підліткового віку	48
Висновки до другого розділу	59
 ВИСНОВКИ	 61
 ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	 63
 ДОДАТКИ	 67

ВСТУП

Актуальність теми. Зростаюча потреба у дослідженні емоційного інтелекту підлітків тісно пов'язана з впливом на них не тільки зовнішнього середовища в умовах глобальних соціально-економічних змін. Велике значення має найближче оточення та, найголовніше, стосунки між підлітками та їх батьками.

Емоційний інтелект у підлітковому віці зазнає якісних змін, що стосуються когнітивної, емоційної та особистісної сфер. Саме в цьому віці розвивається здатність адекватно інтерпретувати як власні емоції та почуття, так і емоції та почуття інших людей, формується здатність обробляти інформацію, що походить від емоцій, використовуючи її для висновку та прийняття конкретного рішення. Емоційний інтелект є основою ефективної взаємодії дівчат-підлітків не тільки з ровесниками, а й з матір'ю.

Знання особливостей стосунків з матір'ю та емоційного інтелекту дівчат-підлітків дозволять коректно й ефективно організувати психологічне консультування та корекційно-розвивальну роботу у напрямку взаємовідносин дівчат підліткового віку з їх матерями.

Об'єктом дослідження виступає феномен емоційного інтелекту.

Предметом дослідження є особливості емоційного інтелекту дівчат-підлітків з різним типом стосунків з матір'ю.

Метою дослідження є виявлення особливостей емоційного інтелекту дівчат-підлітків з різним типом стосунків з матір'ю.

Згідно з поставленою метою було визначено *основні завдання дослідження*:

- 1) Проаналізувати науково-теоретичну літературу з проблем розвитку емоційного інтелекту.
- 2) Теоретично обґрунтувати психологічні особливості підліткового віку і охарактеризувати основні типи стосунків між матір'ю і дочкою-підлітком.

3) Організувати емпіричне дослідження емоційного інтелекту та типів стосунків з матір'ю серед дівчат-підлітків (у контексті виявлення особливостей першого за різних умов).

4) Запропонувати тренінгову програму щодо взаємодії матерів з доньками підліткового віку, насамперед опрацьовуючи значущі індикатори емоційного інтелекту.

Теоретико-методологічною основою дослідження стали концептуальні положення таких дослідників, як Р. Бар-Она, Дж. Блок, Д. Гоулмана, М. Зайднер, Д. Карузо, П. Лопес, Дж. Майера, Дж. Меттьюс, Г. Орме, Дж. Сайаррочі, Д. Слайтер, Р. Робертс.

Проблему емоційного інтелекту розглядали: Л. Божович, Л. Виготський, Д. Гоулман, С. Дерев'янка, Т. Драгунова, Д. Ельконін, С. Марчук, С. Могиляста, Г. Цукерман, Д. Фельдштейн, тощо.

Дослідженням особливостей підліткового віку приділяли увагу такі науковці, як О. Альошина, Г. Варга, Л. Гозман, П. Єрис, Є. Захарова, О. Карабанова, Р. Овчарова, Е. Счіфер, Н. Цветкова, Р. Чарнецька, – зокрема вони займалися вивченням особливостей взаємовідносин батьків і дітей.

Методи дослідження. Для розв'язання поставлених завдань використано комплекс взаємодоповняльних методів дослідження:

1) Методи теоретичного аналізу проблеми (аналіз і систематизація) застосовано для узагальнення теоретико-методологічних засад дослідження феномена емоційного інтелекту у контексті підліткових взаємовідносин з батьками, а саме дівчат-підлітків з матерями.

2) Емпіричні методи: для дослідження емоційного інтелекту дівчат-підлітків було використано методику «ЕмІн» Д. Люсіна; з метою дослідження особливостей ставлення дівчат-підлітків до поведінки і методів виховання батьками нами було використано методику ADOR: «Поведінка батьків і ставлення підлітків до них» та авторську анкету.

3) Кількісний аналіз результатів проводився за допомогою математико-статистичних методів обробки емпіричних даних: первинного статистичного аналізу, порівняння середніх значень (t-критерій Стюдента).

Теоретичне й емпіричне дослідження проводилося протягом 2021-2022 рр. Ним було охоплено 58 дівчат підліткового віку, які проживають у м. Чернігів, середній вік яких – 14 років.

Наукова новизна дослідження передбачає можливість врахування його результатів для покращення взаємодії респонденток – дівчат підліткового віку, уточнення знань щодо особливостей емоційного інтелекту дівчат-підлітків з різним типом стосунків з матір'ю.

Теоретичне значення полягає в тому, що у кваліфікаційній роботі проведено аналіз поняття емоційного інтелекту, розглянуто особливості взаємин між батьками та дітьми підліткового віку, а саме між дівчатами-підлітками та їхніми матерями, що може бути використано в ході подальшого вивчення цієї проблеми.

Практичне значення полягає у можливості використання результатів теоретико-емпіричного дослідження в освітньому процесі ЗВО під час викладання навчальної дисципліни «Психологія сім'ї», «Психологія емоційного інтелекту» тощо. Також отримані матеріали будуть корисними при розробці корекційно-розвивальних і тренінгових занять, спрямованих на налагодження стосунків між матір'ю та донькою-підлітком.

Структура роботи зумовлена її метою та завданнями і складається зі вступу, двох розділів, переліку використаних джерел (38 найменувань) та додатків. У першому розділі наведено результати теоретичного аналізу проблеми, проаналізовано сутність феномену емоційного інтелекту, описано психологічні особливості підлітків, виділено й охарактеризовано типи стосунків між матір'ю і дочкою-підлітком. У другому розділі здійснено опис процедури емпіричного дослідження, отриманих результатів, їхній аналіз та представлено тренінгову програму взаємодії матері з доньками підліткового

віку. Загальний обсяг роботи становить 71 сторінка, основний зміст – 57 сторінок.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У КОНТЕКСТІ СТОСУНКІВ МІЖ МАТЕР'Ю І ДОЧКОЮ-ПІДЛІТКОМ

1.1. Феномен емоційного інтелекту: зміст, структурні складові та підходи до його вивчення

Дослідження емоційного інтелекту у психологічній науці почалося порівняно нещодавно. Зміст цього явища трактується у працях зарубіжних вчених-дослідників Р. Бар-Она, Дж. Блок, Д. Гоулмана, М. Зайднер, Д. Карузо, М. Кетс де Вріс, П. Лопес, Дж. Мейера, Дж. Меттьюс, Г. Орме, Р. Робертс, Дж. Сайаррочі, Д. Слайтер, Р. Стернберг. На сучасному етапі проблема емоційного інтелекту висвітлюється у дослідженнях таких вчених: Д. Люсіна, А. Карпова, А. Петровскої та ін.

В Україні вивчення емоційного інтелекту пов'язане з дослідженнями таких вчених, як І. Аршави, О. Власової, С. Дерев'янка, Н. Ковриги, С. Марчук, С. Могиляста, Е. Носенко, та ін.

Дослідники акцентують увагу на необхідності розвитку емоційного інтелекту, оскільки це сприяє успішній особистісній та професійній самореалізації особистості в майбутньому. Особистість, в якій гарно розвинутий емоційний інтелект, здатна до розуміння і аналізу власних емоцій та емоцій інших людей, що сприяє формуванню здорових і гармонійних взаємовідносин із навколишнім світом [16, 18].

Введенню терміну «емоційний інтелект» в психологічну науку передувала поступова зміна точки зору на співвідношення емоційних і пізнавальних процесів.

У XX-XXI століттях вчений Дж. Мейер виділив п'ять періодів вивчення явища емоційного інтелекту:

- 1) 1900-1969 роки – дослідження емоцій та інтелекту були відносно відособлені;
- 2) 1970-1989 роки – в центрі уваги дослідників перебував взаємний вплив когнітивних і інтелектуальних процесів;
- 3) 1990-1993 роки – емоційний інтелект визначений в якості предмета психологічного дослідження;
- 4) 1994-1997 роки – емоційний інтелект популяризований;
- 5) з 1998 року по теперішній час – відбувається прояснення сутності феномену [26].

Американський психолог Г. Гарднер зробив припущення про множинність форм прояву інтелекту. До цих форм належать: просторові, вербальні, кінестетичні, музичні, логіко-математичні, внутрішньо-особистісні та міжособистісні [37]. Внутрішньо-особистісні форми спрямовують увагу на власні емоції, а міжособистісні – на емоції інших людей. Під поняттям «міжособистісний інтелект» розуміють здатність особистості розуміти інших людей, ставитися з повагою до емоцій оточуючих, ефективно взаємодіяти з соціумом [16]. У дослідженнях Е. Торндайка це психологічне явище має назву соціальний інтелект. Цей вид інтелекту пов'язаний із сферою людських взаємин, міжособистісних стосунків, спілкування [25].

Найпершими вченими, які запропонували визначення терміну «емоційний інтелект», стали американські психологи Дж. Мейер і П. Селовей. Це відбулося в 1990 році і було зафіксовано в їх науковій роботі, де вони висвітлили методику дослідження цього явища [38].

Психолог Дж. Мейер стверджував, що в 1994 р. стався незвичний переворот подій: феномен «емоційний інтелект» стали більш досліджувати, а галузь дослідження починає розширюватись. Популяризування емоційного інтелекту почалося з виходу у світ книги Д. Гоулмана, яка мала назву «Емоційний інтелект». У своїй книзі автор доводить, що успіх особистості в житті залежить найбільшим чином від вміння керувати своїми емоціями. На думку Д. Гоулмана, під емоційним інтелектом розуміють здатність до

усвідомлення власних почуттів, почуттів інших людей, вміння мотивувати самого себе та інших, управління емоціями, як наодинці з самим собою, так і стосовно інших [8].

Відповідно до поглядів Дж. Мейера, в сучасній психологічній науці існують «два» емоційних інтелекти. Перший емоційний інтелект швидко набувається і служить кращим гарантом успіху в житті особистості, а другий є науковим феноменом.

Дослідниками Д. Карузо, Дж. Мейером П. Селовей, була розроблена чотирьох компонентна модель емоційного інтелекту:

1. Сприйняття, ідентифікація емоцій, їх вираження, що відображено в здатності до сприймання та визначення емоцій, вмінні помічати факт наявності емоції, вміння диференціювати істинні і помилкові вирази емоцій.

2. Фасилітація мислення, яка проявляється у здатності викликати певну емоцію і контролювати її.

3. Розуміння емоцій, яке передбачає здатність розуміти емоції, зв'язки між ними, перехід від однієї емоції до іншої, причини появи будь-якої емоції, критичний аналіз емоцій, вміння правильно класифікувати емоції, здатність до інтерпретації емоцій.

4. Управління емоціями, що відображається у здатності здійснювати контроль над емоціями, умінні знижувати інтенсивність негативних емоцій.

Здійснивши критичний аналіз зазначеної моделі можна зробити висновок, що вона являє собою моделі здібностей, оскільки, її засновники висвітлюють емоційний інтелект як когнітивну здатність [13, 38].

Д. Гоулмен на основі вищезапропонованої моделі розробив власну структуру емоційного інтелекту, яка мала 5 складових [8]:

1. Ідентифікування емоційних станів, розуміння взаємозв'язків між емоціями, мисленням і дією.

2. Управління емоційним станом, яке проявляється в здатності контролювати емоції і заміні небажаних емоційних станів адекватними.

3. Здатність входити в емоційні стани, які сприяють досягненню успіху.

4. Здатність до ідентифікації емоцій інших людей, чутливості до них і управління емоціями інших.

5. Здатність вступу в міжособистісні відносини з іншими людьми і підтримки цих відносин.

Вченим Р. Бар-Он була розроблена наступна структура емоційного інтелекту, яка охоплювала такі компоненти:

1. Пізнання себе, що відображається в усвідомленні власних емоцій, впевненості в собі, самоповазі, самоактуалізації, незалежності.

2. Навички міжособистісного спілкування - це здатність до емпатії, міжособистісних взаємин, соціальної відповідальності.

3. Здатність до адаптації, яка полягає в вмінні вирішувати проблеми зв'язку з реальністю, гнучкості.

4. Управління стресом, яке проявляється у стійкості до стресу, контролю імпульсивності.

5. Переважання певного настрою (щастя, оптимізму) [36].

Вченими було встановлено, що емоційний інтелект формується протягом всього життя людини під впливом цілого ряду чинників. До цих чинників належать:

1. Когнітивні здібності, які характеризуються швидкістю і точністю переробки емоційної інформації.

2. Уявлення про емоції як про цінності, як про важливе джерело інформації про самого себе та інших людей.

3. Особливості емоційності – це емоційна стійкість, емоційна чутливість та ін. [28].

Дослідники по-різному підходять до трактування і вивчення явища емоційного інтелекту. Так, на думку вчених Д. Карузо, Дж. Мейера, П. Селовея, емоційний інтелект – це група ментальних здібностей, які покращують усвідомлення і розуміння власних емоцій та емоцій інших. Ця група дослідників розглядає емоційний інтелект як підструктуру соціального інтелекту, яка поєднує в собі здатність до спостереження за власними

емоціями та емоціями інших людей та вміння розрізняти їх і використовувати отриману інформацію для управління мисленням і діями [38].

У власній теорії Д. Гоулмен стверджував, що емоційний інтелект – це здатність особистості, яка проявляється у вмінні тлумачити свої емоції та емоції інших для подальшого використання отриманої інформації стосовно реалізації особистих цілей [8].

Також Д. Гоулмен у спільному дослідженні з Р. Бояцисом та Е. Маккі визначив два різні типи навичок, які характерні для людей з високим рівнем емоційного інтелекту. До таких навичок автори віднесли такі:

- 1) особистісні навички, куди входять можливості, спрямовані на контроль людини за власним емоційним станом;
- 2) соціальні навички – здатність керувати взаєминами з оточуючими людьми.

Р. Бар-Он розуміє під поняттям «емоційний інтелект» безліч некогнітивних здібностей і навичок, які впливають на здатність успішно справлятися з вимогами і тиском суспільства [8].

Згідно власних досліджень явища емоційного інтелекту, Д. Люсін трактує його як конструкт, який має подвійну природу. З одного боку, він тісно пов'язаний з когнітивними здібностями, а з іншого – з особистісними характеристиками [25].

На думку Г. Гарскової, емоції вказують на ставлення особи до різних сфер життя і до самої себе, а інтелект допомагає розумінню цих взаємин, з чого можна зробити висновок, що емоції можуть виступати об'єктом інтелектуальних операцій. Ці інтелектуальні операції з емоціями відбуваються на основі вербалізації емоцій, яка базується на їхньому усвідомленні. Вчена розуміє під поняттям «емоційний інтелект» здатність до розуміння стосунків особистості, репрезентованих в емоціях і управління емоційною сферою, спираючись на інтелектуальний аналіз і синтез [11].

Вчені А. Карпов і А. Петровська наполягають на тому, що емоційний інтелект – це метапроцесуальний феномен. На їхню думку, це утворення одночасно когнітивне (розуміння індивідом власних емоцій і почуттів інших людей) і регулятивне (регуляція власних емоційних процесів і контроль емоцій інших) [11].

Проблема вивчення інтелекту є однією з найбільш складних у рамках психологічних дисциплін. На сьогоднішній день існує ряд визначень терміну «інтелект», за допомогою яких автори намагаються визначити суть досліджуваного ними явища.

Зокрема автор Р. Штернберг описує інтелект як «здатність людини досягати успіху з позиції його індивідуальних стандартів, в рамках його соціокультурного контексту» [33].

Отже, існує декілька головних теорій, які висвітлюють емоційний інтелект як феномен психологічної науки: по-перше, теорія емоційних і інтелектуальних здібностей Дж. Мейера, П. Селовея, Д. Карузо; теорія емоційних компетентностей Д. Гоулман – з того часу розпочалася популяризація цього напрямку в психологічній науці; некогнітивна теорія емоційного інтелекту Р. Бар-Она; двокомпонентна теорія Д. Люсіна – виділення міжособистісного і внутрішньо-особистісного аспектів емоційного інтелекту. Всі зазначені теорії вбирають в себе сукупність здібностей, які допоможуть індивіду зрозуміти і контролювати власні емоції та емоції інших [8, 25, 38].

На основі індивідуально-психологічних особливостей особистості, описаних у моделях емоційного інтелекту, запропонованих різними авторами (П. Селовей, Дж. Мейер, Д. Гоулман, Р. Барон), виділено загальну структуру емоційного інтелекту, що включає такі компоненти та психологічні фактори його формування та розвитку:

- Емоційний компонент: емпатія (здатність до зчитування емоційного стану інших людей, до розуміння їх почуттів, до випробування їх болю на собі в результаті співвіднесення їх стану з власними думками і вчинками);

емоційна зрілість (емоційна стабільність, стійкість до негативних емоцій та емоційної напруженості); мотив досягнення мети та успіху; емоційна гнучкість (здатність до швидкої, легкої та гнучкої реакції на різні зовнішні дії);

- Когнітивний компонент: об'єктивна самооцінка; емоційна саморефлексія (здатність жити в гармонії з власними внутрішніми емоціями, безпомилкове розуміння важливості почуттів та емоцій для соціальної успішності); рефлексія (розумна діяльність, спрямована на аналіз, розуміння, пізнання свого та чужого внутрішнього світу, виходячи з роздумів з позиції іншої людини); осмислення емоційних якостей;

- Конативний компонент: вміння керувати своїми емоціями (самоприйняття та контроль своїх емоцій; усвідомлена готовність використовувати свої емоції для виконання поставлених завдань); психологічна резильєнтність у побудові взаємин (уміння ладити і бути у добрих стосунках з іншими людьми незалежно від обставин; ліберальність щодо іншої точки зору, способу життя, цінностей, поглядів); плідна взаємодія (очікуване ставлення від інших, уміння самопредставитися, встановлювати та підтримувати контакти з іншими людьми; здатність ефективно будувати та впливати на комунікативний процес) [26].

Отже, аналізуючи поняття «емоційний інтелект», важливо зазначити, що, незважаючи на більшість досліджень, і теоретичних розробок з цього питання, на сьогоднішній день ми не можемо з абсолютною впевненістю говорити про єдине розуміння цього феномену. Однак не можна заперечувати значимість даного психологічного явища у нашому житті. Проблема емоційного інтелекту вимагає пильної уваги до себе з боку дослідників, тому що його розуміння дозволить нам краще зрозуміти будову всього психічного життя людини.

1.2. Психологічна характеристика особистості підліткового віку

У вітчизняній психології дослідженнями закономірностей розвитку в підлітковому віці займалися вчені: Л. Божович, Л. Виготський, Т. Драгунова, Д. Ельконін, Д. Фельдштейн, Г. Цукерман. Деякі дослідники вважають, що підлітковий період є кризовим періодом нормальної патології, який має бурхливий перебіг, що проявляється в складнощах, як для самого підлітка, так і для спілкування з ним дорослих. На думку Д.Ельконіна, навпаки, підлітковий вік вважається стабільним, але наявні кризи. Підлітковий період вважається етапом психічного розвитку, який характеризується виходом дитини на якісно нову соціальну позицію, пов'язану з пошуком власного місця в суспільстві. Заперечна поведінка підлітка спричиняє часті конфлікти з батьками, учителями і соціумом. Для підліткового віку властиві стрибкуватість, асинхронність, дисгармонічність розвитку [5].

Основним соціальним середовищем для підлітка залишається школа. У цьому місці змінюється зміст навчання, адже, набуття знань може виходити за межі школи, навчальних програм і здійснюється самостійно.

Відчутних змін зазнають основні мотиваційні потреби особистості підлітка. У цей період дитина ставить до себе ряд специфічних вимог, які виражаються у прагненні зайняти власне місце серед однолітків, вийти за рамки класу або дому та поринути в сучасне життя [5].

Як відомо, науковці пояснюють психологічні особливості підлітків фактом статевого дозрівання, яке є базовою основою в цьому віці. Головною позицією підлітка в процесі діяльності є бажання задовольнити свої пізнавальні потреби і зробити щось «не так як інші», виділитися з натовпу, спробувати пізнати нові істини. Саме через це, часто, підлітки фарбують волосся в яскраві кольори, носять незвичний одяг, стають представниками різноманітних субкультур [24].

Огляд наукових досліджень дає змогу говорити, що межі підліткового віку різні дослідники визначають по-різному. Наприклад, Е. Еріксон

підлітковий вік визначав з 12 до 18 років (не відрізняв його від юнацького), а вчений І. Кон визначає межі підліткового віку 13-16 років – хлопчики, та 12-15 у дівчат. За Л. Виготським пубертатний період сягає 14-17 років [5, 30].

Американська психологиня Р. Бенедикт, провівши етнографічні дослідження, зробила висновок, що перехід від дитинства до дорослості у різних суспільствах відрізняється і його не можна вважати природно зумовленим. Вчена довела вплив конкретних життєвих обставин життя дитини на тривалість підліткового віку, наявність чи відсутність конфліктів, криз, труднощів, особливості переходу від періоду дитинства до дорослості [31].

Вчений Л. Виготський вважав, що у дослідженні підліткового періоду важливо виділити основне новоутворення психіки підлітка, визначити соціальну ситуацію його розвитку, яка у кожному віці прогнозує неповторну систему стосунків дитини і соціального середовища. Зміст кризи перехідного періоду полягає у перебудові цієї системи. Суть цієї кризи пов'язана з почуттям дорослості, ставленням до себе, як до дорослої особистості, розвитком самосвідомості. Особистості підлітка властиве прагнення до ідеалу, максималізму, відбуваються значні фізіологічні зміни [24].

Особливістю соціальної ситуації розвитку підлітка проявляється у входженні у нову систему стосунків, спілкування з дорослими та ровесниками, здійснюється опанування нових соціальних функцій. Соціальна ситуація розвитку підлітка особливо залежна від їх стосунків з батьками. Якщо ці стосунки наповнені взаєморозумінням, взаємоповагою та довірою, то підліток успішно проявляє себе у сфері навчання, спілкування з однолітками, швидко набуває соціальний досвід, самостверджується у таких соціальних групах, як шкільний клас, компанія однолітків та ін. [32].

Соціальна активність підлітка спрямована на оволодіння важливими для нього зразками поведінки і цінностями та побудова стосунків з ровесниками та дорослими. Підлітки швидко занурюються в різноманітні види суспільно корисної діяльності, за допомогою якої розширюється коло їхнього спілкування, відбуваються нові знайомства [3].

Провідною діяльністю підліткового віку є міжособистісне спілкування з ровесниками і дорослими, суспільно корисна праця і навчання, які позитивно впливають на розвиток особистості загалом.

Основним новоутворенням підліткового віку є почуття дорослості. Це почуття передбачає новий рівень домагань, що передбачає майбутнє становище, якого підліток ще не досяг. Через це часто трапляються конфлікти з дорослими, особливо, з батьками. Ці сварки надовго вкарбовуються у пам'ять особистості і впливають на майбутній сценарій створення власної родини. Під час підліткового періоду психіка особистості переходить на новий рівень розвитку нервової діяльності, протягом цього етапу відбувається багато змін у психіці. У дівчаток-підлітків яскраво виражена тенденція до порушень емоційного характеру: плаксивість, безпричинна зміна настрою, підвищена образливість. Для хлопчиків характерна зміна поведінки і рухових реакцій.

Головними рисами, які характеризують особистість підлітка є:

1. Острах глузувань.
2. Зниження самооцінки.
3. Часта різка зміна настрою.
4. Чутливість.

Характерними психологічними потребами підлітка є:

1. Бажання бути приналежним до групи.
2. Прагнення до визнання своїх прав із сторони інших людей.
3. Прагнення до самостійності.
4. Бажання спілкування з ровесниками.
5. Прагнення до «емансипації» від дорослих [24].

Особливістю цього періоду є виникнення почуття аффіліації, яке характеризується прагненням приналежності до групи собі подібних. Важливу роль відіграє самооцінка свого місця у соціумі, яка впливає на подальшу соціальну адаптацію і дезадаптацію особистості. Якщо підліток не відчуває підтримки в соціумі й потреба в самоповазі залишається нереалізованою, то розвивається різке відчуття непотрібності. Одним з поширених шляхів

вирішення цієї проблеми є перехід підлітка в групу, у якій він буде почувати себе комфортно, а, інколи, його можливості можуть бути переоцінені групою, що теж важливо для нього. Іноді, такий описаний шлях може призводити до негативних наслідків, залежно від виду неформальної групи, до якої включається підліток [24].

Підлітковий період є сприятливим для формування самосвідомості особистості. У підлітків з'являється інтерес до себе, власних рис, виникає потреба в оцінці, порівнянні себе з іншими, визначенні у своїх почуттях і переживаннях. У особистості підліткового віку з'являється прагнення до самовиховання. Підліток намагається розвивати в собі позитивні якості і подолати негативні. Проте відсутність достатнього життєвого досвіду часто породжує суперечності між прагненням до самовиховання і невмінням реалізувати його [21].

Соціальна взаємодія підлітка з дорослими характеризується тим, що підлітки у всьому намагаються бути схожими на дорослих. Це проявляється у постійному наслідуванні старших. Саме спільна діяльність дорослого і підлітка створює найкращі умови для успішного подальшого становлення особистості. Тому для батьків важливо встановити з дитиною стосунки, які б були засновані на довірі [19].

У підлітка змінюється ставлення до дорослих. Він починає критично аналізувати їхні дії, вчинки, розмови. Вимоги до особистості дорослого набувають суперечливих рис. З однієї сторони підліток відмовляється від надмірної опіки і уваги зі сторони батьків, а з іншої – завжди чекає на їхню підтримку, але не зізнається в цьому [34].

Гормональний і фізичний розвиток підлітка тісно пов'язаний із емоційною сферою. Вчені трактують підліткову психічну неврівноваженість і характерні для неї різкі зміни настрою, переходи від екзальтації до депресії й від депресії до екзальтації наростанням у пубертатному віці загального порушення й ослаблення всіх видів умовного гальмування. Якісні зміни, які

відбуваються в емоційній сфері, допомагають навчитися управляти власними емоціями та емоційними станами [24].

Підлітки можуть несвідомо ігнорувати свої негативні емоції, що може призвести до накопичення та необхідності вираження таких емоцій в поведінці. Одним із способів вираження негативних емоцій можуть агресивна поведінка спрямована на батьків.

Основні особливості емоційної сфери підлітків:

1. Високий рівень емоційної збудливості, тому підлітки часто вирізняються запальністю, бурхливим вираженням власних почуттів, пристрасністю, яка виражається в тому, що вони швидко беруться за цікаву для них справу, активно захищають свою позицію, часто стають нервовими через найменшу несправедливість щодо себе та своїх друзів.

2. Стійкі емоційні переживання, зокрема, підлітки довго пам'ятають образи.

3. Підвищена тривожність і загострене відчуття страху.

4. Суперечливість почуттів, яка проявляється в тому, що підліток може захищати власного друга, розуміючи його неправоту.

5. Постійні переживання не тільки з приводу оцінки підлітків однолітками, а й з приводу власної самооцінки. Часто у них буває занижена самооцінка: незадоволеність власним зовнішнім виглядом, своїм статусом у суспільстві.

6. Стрімкий розвиток почуття приналежності до групи. Через це підліток менше переживає за авторитет перед учителями, чи дорослими, а більше хвилюється за свій авторитет у групі однолітків. У них часто з'являється страх бути відкинутим групою.

7. Виникнення завищених вимог до дружби, в основі якої мають лежати спільні інтереси, етичні відчуття. Підлітки ретельно підходять до вибору друзів. Під впливом дружби особистість може змінюватись, але не завжди у позитивну сторону.

8. Загострення почуття громадянського патріотизму [15].

На думку, О. Жизномірської, процес самоствердження у старшому підлітковому віці має певні гендерно-зумовлені особливості. Найбільш суттєвими проявами самоствердження, на думку хлопців, є відчуття внутрішньої свободи та незалежності від зовнішніх впливів. Дівчата вважають найбільш значущим для себе можливість «здивувати всіх своїм виглядом» та одержати визнання в очах дорослих. Визначені особливості, закономірним чином відображують традиційні гендерні стереотипи, а саме прагнення чоловіків до незалежності та самостійності та природне жіноче бажання отримувати схвалення оточуючих, що може мати деяку тенденцію до епатажності. Для дівчат дуже важливе схвалення і підтримка батька. Важливо, щоб батько говорив дочці компліменти, схвалював її зовнішній вигляд, підтримував її прагнення. Дівчаткам цього віку важливо мати прихильність від хлопців, що підвищує їх самооцінку, тому вони починають слідкувати за своєю зовнішністю. Насправді ж найбільш високо дівчата-підлітки оцінюють свій характер, авторитет, а вже потім зовнішність [30].

Дослідження І. Рашиловської показали, що хлопці-підлітки бажають бути розумними, зовнішньо привабливими та впевненими в собі, але в реальності вище за все вони оцінюють свій розум і здібності, авторитет серед ровесників і характер. Аналіз проведених досліджень свідчить про те, що для хлопців внутрішня впевненість в собі стає важливішою за соціальний статус. Для них особливо важливим стає відчуття впевненості у власних силах, що підсилює почуття внутрішньої самоцінності та значущості. Для дівчат підліткового віку важливими стають підтвердження їх соціального статусу та зовнішньої краси. Хлопці-підлітки теж хочуть стати зовнішньо привабливими, тому часто приділяють свій вільний час заняттям спорту [23].

Дослідниця О. Жизномірська стверджує, що реальний рівень впевненості підлітків відрізняється від бажаного. Насправді, відмінності у впевненості в собі між дівчатами та хлопцями є досить незначними, але бажаний рівень впевненості в собі у хлопців є набагато вищим, ніж у дівчат, що знову таки зумовлено «чоловічими стандартами», які вимагають від

чоловіків бути впевненими та рішучими, що певним чином ускладнює процес самоствердження хлопців-підлітків [30].

Дівчата-підлітки, на відміну від хлопців, є більш слухняними, намагаються дотримуватись норм і правил поведінки, що сприяє більшому схваленню їх дій зі сторони дорослих [3].

Саме цими умовами гендерної соціалізації дівчат можна пояснити їх більш високі показники самоцінності, порівняно з хлопчиками. Самоцінність представлена цінністю «Я» для інших. Вона високо розвинена у дівчат, які вище оцінюють свій духовний потенціал, багатство свого внутрішнього світу, схильні сприймати себе як індивідуальність і високо цінувати власну неповторність. Упевненість у собі допомагає протистояти впливам середовища, раціонально сприймати критику на свою адресу [7].

Загалом, підліткам властивий середній рівень самоцінності, що передбачає вибіркове ставлення до себе. Підліток схильний високо оцінювати низку своїх якостей, визнавати їх унікальність. Інші ж якості явно недооцінюються, тому зауваження оточуючих можуть викликати почуття малоцінності, особистої неспроможності. Особливості гендерної соціалізації хлопчиків, які відрізняються більш критичним та прискіпливим ставленням до них дорослих, обумовлюють нижчі показники самоставлення за параметром самоцінності [31].

Дівчатка відрізняються вищими показниками самоприйняття. Вищий рівень самоприйняття, порівняно із хлопчиками, характеризує їх схильність сприймати всі сторони свого «Я», приймати себе у всій повноті поведінкових проявів. Загальний фон сприйняття себе у дівчаток більш позитивний. Вони часто відчують симпатію до себе, до всіх якостей своєї особистості, недоліки вважають продовженням достоїнств, а невдачі, конфліктні ситуації не дають підстави для того, щоб вважати себе поганою людиною. Хлопчики є більш критичними до себе та більш чутливими щодо ставлення до себе інших, що може обумовлювати їх оборонну позицію до оточення, агресію як захист свого «Его» [12].

Отже, підлітковий вік є найбільш важливим етапом дорослішання молодшої людини, в ході якого відбувається вибір свого місця у дорослому світі, відбувається освоєння своєї соціальної ролі у соціумі, подолання рольових конфліктів та вироблення стратегій подолання життєвих труднощів. У підлітковому віці в характері дитини є багато протиріч, гостро переживається перехід від дитинства до дорослості. Підлітки демонструють протест проти заборон і правил дорослих, стають більш вимогливими, виявляють конфліктне ставлення до оточуючих. Також відбувається формування свідомого ставлення до себе, емоційного ставлення до своєї особистості, прагнення самостійності, можуть виникати проблеми у взаємовідносинах з батьками тощо.

1.3. Стосунки між матір'ю і дочкою: типи та особливості

У сучасній та зарубіжній психології існують два погляди на поняття «батьківство». З одного боку, під батьківством розуміють взаємовідносини матері з дитиною, а з іншого боку, під цим явищем розуміють інтеграцію понять материнство і батьківство. Дослідженням феномену батьківства займалися такі вчені: О. Альошина, Г. Варга, Л. Гозман, Є. Захарова, О. Карабанова, Р. Овчарова, Е. Счіфер, Н. Цветкова, П. Єрис. Науковці трактують поняття «батьківське ставлення» як реалізацію підтримки контакту з дитиною, у формах контролю над дитиною, у цілеспрямованому вихованні взаємостосунками. Це поняття представлене у найбільш загальному характері і спрямоване на взаємозв'язок і взаємозалежність батьків і дітей. Батьківське ставлення поєднує у собі суб'єктивно-оцінне і свідомо-виборче уявлення про дитину, що обумовлює особливості сприйняття матір'ю і батьком, спосіб спілкування з дитиною, особливості вплив на неї [10].

Для того, щоб визначити механізми впливів батьків на дитину використовують схему стилів сімейного виховання американського вченого

Е. Счіфера. Психолог запропонував здійснювати оцінку позиції дитини на перетині двох полярних осей координат. Оцінювання здійснюється на осі «Автономії – Контролю», на якій позначається рівень свободи дитини в родині: право на вирішення своїх особистих проблем самостійно чи заручаючись допомогою батьків, або повна відсутність будь-яких прав, жорсткий контроль зі сторони поведінки батьків. Е. Счіфер пропонував визначати рівень задоволення у відчутті любові, прихильності, емоційного прийняття іншими в просторі Любов-Ворожість. Двомірна оцінка стилю виховання, тобто оцінка статусу дитини на двох осях одночасно, дозволяє зануритись у сутність проблем, які часто виникають у дорослої особистості, оскільки, вони можуть бути пов'язані з ставленням батьків до особистості в дитинстві [27].

У дітей підліткового віку виникає криза навчальної діяльності, одночасно з'являється прагнення стати дорослішим і самостійним, зростає цінність взаємовідносин з однолітками. При цьому більшість підлітків демонструють залежність від свого оточення, підпорядкованість вимогам референтної групи, якою можуть виступати друзі, однокласники. Це вступає у протиріччя з підпорядкуванням авторитету значних дорослих, насамперед, – батьків [2].

У зв'язку з особливостями перехідного віку змінюється ставлення підлітків до батьків через реакцію емансипації, тобто бажання набути повної самостійності, звільнитися від контролю та заступництва старших і самостійно приймати значні рішення.

Перетин двох вимірів батьківського ставлення (любові-нелюбові й автономії-залежності) створюють, згідно Е. Счіфером, 4 головні поля виховання: демократичне (любові-автономії); гіперопіки (любові-залежності); авторитарне (нелюбові-залежності) та ігноруюче (нелюбові-автономії). Отже, за допомогою цієї шкали виділено чотири стилі стосунків між батьками і дітьми: демократичний, гіперопіка, авторитарний та ігноруючий [20].

Дослідниця Г. Варга виокремлює наступні чотири типи батьківського ставлення:

1. Приймаюче-авторитарний тип характерний для соціально благополучних батьків. Стосунки батьків з дитиною засновані на підтримці, довірі і взаєморозумінні. Родина приймає дитину такою, якою вона є і не ставить перед нею завищених вимог.

2. Відштовхуючий з явищами інфантилізму тип характеризується тим, що батьки занижено ставляться до особистості власної дитини. Вони зовсім не помічають успіхів дитини, але добре бачать її недоліки. У таких родинах часто завищені вимоги до своєї дитини.

3. Симбіотичний тип полягає в надмірній емоційній близькості батька і матері до дитини. Батьки низько оцінюють особистість дитини, приписуючи їй вигадані негативні риси. Часто у таких сім'ях батько, чи матір не відчують щирого інтересу до своєї дитини, її діяльності, оскільки, все зводиться до формального почуття обов'язку.

4. Симбіотично-авторитарний тип проявляється в емоційному відкиданні дитини, занадто велике втручання в її особисте життя. Часто батьки нав'язують дитині власні погляди на життя, вимагають здійснення їхніх невиконаних мрій з дитинства [21].

На думку А. Співаковської, роль дитини дуже легко визначити в дисгармонійній сім'ї, де батьки ставляться один до одного шаблонно і стереотипно вже багато років. Вона виділяє чотири найбільш типові ролі, які виконує дитина в таких родинах:

1. «Цап-відбувайло» – це дитина, на яку падає все невдоволення батьків. Вона завжди у всьому винна. Такі діти мають почуття провини, у них занижена самооцінка, часто бояться висловлювати власні почуття і думки.

2. «Мазунчик» – це дитина, яка заповнює емоційну порожнечу у відносинах чоловіка з жінкою. Така дитина огорнута надмірною любов'ю, всі її примхи і побажання відразу виконуються. Ці діти швидко звикають до

такого ставлення і в майбутньому можуть стати несамотійними людьми із завищеними амбіціями.

3. «Бєбі» – це дитина, яка має дуже обмежені права через надмірно сильну близькість між її батьками. Ці діти ростуть самі по собі. Їм часто не вистачає батьківської підтримки і любові. В майбутньому така особистість з холодом ставиться до навколишнього світу, може стати «сірою мишкою».

4. «Примиритель» – це дитина, яка постійно примірює на себе роль дорослого задля примирення і врегулювання стосунків між батьками. Такі діти часто відчують себе самотніми і непотрібними. Для них характерне постійне почуття тривоги. Цими дітьми часто маніпулюють [9].

Дослідники Е. Столін, В. Столін, В. Дружинін виокремили ще декілька ролей дітей в сім'ї:

1. «Дитина-раб» – це дитина, яка стає заручником батьківської любові. Найчастіше такі діти виховуються у неповних сім'ях. Мама встановлює над дитиною повний контроль, намагається, щоб дитина весь час проводила з нею. Особистість, яка зростала в таких умовах, стає несамотійною, часто, не має власної думки, адже, мама завжди вирішувала за двох.

2. «Дитина як зброя» – це дитина, яку батьки використовують, як засіб боротьби між собою. Часто це явище відбувається під час розлучення чоловіка і жінки. Батьки постійно тиснуть на дитину і маніпулюють нею задля власної вигоди.

3. «Замісник чоловіка» – це дитина, від якої вимагають уваги, турботи, піклування, постійно бути поруч. Це явище можна спостерігати у родині після втрати батька, або розлучення. Мама перекладає роль батька на дитину, обмежуючи спілкування з однолітками. Такі діти в майбутньому зазнають труднощів при створенні власної сім'ї, адже, мама не хоче їх відпускати від себе [32].

Дослідник Ф. Райс вказує, що батьки можуть сприйматися підлітком як:

1. Джерело підтримки та сприятливого емоційного фону. Саме батьки можуть забезпечити підлітку почуття безпеки, підтримуючи його, так як підліток характеризується нестійкою самооцінкою та високою вразливістю.

2. Джерело задоволення потреб підлітка. Від батьків залежить матеріальне забезпечення, покарання чи заохочення, здійснення інших життєвих благ.

3. Зразок для наслідування. Роль батьків у підлітковому віці слабшає, вчинки батьків оцінюються підлітком дуже критично, проте вони хочуть бачити своїх батьків як людей, якими вони могли б пишатися.

4. Джерело підтримки у становленні самостійності. Батьки можуть виступати як джерело життєвого досвіду для підлітка у зв'язку з розширенням кола соціальних зв'язків та спілкування. Підлітки можуть гостро потребувати підтримки з боку батьків при становленні власної самостійності [35].

Вчена А. Співаковська наголошує на тому, що існують три спектри відносин, які становлять любов батьків до своєї дитини: симпатія-антипатія, повага-зневага, близькість-дальність. Завдяки сполученню цих аспектів відносин вдалося виділити наступні типи батьківської любові:

1. Діюча любов, яка базується на повазі, симпатії, близькості. Такі матері прагнуть, щоб їх дитина була щасливою і допомагають їй у цьому.

2. Відсторонена любов, в основі якої лежить симпатія, повага, але відчутна певна дистанція у спілкуванні. Такі матері часто спрямовують своє життя на побудову кар'єри. Вони люблять своїх дітей, але не мають достатньо часу, щоб приділити їм.

3. Діюча жалість заснована на симпатії, близькості, але відсутності поваги. Мати вважає, що її дитина не така, як всі, хоч вважає її недостатньо розумово, чи фізично розвиненою, але все таки її любить. Така любов заснована на почутті жалості до дитини, але ця жалість часто причиняє дитині душевний біль.

4. Любов за типом поблажливого відсторонення характеризує симпатія, неповага і присутність міжособистісної дистанції. Такі матері вважають, що

не можна звинувачувати їхню дитину в тім, що вона недостатньо розумна, чи фізично розвинена.

5. Знехтування, яке базується на неповазі, антипатії та міжособистісній дистанції. Власна дитина викликає у матері неприємні відчуття і небажання взаємодії.

6. Презирство проявляється у неповазі, антипатії і малій міжособистісній дистанції. Цей вид любові виражається в тому, що мати вважає себе нещасною, її дитина приносить їй тільки страждання через свою фізичну або розумову недорозвиненість.

7. Переслідування, яке передбачає неповагу, антипатію і близькість. Мати вважає, що її дитина погана і всіма шляхами намагається їй це довести.

8. Відмова, яка базується на великій міжособистісній дистанції та антипатії. Мати впевнена, що її дитина погана і вона не хоче мати з нею ніяких справ [10].

Науковець Г. Край виділяє чотири типи взаємодії дитини з матір'ю [20]:

1. Авторитетний характеризується теплими відносинами і високим рівнем контролю зі сторони матері.

2. Авторитарний базується на високому рівні контролю і холоді у відносинах. Мати постійно контролює дитину, нав'язує їй свою думку, диктує власні правила. Особистість, яка виростає в такій атмосфері часто не має власної думки, невпевнена в собі, постійно перебуває у тривозі.

3. Ліберальний характеризується теплими відносинами між матір'ю і дочкою, які засновані на довірі. Для цього типу відноситься низький рівень контролю зі сторони матері.

4. Індиферентний базується на холодних відносинах і низькому рівні контролю зі сторони матері. Дитина росте сама по собі. Мати не цікавиться життям своєї дитини.

На основі опитувальника «Аналіз сімейних взаємин», розробленого Е. Ейдемільером, було виділено 6 типів негармонійного батьківського виховання:

1. Потураюча гіперпротекція характеризується тим, що батьки ігнорують дорослішання дитини і намагаються зберегти такі дитячі риси, як безпосередність і наївність. Для таких батьків підліток залишається «маленькою дитиною», яку вони прагнуть оберігати і потурати всім її побажанням.

2. Домінуюча гіперпротекція базується на підвищеній увазі до власної дитини. Батьки занадто піклуються і оберігають свою дитину, дуже контролюють її. Наслідком такої поведінки може стати зниження почуття відповідальності і самостійності дитини.

3. Підвищена моральна відповідальність характеризується тим, що дитини ставляться зависокі вимоги, що не відповідають її віку. На підлітка покладають відповідальність за життя і благополуччя дорослих. Батьки хочуть бачити свою дитину успішною і найкращою з усіх. У таких родинах часто нехтують бажаннями і потребами самої дитини.

4. Емоційне знехтування дитиною – дитина вважається тягарем для батьків, а її потреби ігноруються. Часто батьки нав'язують підлітку роль «психа», «невиправного», «хулігана». Дитина відчуває себе зайвою у родині, відчутна значна дистанція у спілкуванні.

5. Жорстоке поводження – потреби дитини не беруть до уваги, їх часто карають, позбавляють задоволень, карають, б'ють.

6. Гіпопротекція – характеризується недостатністю опіки, контролю, слабкістю, та незрілістю батьківських почуттів. Зовнішньо це виявляється у поверховій зацікавленості до справ дитини, контроль і опіка носять суто формальний характер [20].

Центральне новоутворення підліткового віку – «почуття дорослості» – ставлення підлітка до себе, як до дорослого [7]. Це знаходить своє відображення у поведінці, почуттях і бажаннях підлітка. Він за рівноправність у стосунках зі старшими, прагне самостійності, бажаючи захистити певні сторони свого життя від втручання батьків. Сепараційний інстинкт підлітка

виражається в опорі будь-кому, хто намагається контролювати або тиснути заради власної вигоди.

Сепарація – природне явище, покликане навчити кожного з нас самостійності мислення та пошуку власних причин для виконання необхідних дій [4]. Характер протікання та успішність процесу психологічної сепарації від батьків у підлітковому, а в подальшому та юнацькому віці істотно впливає на успішне функціонування особистості у сучасному суспільстві, на можливість самореалізації у різних сферах життєдіяльності.

Ставлення підлітків до батьків – це система зв'язків підлітка з батьками, яка визначає спрямованість почуттів та поведінки стосовно них. Спираючись на структуру дитячо-батьківських взаємин [1], можна виділити компоненти ставлення підлітків до батьків: когнітивний (уявлення про батьків, оцінка їх виховних стратегій), емоційний (близькість – віддаленість, симпатія – антипатія, повага – зневага), поведінковий (автономія, дистанція).

Роль матері для сина та для дочки особлива. Наприклад, для доньки мама є найголовнішим зразком ролі матері. Дівчата після трьох років «приміряють» все те, що бачать у мамі, тобто усе, що з нею пов'язано. Любов хлопчиків до матері ніжна, трепетна та щира, хлопчики особливо ревниві до своїх так званих «конкурентів» - батька, молодших братів і сестер, друзів, а також інших дітей. Дівчатка завдяки мамі формують у собі модель подружніх стосунків [31].

Розглянемо специфіку взаємин «мати – дівчина-підліток»: вона обумовлена завданнями формування та усвідомлення дівчиною-підлітком своєї ідентичності, докорінними перетвореннями мотиваційної сфери. У неї одночасно співіснують два типи потреб: перша – в автономії, повазі, самовизначенні, друга – потреби у підтримці. Дівчинці-підлітку необхідне розуміння з боку матері, так само, як і матері. Розуміння між матір'ю та донькою-підлітком – найважливіша умова щасливого сімейного життя [32].

Багато досліджень вітчизняних та зарубіжних вчених вказують на те, що процес психологічної сепарації хлопців та дівчат підліткового віку проходить

неоднаково. Витоки даної диференціації можна знайти у роботах З. Фрейда та його послідовників при описі Едипового комплексу та комплексу Електри. Сучасні вчені доводять припущення родоначальника психоаналізу у різних напрямках. Так було в дослідженнях С. Geuzaine щодо гендерних відмінностей у сепарації (PSI) від батьків у юнацькому віці, де виявлено що дівчата більше ніж юнаки потребують підтримки та схвалення у стосунках з батьками. Низькі показники сепарації – емоційна залежність дівчат від матері порівняно з показниками сепарації юнаків, є показником близьких, довірчих взаємин між представницями двох поколінь. Відокремленість, страх втратити незалежність від батьків, ігнорування думки батьків часто поєднуються з нездатністю будувати близькі стосунки з батьками [10, 34].

На основі аналізу психолого-педагогічної літератури опишемо типи ставлення дівчат-підлітків до матері:

1. Позитивне ставлення передбачає стійке ставлення до матері, повага та довіра до неї, оцінка виховання як гармонійного, високий ступінь довіри, готовність передавати, отримувати та зберігати інформацію, прагнення встановлювати близькі чуттєві, довірливі стосунки, прагнення проводити разом час.

2. Нестійке ставлення передбачає нестійкі уявлення про мати, приписану повагу до неї, оцінку виховання як гармонійного з епізодами непослідовності та гіперопіки, середній ступінь довіри, рідкісну готовність передавати, отримувати та зберігати інформацію, ситуативне прагнення встановлювати близькі чуттєві, довірчі стосунки, рідкісне прагнення проводити разом час.

3. Негативне ставлення передбачає відсутність уявлень про мати, неповагу до неї, оцінку виховання як конфліктного чи потураючого, середній ступінь довіри, неготовність передавати, отримувати та зберігати інформацію, відсутність прагнення встановлювати близькі чуттєві, довірчі стосунки, відсутність прагнення проводити разом час.

Отже, всі типи стосунків між батьками і дітьми зустрічаються у реальному житті і мають значущий вплив на становлення особистості, розвиток особливостей її емоційного інтелекту.

Висновки до першого розділу

Здійснивши аналіз науково-теоретичної літератури, можна зробити висновок, що проблема емоційного інтелекту є й досі ще недостатньо дослідженою. Більшість науковців вважають, що емоційний інтелект – це здатність до розуміння, контролю і вираження власних емоцій та розуміння емоцій інших людей. Рівень емоційного інтелекту є серйозним компонентом, що включає до свого складу сумарність поведінкових, розумових та чуттєвих навичок, здатних сформувати усвідомлення та розуміння особистих почуттів, почуттів інших.

Досліджуючи проблему, ми звернули увагу на те, що підлітковий вік є чутливим для розвитку емоційної сфери. Для ефективного розвитку емоційного інтелекту слід створити сприятливі умови.

Спираючись на наукові дослідження вчених, вважаємо, що однією з умов ефективного або неефективного розвитку емоційного інтелекту у дівчат-підлітків можуть бути стосунки з матір'ю. Авторитарні стосунки в родині негативно впливають на формування емоційної сфери особистості підліткового віку. Дівчинка-підліток не може повноцінно виражати свої почуття, її потреби і бажання постійно ігнорують. Вона не вміє правильно виражати власні емоції, тому що часто перебуває в стані страху і тривоги.

Демократичні стосунки в родині, навпаки, мають позитивний вплив на формування особистості. У такій родині, прислухаються до потреб і бажань дитини. Вона сміливо може виражати будь-які свої емоції, відсутнє почуття страху.

Теоретичний аналіз проблеми емоційного інтелекту та стосунків дівчат-підлітків з матір'ю констатував та обґрунтував важливість його емпіричного дослідження.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ДІВЧАТ-ПІДЛІТКІВ З РІЗНИМ ТИПОМ СТОСУНКІВ З МАТІР'Ю

2.1. Характеристика вибірки та методів емпіричного дослідження

Теоретичний аналіз проблеми емоційного інтелекту показав, що цей аспект психічної життєдіяльності на даному етапі є недостатньо вивченим. Хоча багатьма дослідниками розглядалися батьківсько-дитячі стосунки між матір'ю та донькою-підлітком, все ж нез'ясованими є особливості саме емоційного інтелекту та його характеристик при різних типах взаємодії доньки з матір'ю. Це доводить доцільність проведеного нами дослідження.

У дослідженні взяло участь 58 дівчат-підлітків, які проживають в м. Чернігів віком від 13 до 15 років (середній вік досліджуваних – 14 р.). Дослідження проводилося в режимі онлайн за допомогою онлайн-сервісу Google-Форми.

Дослідження було спрямоване на вивчення особливостей емоційного інтелекту дівчат-підлітків з різним типом стосунків з матір'ю.

Для реалізації мети та завдань емпіричного дослідження було використано наступні методики:

1. «ЕмІн» Д. Люсіна.
2. ADOR: Поведінка батьків і ставлення підлітків до них.
3. Анкета визначення взаємин з матір'ю (Додаток Б).

З метою вивчення емоційного інтелекту дівчат-підлітків було використано методику «ЕмІн» Д. Люсіна.

«Психодіагностична методика Д. В. Люсіна «ЕмІн» включає в себе 4 базальні шкали:

- «ВЕІ» – «Внутрішньо-особистісний емоційний інтелект»,
- «МЕІ» – «Міжособистісний емоційний інтелект»,

«РЕ» – «Розуміння своїх та чужих емоцій»,

«УЕ» – «Управління своїми та чужими емоціями».

Опитувальник використовувався для оцінки здатності учасників дослідження розпізнавати свої власні емоції та емоції інших людей, розуміти їх та керувати ними.

Даний опитувальник містить п'ять субшкал:

ВП «Розуміння своїх емоцій»

ВУ «Управління своїми емоціями»

ВЕ «Контроль експресії»

МП «Розуміння чужих емоцій»

МУ «Управління чужими емоціями».

При обробці сирих даних також розраховується «Сумарний показник ЕмІн».

Автор вважає, що отримання висновків можна спиратися на інтегральний показник загального емоційного інтелекту. Проте, автор звертає увагу, що інтерпретація окремих шкал більш інформативна, оскільки вони відносно незалежні.

З метою дослідження ставлення підлітків до батьків, а саме до матерів, було застосовано опитувальник «Поведінка батьків і ставлення до них підлітків» (ADOR – скорочено підлітки про своїх батьків). Дана методика вивчає установки, поведінку та методи виховання батьків так, як бачать їх діти у підлітковому віці. Опитувальник ADOR вивчає батьківські настанови, поведінку та методи виховання батьків так, як бачать їхні діти у підлітковому віці. Методика ґрунтується на положенні про те, що виховний вплив батьків (так, як це описують діти) можна охарактеризувати за трьома факторними змінними:

прийняття – емоційне заперечення;

психологічний контроль – психологічна автономія;

прихований контроль – відкритий контроль.

Учасникам дослідження давалася інструкція оцінити, виходячи з власного досвіду, які зазначених положень найбільше характерні для їх батьків. У нашому дослідженні дівчата-підлітки мали оцінити ставлення до них тільки з боку матерів, оскільки метою нашої роботи є дослідження особливостей емоційного інтелекту дівчат-підлітків з різним типом стосунків з матір'ю.

Дана методика дозволяє зробити висновки про рівень виразності наступних тенденцій (шкал):

POZ – позитивний інтерес;

DIR – директивність;

HOS – ворожість;

AUT – автономність;

NED – непослідовність.

Емпіричне дослідження включало 7 етапів:

1 етап – формування вибірки для участі в емпіричному дослідженні;

2 етап – проведення анкетування серед групи респондентів;

3 етап – вивчення структури емоційного інтелекту за допомогою опитувальника ЕмІн (автор Д. Люсін);

4 етап – вивчення особливостей батьківсько-дитячої взаємодії дівчат-підлітків зі своїми матерями за допомогою методики ADOR (автор Е. Шафер);

5 етап – проведення первинної статистичної обробки за допомогою відсоткового аналізу, підрахунку середніх значень;

6 етап – проведення вторинної статистичної обробки за допомогою t-критерію Стюдента для незалежних вибірок;

7 етап – підбиття підсумків дослідження та формування висновків.

На основі отриманих результатів формувалася комп'ютерна база даних, обробка якої дала змогу зробити низку інтерпретацій і висновків щодо завдань даного дослідження. Критерієм визначеності даних стало використання методів математичної статистики із застосуванням пакету прикладних

статистичних засобів (SPSS 21.0 for Windows: t-критерій Стьюдента). Окремі результати згруповано та наведено в таблицях, рисунках.

Такий підхід забезпечив можливість отримати об'єктивну та вірогідну інформацію про особливості емоційного інтелекту дівчат-підлітків з різним типом стосунків з матір'ю.

2.2. Опис результатів дослідження особливостей емоційного інтелекту дівчат-підлітків з різним типом стосунків з матір'ю

З метою вивчення особливостей емоційного інтелекту дівчат-підлітків з різним типом стосунків між матір'ю і дочкою нами було проведено емпіричне дослідження. Під час виконання досліджень при обробці та аналізі результатів використовувалась комп'ютерна програма SPSS for Windows версія 21.0.

Після обробки відповідей респонденток на питання анкети (Додаток Б) узагальнено можна відзначити, що більшість дівчат (63 %) мають гарні стосунки з матір'ю та характеризуються ними як дружні і довірчі, 27 % - характеризують свої стосунки з матір'ю як емоційно холодні та відсторонені, решта – 10 % – як недовірливі та насторожені. 40 % респонденток відзначили, що вони можуть приховувати від матерів свої особисті секрети, 35 % досліджуваних дівчат заявили, що діляться з мамами будь-якими, навіть сокровенними таємницями. Проте 25 % опитаних не діляться зі своїми матерями своїми власними секретами. Також за результатами анкетування визначено, що 36 % досліджуваних не мають відкритості у взаєминах з матір'ю, як в діалозі, так і в емоціях, а 64 % характеризують свій діалог з матір'ю як щирий та відкритий.

63 % респонденток, за даними анкетування, характеризують своїх матерів як надмірно турботливих. Ще 27 % описують своїх матерів як відсторонених від виховання власної дитини. 54 % респонденток дуже любляють розмовляти з матір'ю на будь-які теми та проводити з ними спільне дозвілля. Ще 46 % опитаних дівчат-підлітків описують свій час,

проведений з мамами як процес, який не приносить їм задоволення. За анкетуванням середній вік респонденток становить 14,2 років.

В результаті обробки даних за методикою «ADOR: Поведінка батьків і ставлення підлітків до них» нами отримані наступні результати.

Результати за шкалою «Позитивний інтерес» відображені у вигляді діаграми (Рис. 2.1.).

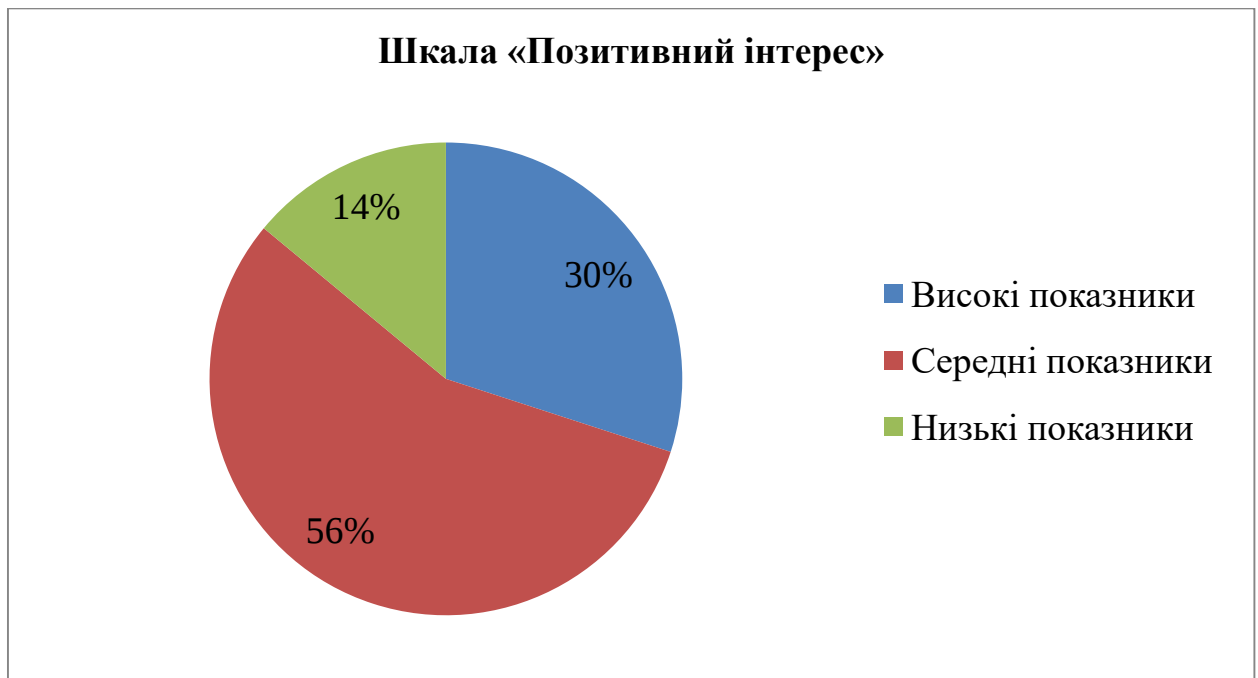


Рис. 2.1. Результати за шкалою «Позитивний інтерес» (у %)

Шкала POZ – «Позитивний інтерес» відображає ступінь прийняття батьками своєї дитини.

30 % – Високі показники – безумовно, позитивне ставлення до дитини незалежно від вихідних очікувань матері;

56 % – Середнє значення є нормою;

14 % – Низькі показники – неприйняття дитини, її емоційне заперечення.

За результатами частотного аналізу та первинної статистичної обробки за цією шкалою найбільша частина респондентів не мають чітко виражених характеристик даного стилю взаємодії (середнє значення – 3,31; стандартне відхилення – 1,15; дисперсія складає 1,33).

Дані за шкалою «Директивність» представлено у вигляді діаграми (Рис. 2.2.).

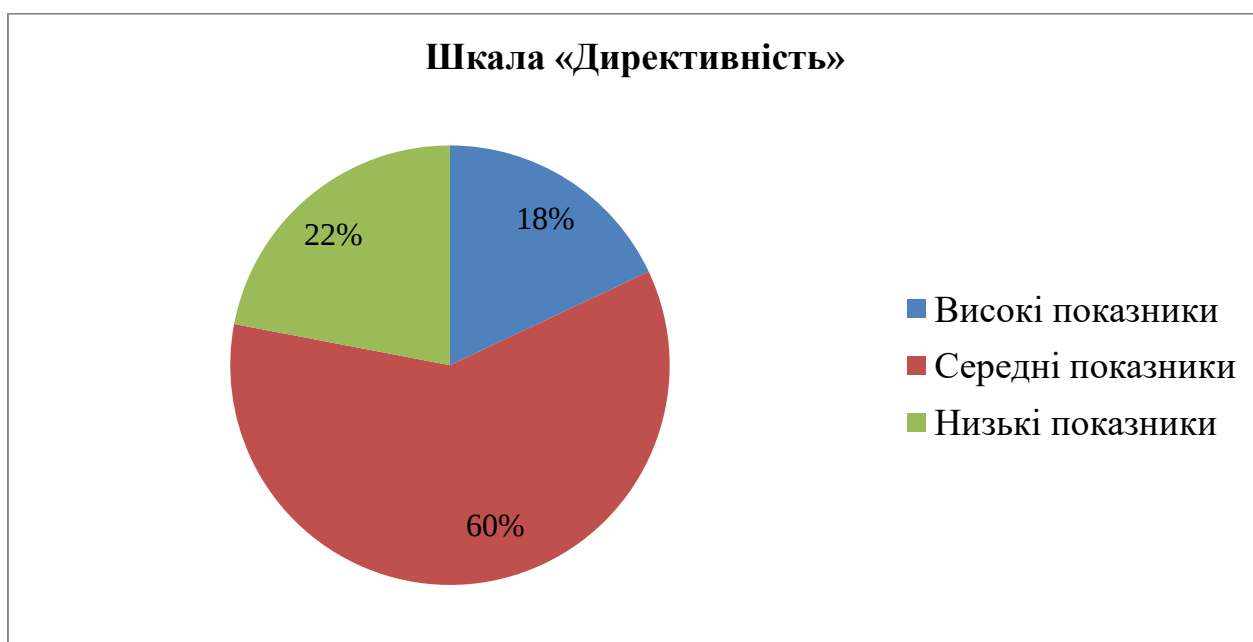


Рис. 2.2. Результати за шкалою «Директивність» (у %)

Шкала DIR – «Директивність» відображає рівень контролю з боку батьків щодо дитини.

18 % – Високі показники – батьки чинять певний тиск і навмисно керують дітьми;

60 % – Середнє значення є нормою;

22 % – Низькі показники – потурання та недостатність вимог до дитини.

Частотний аналіз та первинна статистична обробка показали, що в родинях більшості опитуваних не виражені традиції виховання даного стилю взаємодії з дитиною, проте присутні його окремі характерні риси (середнє значення – 3,02; стандартне відхилення – 0,896; дисперсія складає 0,83).

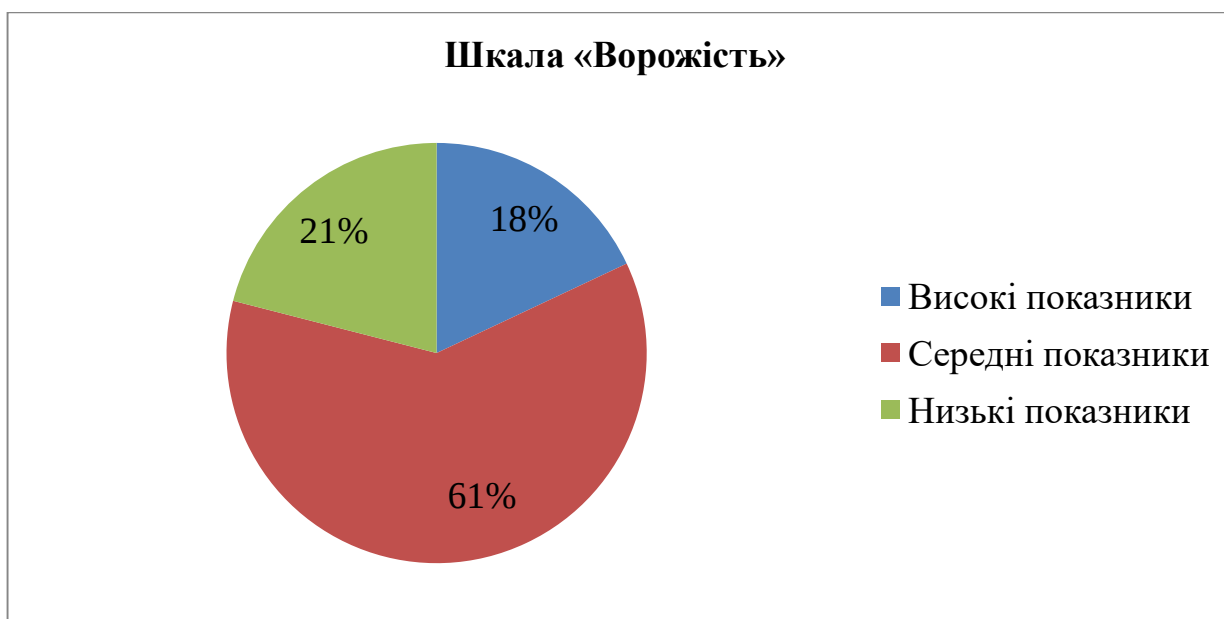


Рис. 2.3. Результати за шкалою «Ворожість» (у %)

Шкала NOS «Ворожість» відображає рівень ворожості родителя щодо дитини.

18 % – Високі оцінки – негативне ставлення до дитини, відсутність до неї любові та поваги;

61 % – Середнє значення є нормою;

21 % – Низькі оцінки – схильність до дружніх взаємин, прийняття, позитивна оцінка дитини.

Первинна статистика та аналіз частот показують, що в своїй більшості опитувані мають окремі риси взаємодії в моделі виховання в своїй сім'ї, проте Ворожий стиль не є провідним у стосунках з дитиною підліткового віку (середнє значення – 2,95; стандартне відхилення – 0,86; дисперсія складає 0,74).

Шкала AUT (див. Рис. 2.4.) – «Автономність» відображає ступінь залучення батьків до справ дитини.

39 % – Високі оцінки – відстороненість, відсутність у батьків прагнення участі в житті та справах дитини.

55 % – Середнє значення є нормою;

6 % – Низькі оцінки – емоційне залучення до справ дитини.

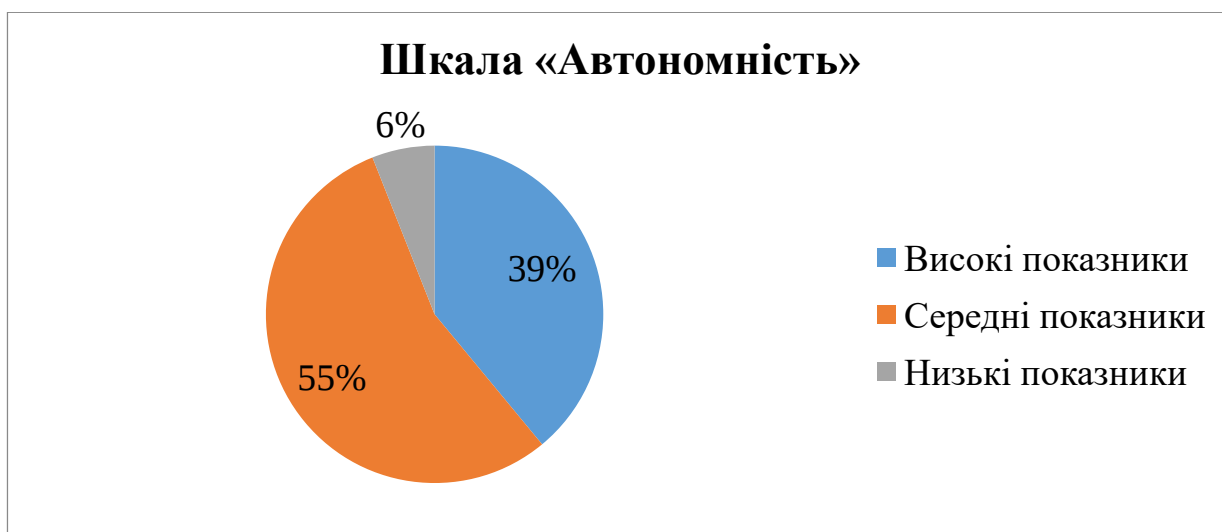


Рис. 2.4. Результати за шкалою «Автономність», %

Первинна статистична обробка дає змогу говорити, що такий стиль виховання як Автономність носить переважно ситуативне та не періодичне значення у моделі виховання в сім'ях даних респондентів (середнє значення – 3,42; стандартне відхилення – 0,88; дисперсія – 0,77).

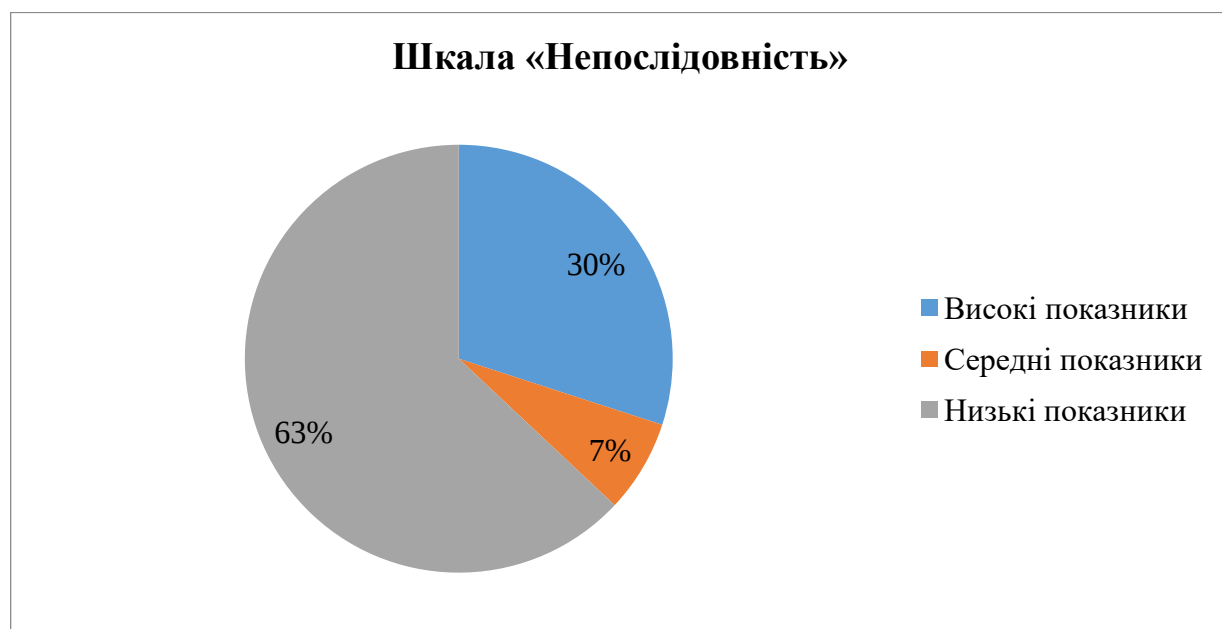


Рис. 2.5. Результати за шкалою «Непослідовність», %

Шкала NED – «Непослідовність» відображає ступінь послідовності у здійсненні виховних принципів.

30 % – Високі оцінки – батьки у край непослідовні у проведенні своїх виховних заходів;

7 % – Середнє значення є нормою;

63 % – Низькі оцінки – батьки недостатньо гнучкі, надмірно принципові та категоричні у реалізації виховних принципів.

Первинна статистика показала у більшості середні показники – це може свідчити, що переважно сім'ї респондентів мають відносно стійку або лояльну до змін стратегію виховання – принципи виховання або незмінні або змінюються не дуже часто (середнє значення – 2,97; стандартне відхилення – 1,01; дисперсія – 1,02).

Загальні результати респонденток за опитувальником «ADOR: Поведінка батьків та ставлення підлітків до них» відображені у вигляді діаграми (Рис. 2.6.).

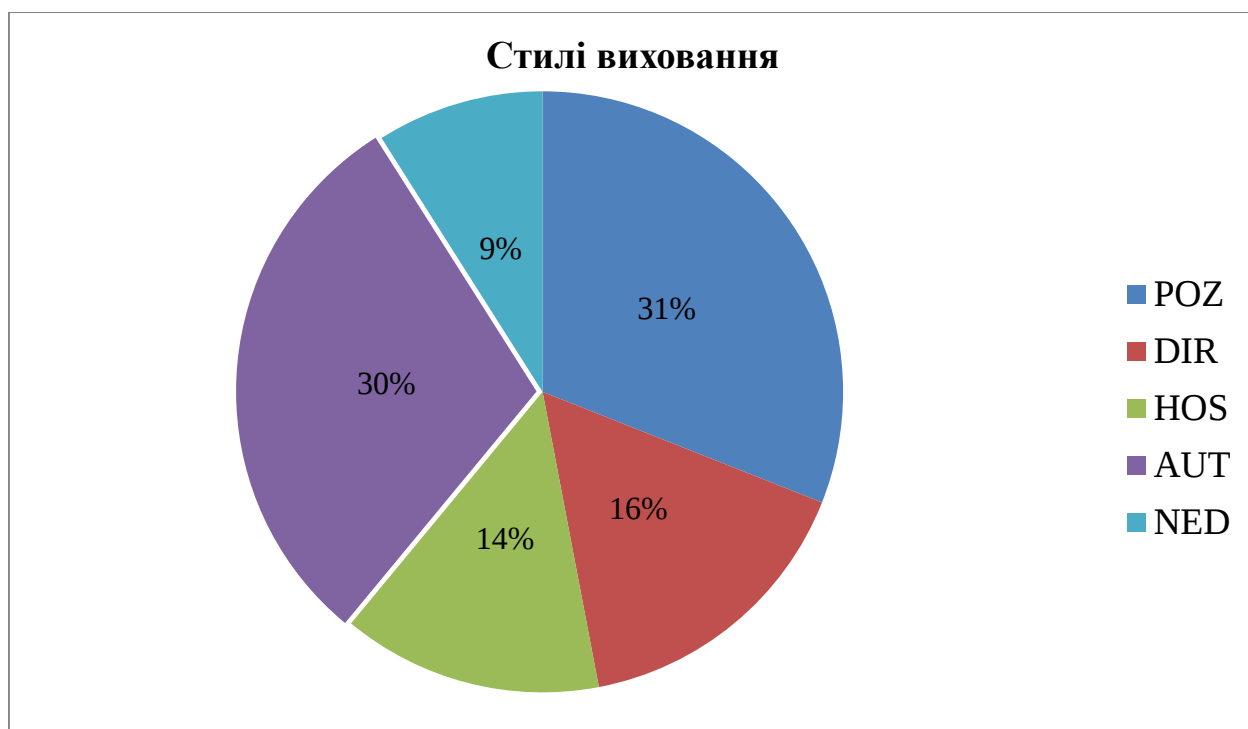


Рис. 2.6. Характеристика вибірки за особливостями взаємин між матір'ю і дочкою-підлітком, у %

Умовні позначення: POZ – «Позитивний інтерес», DIR – «Директивність», HOS – «Ворожість», AUT – «Автономність», NED – «Непослідовність»

Як бачимо на рис. 2.6. найбільш вираженими є індикатори таких шкал:

- Шкала POZ – «Позитивний інтерес» – у 31 % респондентів превалює позитивний інтерес матері до дочки-підлітка, що свідчить про прийняття дитини батьками та про прагнення допомогти дитині в будь-яких її прагненнях або проблемах.
- Шкала DIR – «Директивність» – у 16 % опитаних домінує директивний стиль взаємодії з підлітком, що свідчить про контроль з боку матері та часте ігнорування бажань дитини через амбіції самої матері.
- Шкала HOS – «Ворожість» – 14 % досліджуваних мають переважно ворожість у стосунках з дівчинкою-підлітком, що вказує на підозрілість та надмірну зверхність в ставленні до доньки.
- Шкала AUT – «Автономність» – у 30% респондентів домінує такий стиль взаємодії з дитиною, що свідчить про відстороненість матері явна нестача турботи і піклування про дитину, а також відсутнє прагнення до участі у житті та вихованні дитини.
- Шкала NED – «Непоследовність» – для 9% респондентів характерний такий стиль взаємодії – це констатує те, що матері доволі гнучкі, легко піддаються зміні власних виховних принципів часто до протилежних.

Отже, найбільш вираженими стилями взаємодії між матір'ю та донькою-підлітком є позитивний інтерес та автономність. Тому саме ці групи надалі були залучені нами до порівняння щодо особливостей емоційного інтелекту.

Для визначення особливостей емоційного інтелекту дівчат-підлітків було проведено дослідження за допомогою методики «ЕмІн» Д. Люсіна. Дані наведено у відсотках за всіма критеріями, з розбивкою на шкали та субшкали, як і передбачено автором тесту. Також наведено дані за критерієм «ЗЕІ – загальний емоційний інтелект», який включає всі інші пункти.

Першими наведено результати за субшкалами: Розуміння чужих емоцій (МП), Розуміння своїх емоцій (ВП), Керування чужими емоціями (МУ), Керування своїми емоціями (ВУ), Контроль експресії (ВЕ).

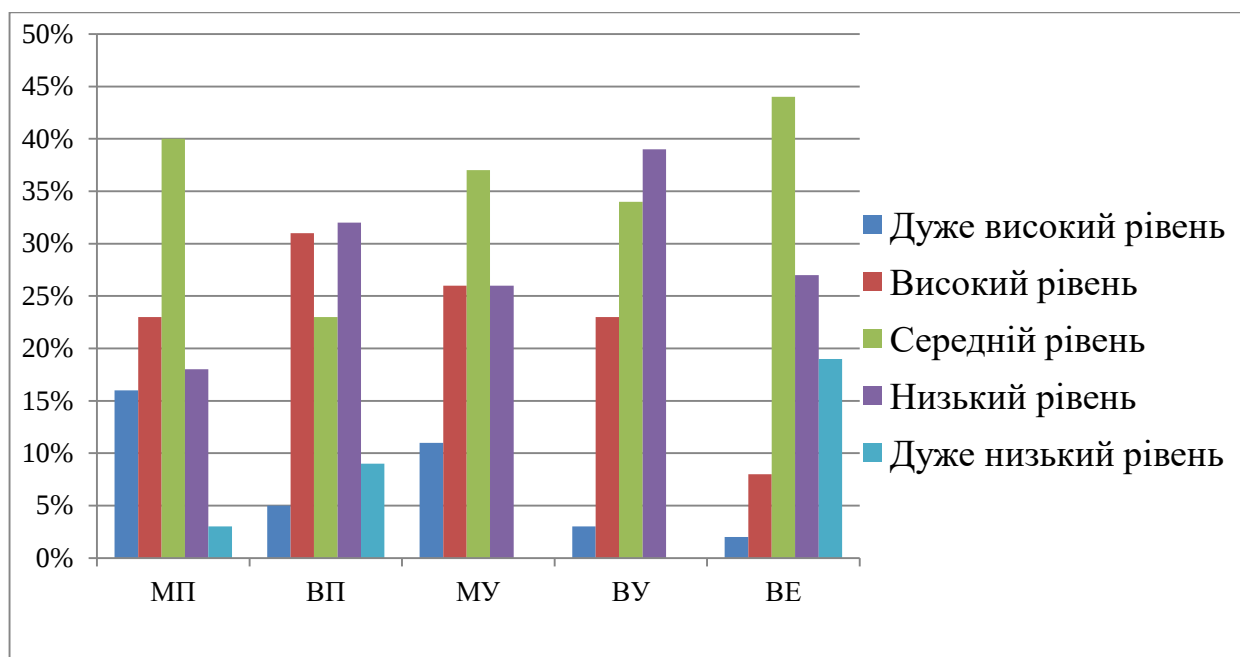


Рис. 2.7. Характеристика вибірки за методикою «ЕмІн» (Д. Люсін)

Умовні позначення: МП – розуміння чужих емоцій, ВП – розуміння своїх емоцій, МУ – керування чужими емоціями, ВУ – керування своїми емоціями, ВЕ – контроль експресії.

Як видно з рис. 2.7., найбільший відсоток результатів респондентів в цілому перебувають на середньому рівні.

За шкалою «Розуміння чужих емоцій більшість опитуваних» 40% респондентів продемонстрували середній рівень, що свідчить про те, що більшість дівчат підліткового віку непогано розуміють чужі емоції, вагомий відсоток займають результати високого та дуже високого рівнів розуміння (23% та 16% відповідно) – це означає, що велика кількість дівчат вважають себе експертами в розумінні чужих емоцій. Низький рівень розуміння чужих емоцій мають 18% дівчат, дуже низький – 3%, – це свідчить, що респонденти з цими рівнями мають деякі проблеми з розпізнаванням чужих емоцій. Середнє значення показників за цією субшкалою – 3,31; стандартне відхилення – 1,05; дисперсія – 1,1.

За субшкалою «Розуміння своїх емоцій» отримано наступні результати: дуже високий та високий рівні розуміння власних емоцій мають 11% та 26% респондентів відповідно – це означає, що саме ці дівчата вміють добре

розпізнавати та передбачувати свої емоції; 26% – мають низький рівень, що свідчить про труднощі в сприйманні та розумінні власних емоцій; середній рівень мають 37% опитуваних – це означає відносну стабільність у розумінні своїх емоцій з періодично виникаючими проблемами з цим. Середнє значення показників за цією субшкалою – 2,89; стандартне відхилення – 1,1; дисперсія – 1,22.

За субшкалою «Керування чужими емоціями» отримано результати: дуже високий рівень мають 5% опитуваних – на цьому рівні знаходяться справжні віртуози керуванні чужими емоціями; 31% дівчат мають високий рівень керування чужими емоціями, що свідчить про їхні здібності до зміни чи підтримання емоцій у оточуючих; середній рівень мають 23% респондентів – дівчата з цим рівнем не мають серйозних труднощів у керуванні емоціями свого оточення; більшість – 32% та 9% – мають низький та дуже низький рівні, що свідчить про проблеми з керуванням чужими емоціями. Середнє значення показників за цією субшкалою – 3,21; стандартне відхилення – 0,94; дисперсія – 0,89.

За наступною субшкалою «Керування своїми емоціями» отримано результати: переважна більшість (39%) мають низький рівень управління власними емоціями, що свідчить про їхні труднощі у підтримуванні чи зміні власних емоцій; 34% мають середній рівень керування своїми емоціями, що є нормою; високий та дуже високий рівні управління власними емоціями мають 23% та 3% відповідно, що означає для цих дівчат легкість у зміні чи підтриманні своїх емоцій. Середнє значення показників за цією субшкалою – 2,9; стандартне відхилення – 0,86; дисперсія – 0,75.

Найбільша кількість відсотків за субшкалою «Контроль експресії» виявилася на середньому рівні (44%), що свідчить про стабільний контроль цих респондентів за проявом своїх емоцій; 8% та 2% мають високий та дуже високий рівні відповідно – це означає, що ці дівчата добре володіють контролем вияву власних емоцій; 19% та 27% опитуваних мають відповідно дуже низький та низький рівень, що говорить про поганий контроль за

проявом своїх емоцій. Середнє значення показників за цією субшкалою – 2,45; стандартне відхилення – 0,95; дисперсія – 0,91.

Наступними розглянемо шкали: «Міжособистісний емоційний інтелект» (MEI), «Внутрішньо-особистісний емоційний інтелект» (BEI), «Розуміння емоцій» (ПЕ), «Керування емоціями» (УЕ), «Загальний емоційний інтелект» (ЗЕІ). Отримані результати наведені на рис. 2.8.

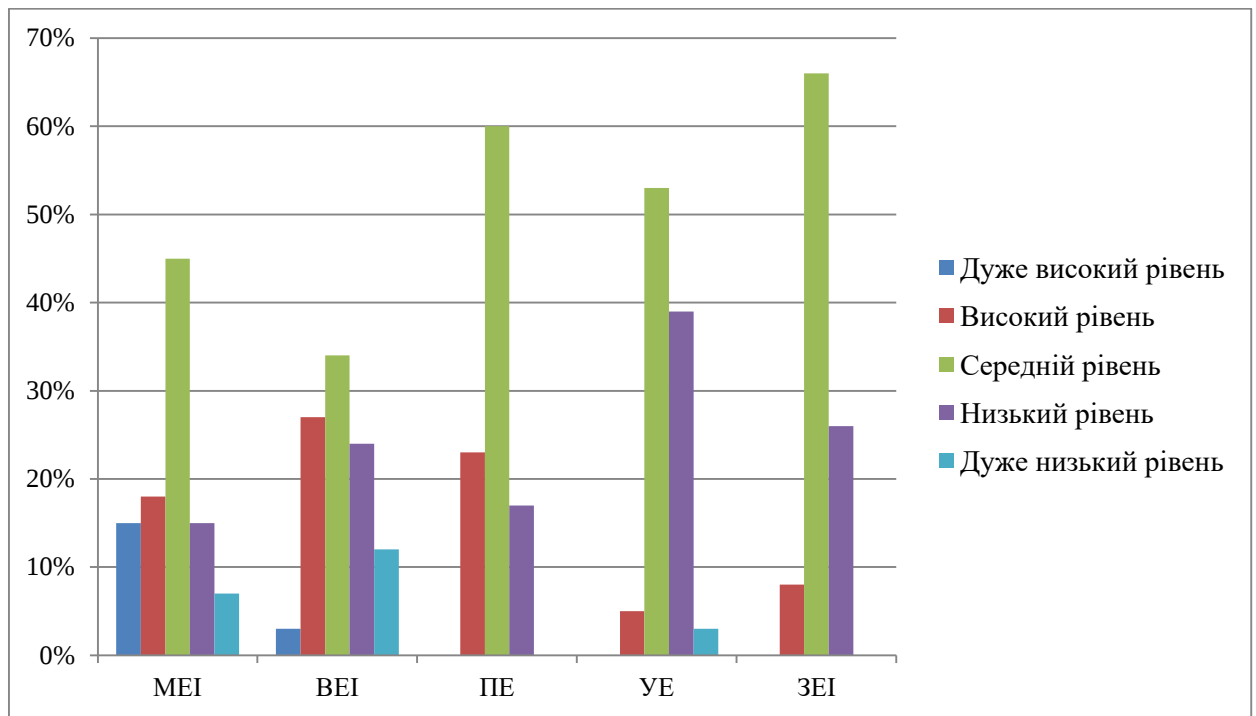


Рис. 2.8. Результати за методикою ЕмІн (Д. Люсін)

Умовні позначення: MEI – міжособистісний емоційний інтелект, BEI – внутрішньо-особистісний емоційний інтелект, ПЕ – розуміння емоцій, УЕ – керування емоціями, ЗЕІ – загальний емоційний інтелект.

За шкалою «Міжособистісний емоційний інтелект» найбільший відсоток респонденток мають середній рівень (45%) – це свідчить про достатній рівень розуміння чужих емоцій та керування ними. 15% та 18% складають дуже високий та високий рівні відповідно, що означають чудове вміння дівчат-підлітків розуміти та контролювати емоції інших. За наведеними даними, 15% та 7% опитуваних мають відповідно низький та дуже низький рівні за даною шкалою, що увиразнює їхні проблеми у сприйнятті та

управлінні чужими емоціями. Середнє значення показників за цією шкалою – 3,16; стандартне відхилення – 1,1; дисперсія – 1,22.

За шкалою «Внутрішньо-особистісний емоційний інтелект» отримано такі результати: високий та дуже високий рівні мають 27% та 3% опитуваних – це означає, що вони мають високу здатність до розуміння та керування своїми емоціями; 34 % дівчат продемонстрували середній рівень, що свідчить про відсутність у них особливих труднощів в усвідомленні та управлінні власними емоціями; у 24 % та 12% респондентів виявлено відповідно низький та дуже низький рівні, що свідчить про проблеми з розумінням і керуванням своїх емоцій. Середнє значення показників за цією шкалою – 2,87; стандартне відхилення – 1,05; дисперсія – 1,1.

Наступна шкала «Розуміння емоцій» Керування емоціями найвищий відсоток досліджуваних мають середній рівень (53%) – ці респонденти можуть на достатньому рівні керувати власними та чужими емоціями. 39% та 3% дівчат-підлітків мають відповідно низький та дуже низький рівень, що говорить про недостатню здатність до управління емоціями і власними, і чужими. Лише 5% вміють на достатньо високому рівні керувати своїми емоціями та емоціями свого оточення. Середнє значення показників за цією шкалою – 2,6; стандартне відхилення – 0,64; дисперсія – 0,41.

За шкалою «Загального емоційного інтелекту» найбільше переважають респондентки с загальним середнім рівнем емоційного інтелекту (66%), з низьким рівнем ЗЕІ – 26%, а високим – лише 8%. Середнє значення за цим показником – 2,82; стандартне відхилення – 0,56; дисперсія – 0,31.

Отже, результати методики «ЕмІн» Д. Люсіна продемонстрували, що за субшкалами найбільша кількість опитуваних мають середні рівні емоційного інтелекту за всіма показниками, окрім Розуміння своїх емоцій – за цією субшкалою найбільший відсоток респондентів мають низький рівень розуміння власних емоцій. Заразом за основними шкалами цієї методики у переважної більшості опитуваних превалюють середні рівні емоційного інтелекту за всіма його індикаторами.

Позаяк у нашому дослідженні за методикою ADOR нами були визначені групи дівчат-підлітків для порівняння стилів взаємодії матері з дочками-підлітками (йдеться про стилі «Позитивний інтерес» та «Автономність»), зупинимося на їхньому глибшому аналізі. Розглянемо особливості емоційного інтелекту у дівчат-підлітків, які мають стосунки з матір'ю такі як «позитивний інтерес» та «автономність».

Ми провели порівняння результатів двох груп дівчат за особливостями емоційного інтелекту за допомогою t-критерію Стьюдента (Додаток А). При порівнянні цих груп за індикаторами субшкал методики «ЕмІн» ми отримали результати, що наведені в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Значущі характеристики емоційного інтелекту дівчат-підлітків з різними типами взаємин з матір'ю

№	Субшкала методики «ЕмІн»	Позитивний інтерес	Автономність	Рівень значущості за t-критерієм Стьюдента
1	Розуміння чужих емоцій	3,91	2,38	0,05*
2	Розуміння власних емоцій	2,7	3,81	0,05*

Примітка: в категоріях «Позитивний інтерес» та «Автономність» наведені середні значення за показниками емоційного інтелекту (за субшкалами методики «ЕмІн» Д. Люсіна); * – при $p \leq 0,05$.

Виявлено статистично значущі відмінності між наступними показниками:

1.) Дівчата-підлітки з автономним стилем взаємодії з мамою мають значно (статистично значущий за t-критерієм Стьюдента) нижчий рівень розуміння чужих емоцій, ніж дівчата, що взаємодіють з матір'ю на засадах позитивного інтересу. Така тенденція може бути спричинена тим, що матері з автономним стилем взаємодії з донькою не проявляють достатньо емоцій до

своїї дитини, через що дитина не може навчитися розпізнавати їх. Натомість, респондентки зі стилем взаємин з мамою «Позитивний інтерес» демонструють значно вищий рівень розуміння емоцій оточуючих, що можна пояснити тим, що матері, які виховують доньку в зацікавленості до її справ, вподобань та здібностей, виявляють достатньо емоцій до дитини – це дозволяє їй навчитися розпізнавати емоції оточуючих.

2.) Дівчата-підлітки, які мають такий стиль взаємин з матір'ю як «Позитивний інтерес» продемонстрували значно вищий (статистично значущий за t-критерієм Стьюдента) рівень керування чужими емоціями, аніж дівчата, що мають автономний стиль взаємодії з мамою. Така тенденція можемо пояснити тим, що при частій емоційній взаємодії з матір'ю, що характерно для стилю «Позитивний інтерес», дівчинка вчиться викликати та підтримувати у оточуючих, – першочергово матері – потрібні дитині емоції; натомість дівчата-підлітки, матері яких звикли проявляти автономність у взаєминах з донькою, не можуть навчитися змінювати чи підтримувати емоції оточуючих, якщо не спостерігають за їхнім проявом, перш за все, у матері.

За іншими показниками емоційного інтелекту субшкал методики «ЕмІн» Д. Люсіна у дівчат з різними типами взаємодії з матір'ю статистично значущих відмінностей не виявлено. Наступним наведено порівняння двох груп дівчат-підлітків з такими стилями стосунків з мамою за основними особливостями емоційного інтелекту (табл. 2.2.).

Таблиця 2.2.

**Значущі індикатори емоційного інтелекту у дівчат-підлітків з
різними типами взаємин з матір'ю**

№	Шкала методики «ЕмІн»	Позитивний інтерес	Автономність	Рівень значущості за t- критерієм Стьюдента
1	Міжособистісний емоційний інтелект	3,87	2,13	0,05*
2	Внутрішньоособистісний емоційний інтелект	2,3	3,44	0,05*

Примітка: в категоріях «Позитивний інтерес» та «Автономність» наведені середні значення за показниками емоційного інтелекту (за шкалами методики «ЕмІн» Д. Люсіна); * – при $p \leq 0,05$.

Як видно з таблиці 2.2., в результаті проведеного порівняння індикаторів емоційного інтелекту у дівчат з різним типом взаємин з матір'ю за t-критерієм Стьюдента отримано наступні особливості:

1.) Дівчата-підлітки, у стосунках з мамами яких переважає позитивний інтерес, мають значно (статистично значущий за t-критерієм Стьюдента) вищий рівень міжособистісного емоційного інтелекту, аніж дівчата, які мають автономний стиль взаємин з матір'ю. Така тенденція може пояснюватися тим, що матері, які виховують доньку в автономних взаєминах з нею, сприяють відсутності досвіду емоційної взаємодії, перш за все, з мамою, яка не виявляла достатнього та різноманітного спектру емоцій до дитини, що в свою чергу впливає на погане усвідомлення емоцій чужих людей. Навпаки, більш віртуозно сприймати чужі емоції та викликати потрібні вміють дівчата-підлітки, матері яких виявляли більший емоційний інтерес до життєдіяльності доньки відповідно і давали їй змогу більш ретельно вивчити емоційні реакції оточуючих.

2.) Виявлено тенденцію, що дівчата-підлітки з переважно автономним стилем взаємин з матір'ю мають значно (статистично значущий за t-критерієм Стюдента) вищий рівень внутрішньоособистісний емоційний інтелект, ніж дівчата того ж віку, які матері яких використовують позитивний інтерес як основний тип взаємодії. Таку тенденцію у автономних взаєминах з матір'ю можна пояснити природним інтересом дитини до емоцій, які вона не отримує від матері, що дає їй поштовх до інтенсивної рефлексії у власних емоціях.

Отже, можна відмітити, що для дівчат-підлітків є необхідним встановлення позитивного емоційного контакту з їхніми матерями, що сприятиме подальшій активній динаміці розвитку як емоційного інтелекту у дівчат-підлітків, так і встановленню міцних довірливих взаємин між матір'ю та донькою.

2.3. Тренінгова програма взаємодії батьків з дітьми підліткового віку

У дитячо-батьківських стосунках батьки є провідною ланкою, від них залежить характер взаємовідносин з дітьми. Аналіз результатів психодіагностичних досліджень дозволяє зробити висновок про те, що психологічної корекції потребують не тільки підлітки, а й їхні батьки: їм потрібно допомогти опанувати навички, які б сприяли розвитку позитивних дитячо-батьківських взаємин.

У ході розробки тренінгової програми взаємодії батьків з дітьми підліткового віку у вигляді психологічного тренінгу, нами було запозичено теоретичні та практичні напрацювання, К. Мілютіної, та О. Тараріної тощо.

Тренінг направлений на корекцію та покращення взаємодії батьків з дітьми підліткового віку, однак основний акцент зроблено на взаємодії між дівчатами підліткового віку та матерями.

Мета тренінгу: прояснення та корекція батьківських та дитячих установок, що заважають нормальній взаємодії в сім'ї; формування компетентності батьків у спілкуванні із підлітками.

Завдання тренінгу:

- встановлення та розвиток відносин партнерства та співпраці матері з дитиною;
- гармонізація емоційної сфери дитячо-батьківських взаємин;
- досягнення здатності до емпатії, до розуміння переживань, станів та інтересів один одного;
- вироблення навичок адекватного та рівноправного спілкування, здатності до запобігання та вирішення міжособистісних конфліктів.

Цільова аудиторія: дівчата підліткового віку та їх матері.

Кількість учасників: 12-16 осіб.

Тривалість тренінгового заняття: 2-3 години.

Обладнання: Стікери, ручки, фломастери, листи А4, паперові браслети з брелками, картки з незакінченими реченнями (Вправа «Без маски»), метафоричні карти, сімейний фотоальбом (завчасно проситься всіх принести на заняття), кольорові олівці, фарби, клей, старі журнали, ножиці.

Хід тренінгу

Привітання та правила тренінгового заняття.

Для знайомства пропонується наступна вправа:

Кожна мама представляє свою доньку, а донька представляє групі маму.

Після знайомства відбувається обговорення. Чи легко далася ця вправа?

Правила тренінгового заняття:

1. Вимкнути мобільний телефон

Бажано, щоб усі учасники вимкнули телефони або поставили їх на беззвучний режим.

2. Правило активності

Усі учасники беруть активну участь в обговореннях, виконанні завдань. Попередьте учасників, що від виконання вправ відмовитись не можна і всі у будь-якому випадку спробують свої сили.

3. Тут і зараз

Під час роботи учасники обговорюють лише ті питання, які є важливими саме в даний проміжок часу. Ми не згадуємо те, що відбувалося у минулому і не заглядаємо у майбутнє – говоримо про «зараз». Це дозволить обговорити дійсно актуальні питання та не витратити час на порожні міркування.

4. Правило кола

Воно означає, що учасники обіцяють один одному, що інформацію, озвучену під час тренінгу, не буде винесено за її межі. Тренер також обіцяє, що не озвучуватиме інформацію про будь-якого учасника.

5. Один мікрофон

Це нагадування про те, що перебивати один одного, навіть під час обговорення дуже цікавої теми, є неприпустимим.

6. Я-висловлювання

Це правило закликає учасників висловлювати свою особисту думку, висловлюючи її у фразах, які починаються зі слів «Я думаю...», «Я вважаю...», «Мені це не зрозуміло...». Намагайтеся не використовувати узагальнені висловлювання: «Усі знають...», «Нікому не подобається...», «Всі згодні...»

7. Принцип доброзичливості

Це правило означає, що ми ставимося до інших учасників доброзичливо та шанобливо, намагаємось їх підтримати та допомогти. Усі слова критики необхідно висловлювати у коректній формі, а також не забувати озвучувати переваги інших учасників.

Вправа «Асоціація»

Учасники по черзі передають по колу м'яч-антистрес. Кожен, хто тримає м'яч у руці, називає асоціацію на слово «родина». Потім відбувається розбір найяскравіших асоціацій (Яка асоціація запам'яталася найбільше? Чому?

Емоційно позитивно чи негативно вона забарвлена? З чим це пов'язано на ваш погляд?).

Дискусія «Мої почуття, мої думки»

Учасникам пропонується розділитись на дві команди: мами та підлітки. Кожній команді видається набір невеликих листочків-стікерів, на яких учасники прописують ті емоції, які у них виникають у ситуаціях негативної взаємодії в системі батьки-підліток, при цьому пропонується проаналізувати виразність даних емоцій за десятибальною шкалою, поставивши відповідну цифру поруч із назвою емоції.

Після того, як емоції прописані, учасникам пропонується на звороті листочків прописати свої думки, які у них виникають у проблемних ситуаціях взаємодії та викликають подібні емоції. Тобто, на кожному листочку з одного боку будуть написані емоції, а з іншого боку думки, що їх викликають. Далі учасникам команд потрібно вибрати думки, що найбільш часто повторюються, і згрупувати їх у підгрупи (максимум три підгрупи).

На другому етапі учасники команд повинні довести обґрунтованість своїх думок, наводячи докази на їх захист. Цей етап також проводиться усередині команд.

На третьому етапі учасники виносять результати своєї діяльності на загальне обговорення, обґрунтовуючи свої висновки та вислуховуючи думку опонентів з інших команд, обмірковуючи їхні контрдокази.

Наприкінці обговорення учасники підгруп повинні проаналізувати свої аргументи і контрдокази опонентів і трансформувати свої думки на більш адекватні, щоб вони адекватніше описували ситуації взаємодії всередині сім'ї. Цю нову думку кожен учасник записує собі всередину одного з брелків на браслеті [17].

Гра «Крокодил»

Для закріплення позитивного ставлення до нової думки та навички роботи з нею проводиться гра «Крокодил».

Учасники діляться на сімейні команди та грають у «Крокодил», відгадуючи слова. Завдання кожного члена сім'ї, при невдалому ході когось зі своєї команди, подивитися та прочитати ту думку, яку він записав на брелоку.

В кінці гри, після підбиття підсумків, проводиться обговорення, спрямоване на оцінку здатності нової думки знизити рівень негативних емоцій у неприємних ситуаціях взаємодії (для порівняння можна використовувати записки підгруп з дискусії) [2].

Вправа «Колесо життєвого балансу»

Ця вправа проводиться всередині сімейних підгруп.

Учасникам пропонується докладно розібратися з нагальними потребами та сторонами свого життя, виявивши при цьому найважливіші та значущі цілі. Це відбувається за допомогою застосування техніки «Колесо життєвого балансу» із застосуванням метафоричних карт.

Алгоритм роботи:

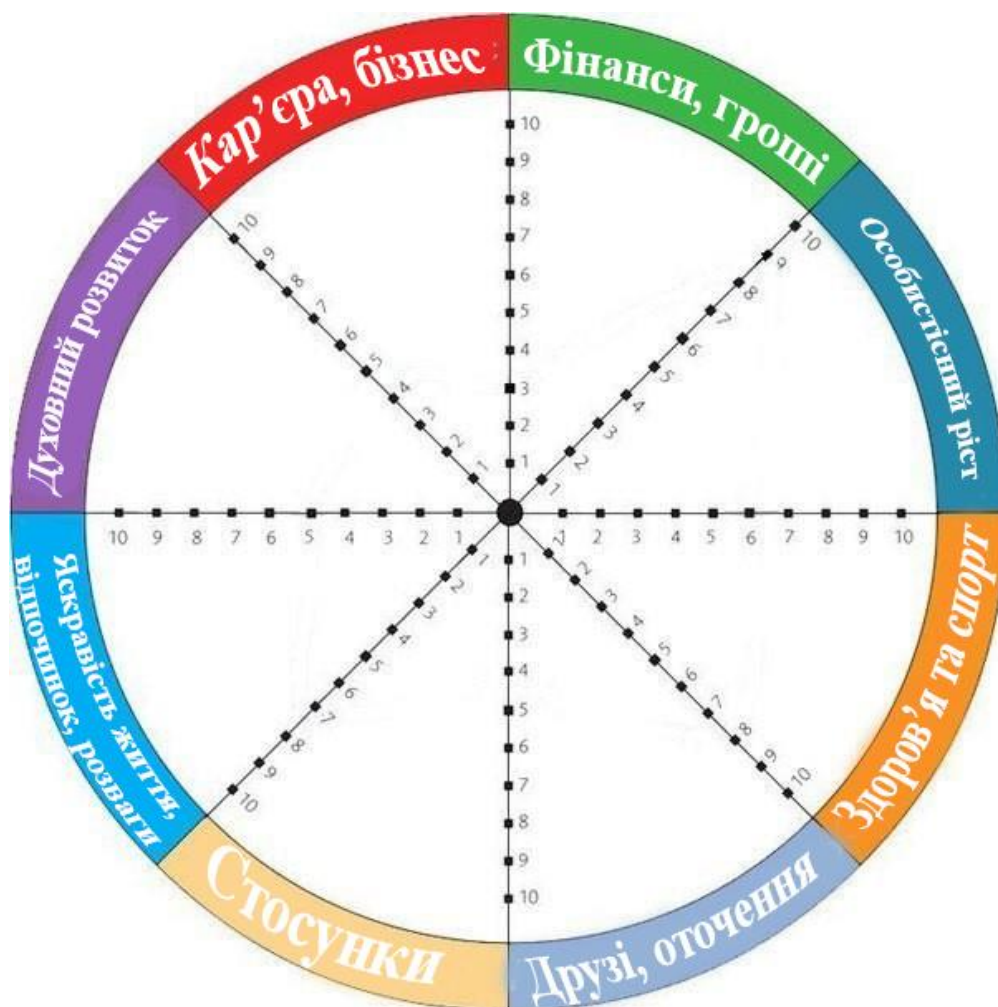
1) кожному учаснику видається порожня схема «Колеса життєвого балансу»;

2) учасник розглядає карти з написами з колоди метафоричних карт, вибираючи 8 із них, які, на його думку, позначають найважливіші аспекти його життя. Карти розкладаються за секторами схеми.

3) учасник вибирає навмання 8 карт-картинок та розкладає їх сорочкою вгору на карти зі словами;

4) розкриваючи по черзі карти-картинки, учасник відповідає на такі запитання та заповнює своє колесо:

- що намальовано на зображенні?
- які думки та асоціації з цього приводу у мене виникають?
- як ці асоціації пов'язані з назвою розкритого сектора?
- проаналізувавши усвідомлені взаємозв'язки, оцініть рівень реалізації даного сектора колеса та зафіксуйте його на схемі.



5) у кожному секторі залишилося незаштриховано кілька ділянок кіл – баланс не ідеальний. Напишіть у кожній пустій ділянці сектора мету, виконання якої призвело б баланс до ідеалу. Проранжуйте цілі за важливістю. Виберіть найважливішу для вас мету [29].

Вправа «Коучинговий кубик Декарта»

Коли кожен із членів сім'ї вибрав за допомогою попередньої вправи для себе найважливішу мету, він захищає її перед членами своєї сім'ї, відповідаючи на запитання кубика Декарта:

- що мене зараз не влаштовує;
- чого я хочу досягти;
- що я отримаю, домігшись бажаного;
- що я втрачу, досягши бажаного;
- що я отримаю, зберігши все так, як є;
- що я втрачу, зберігши все так, як є.

Наприкінці такого захисту мета може залишитися такою, як була (вдалося переконати інших членів сім'ї у її важливості), а може й змінитись. У будь-якому випадку кожен записує свою мету на другий брелок на браслеті.

На наступному етапі вправи «Колесо життєвого балансу» та коучинговий кубик Декарта повторюються, тільки розглядається загальна мета для всієї родини.

Підсумкова сімейна мета записується на третьому брелoku на браслеті [29].

Відбувається обговорення.

Вправа «6 капелюхів»

Кожній парі «мама-донька» пропонується згадати останню проблему, яка виникала у їх стосунках. Пропонується розглянути проблему з позиції шести варіантів (дивитися рисунок нижче). Обговорення обов'язкове [29].



Тренер роздає заздалегідь приготовлені картки батькам, на яких написано початок пропозицій, учасники мають їх продовжити. Після того, як усі дадуть відповідь, ці картки передаються по колу за годинниковою стрілкою доти, доки всі не продовжать кожну пропозицію.

«Особливо мені подобається, коли...»

«Мені буває...»

- «Думаю, що найважливіше для моєї дитини/мами...»
- «Моя дитина/мама...»
- «Чого мені іноді по-справжньому хочеться, то це...»
- «Соромно, коли я...»
- «Думаю, що найважливіше для мене, як для мати/доньки...»
- «Мені особливо приємно...»
- «Мені буває ніяково перед дитиною/мамою, коли...»
- «Особливо мене...»
- «Що мені хотілося б змінити в собі, то це...»
- «Коли мені сумно, я...»
- «Іноді дитина/мама не розуміє мене, тому що я...»
- «Мене дратує те, що я...».

Відбувається обговорення. Чи дізналися ви щось нового один про одного? Чи важко було знайти відповідь? [17].

Вправа «Три кроки до мети»

За допомогою цієї вправи учасники намічають собі три кроки, які вони повинні виконати за наступні три тижні, домагаючись реалізації своїх цілей як особистих, так і цілей сім'ї. Вправа знову відбувається у сімейних підгрупах.

На першому етапі триває робота з особистими цілями. Для цього кожен член сім'ї бере відкриті по три метафоричні карти і проробляє їх, відповідаючи на наступні питання і записуючи в свій щоденник план своїх дій:

- що намальовано на зображенні?
- які думки та асоціації з цього приводу у вас виникають?
- на які кроки для досягнення вашої мети можуть вказувати ці асоціації?
- що ви зможете реалізувати за перший тиждень? за другий? за третій?
- за якими ознаками ви зрозумієте, що виконали запланований крок?
- як ви нагородите себе за успіх?

На другому етапі за тією ж схемою йде робота з метою сім'ї [29].

Вправа «Фототерапія: сімейний альбом»

Елементи фототерапії нерідко вносять у процес лікування завдяки зверненню до сімейних альбомів клієнтів. Сімейні альбоми є цінним джерелом інформації про історію життя клієнта та його сім'ї, відносини між її членами. При знайомстві з фотодокументами клієнта слід звернути увагу на загальну емоційну атмосферу знімків, вираз обличчя, пози, просторове розташування людей щодо один одного, а також на контекст фотографії — тло, на якому розташовані люди, які знаходяться у полі зору об'єктів.

Сімейний фотоальбом мати та донька дивляться разом та уважно стежать за своїми реакціями. Дається стільки часу, скільки потрібно. Після того, як всі подивилися свої альбоми, уточнити, хто створював сімейний альбом, тобто кому належала вирішальна роль у відборі знімків і які потреби, що усвідомлюються або не усвідомлюються, лежали в основі їх вибору. Велике значення матиме з'ясування того, хто фотографував різні сімейні ситуації; як часто і хто дивиться сімейний альбом; які ситуації представлені в альбомі, а які — ні; які члени сім'ї у ньому фігурують частіше, які — рідше.

Сімейний альбом робить наочними стосунки емоційної близькості чи, навпаки, відчуження між членами сім'ї. Нерідко в процесі спільного перегляду сімейного альбому відбувається пожвавлення спогадів про різні моменти сімейної історії сім'ї, прояв почуттів та усвідомлення стосунків. Ролі та позиції дітей у сім'ї, залежно від порядку їх появи на світ, добре проявляються в тому, як вони розміщуються на фотографіях.

Процес сімейної соціалізації, тобто прищеплення дитині певних норм поведінки та цінностей, також можна простежити за фотографіями із сімейного альбому. Сімейні норми та цінності можуть відображатися в тому, яким знімкам віддається перевага при створенні сімейного альбому та як він організовується. Учасникам пропонується відмітити сімейні норми та цінності, які представлені у їх фотографіях.

Велика цінність застосування фотографії у роботі з сім'єю полягає у можливості для її членів побачити порушення у своїх взаєминах, тим самим забезпечуючи їхнє фокусування на певній проблемі. Нерідко спільний

перегляд та обговорення фотографій членами сім'ї під час психотерапевтичних зустрічей активізують їхню взаємодію один з одним і дозволяють тим членам сім'ї, які зазвичай перебувають «в тіні», позначити свою позицію. При цьому фахівець допомагає членам сім'ї в усвідомленні своїх проблем, пропонуючи їм спочатку окремо сфотографуватися в ході сесії, розташувавшись у будь-який прийнятний для них спосіб перед камерою.

Потім члени сім'ї можуть вирізати свої зображення з фотографій та помістити їх на сімейний колаж, який передає те, якими вони хотіли б бачити свої відносини.. При цьому вони можуть зображати фон та будь-які додаткові елементи, використовуючи фарби, вирізки із журналів та інші матеріали.

Відбувається обговорення [29].

Вправа «Сніжинка індивідуальності»

Вправа, яка показує, що всі ми різні (усі роблять завдання і потім показують, що у всіх різні сніжинки, тобто кожен індивідуальний).

Тренер роздає всім учасникам однакові за розміром та кольором квадратики паперу і бере сам. Дає інструкцію, що всі повинні без питань виконувати завдання слідом за тренером. Тренер відвертається та поетапно дає завдання, одночасно виконуючи його сам:

1. Згорніть листок паперу навпіл.
2. Відірвіть верхній правий кут.
3. Ще раз поверніть лист і відірвіть верхній лівий кут.
4. Знову згорніть папір та відірвіть нижній правий кут.
5. Востаннє згорніть папір і відірвіть лівий нижній кут.

Після цього тренер повертається до аудиторії та просить усіх розгорнути свої «сніжинки», підняти їх та показати всім. Тренер: «Спробуйте знайти копію своєї «сніжинки». Її немає! – Так само немає однакових дітей (підлітків, людей). Усі ми індивідуальні!

«Оренбурзька хустка» – всі сніжинки прикріплюються на дошку у формі хустки, яка може зігріти.

Повертаємося до «сніжинки» і розглядаємо питання, що складність порозуміння виникає через те, що сприйняття у всіх різне. Для демонстрації можна програти одну з таких вправ:

Зіпсований телефон (вербальна інформація) – 4-5 осіб виходять з аудиторії, тренер зачитує будь-який текст, потім заходить 1-й – йому теж зачитується текст (він повинен запам'ятати та переказати зміст тексту наступному), запрошуються всі по черзі і кожен, отримавши усну інформацію намагається передати її іншому в такому вигляді, як запам'ятав. Потім знову зачитується інформація. Слухачі обговорюють ситуацію (порозуміння між батьками та підлітками) [17].

Вправа «Сімейна соціограма»

Батькам роздають бланки з намальованим колом (діаметром 110 мм). Дається інструкція: «На аркуші перед вами намальовано коло. Намалюйте у ньому себе і членів своєї сім'ї у форі гуртків і підпишіть їх іменами». Ця методика добре виявляє сімейні коаліції, підсистеми, симбіотичні зв'язки, а також вплив одних членів сім'ї на інших.

Учасникам пропонується проаналізувати свої малюнки відповідно до інтерпретації методики, за бажання обговорити їх [29].

Вправа: «Різне»

Учасники діляться на 2 групи: підлітки та мами.

Дається наступне завдання: треба придумати якнайбільше варіантів використання, наприклад, спортивного костюму. На запис ідей дається не більше 10 хвилин.

Команди мають по черзі представляти свої ідеї, не повторюючись. Та команда, яка придумала найбільше варіантів виграє.

Відбувається обговорення: Чи були варіанти, про які ви навіть не могли подумати? Чому є різні варіанти? Чи легко було?

Рефлексія: групове обговорення тренінгу, рефлексія [2].

До тренінгової програми рекомендовано додати прочитання батьками наступних книжок: Л. Стейнберг «Перехідний вік. Не пропустіть момент»,

А. Гресь «Як пригорнути кактус? Книга для батьків, які хочуть зрозуміти своїх підлітків», Д. Шаткін «Народжені бути вільними», Р. Грін «У партнерстві з дитиною. Як чути один одного і разом знаходити рішення», Е. Елліс Натт «Мозок підлітка. Рятівні рекомендації нейробіолога для батьків тинейджерів».

Висновки до другого розділу

Згідно з проведеним дослідженням та результатами первинного та вторинного статистичного аналізу можемо зробити наступні висновки:

1.) Найбільш вираженими стилями у підлітково-материнській взаємодії є позитивний інтерес та автономність. Перший свідчить про переважаючу у стосунках між матір'ю та донькою турботливість та уважність до всіх аспектів життєдіяльності дитини, а також емоційну залученість. Автономність означає те, що стосунки між матір'ю та донькою-підлітком емоційно холодні, відсторонені, а також в цих взаєминах не прийнято виявляти турботу чи піклування до дитини.

2.) За результатами дослідження емоційного інтелекту було встановлено, що найбільша кількість респонденток мають середні рівні розвитку емоційного інтелекту за всіма індикаторами, окрім «розуміння своїх емоцій» (так, найбільша кількість респонденток мають низький рівень розуміння власних емоцій). Водночас за головними складовими емоційного інтелекту у переважної більшості опитаних встановлено середні рівні розвитку емоційного інтелекту. Анкетування показало, що більшість дівчат-підлітків характеризують стосунки зі своїми матерями як емоційно позитивно забарвлені, довірчі та турботливі. Дівчата-підлітки здебільшого позитивно проводять час з матір'ю, розмовляють з нею та довіряють їй свої секрети. Проте є частина дівчат, які описують взаємини з матерями як емоційно холодні, відсторонені та позбавлені відчуття турботи від матері. Ці дівчата не

довіряють свої таємниці матерям та закриті від діалогу або навіть просто емоційного контакту з матір'ю.

3.) Дівчата-підлітки з автономним стилем взаємодії з мамою мають значно нижчий рівень розуміння чужих емоцій, ніж дівчата, що мають взаємини з матір'ю «позитивний інтерес». Заразом встановлено, що значно вищий рівень керування чужими емоціями мають дівчата підлітки, у яких домінують взаємини з матір'ю за індикаторами позитивного інтересу, аніж дівчата, що мають автономний стиль взаємодії з мамою. Дівчата-підлітки, у стосунках з мамами яких переважає позитивний інтерес, мають значно вищий рівень міжособистісного емоційного інтелекту, аніж дівчата, які мають автономний стиль взаємин з матір'ю. Проте, ми з'ясували, що дівчата-підлітки з переважно автономним стилем взаємин з матір'ю мають значно вищий рівень розвитку внутрішньоособистісного емоційного інтелекту, ніж дівчата того ж віку, матері яких використовують позитивний інтерес як основний тип взаємодії.

Наведена тренінгова програма спрямована на прояснення та корегування батьківських та дитячих настанов, що заважають нормальній взаємодії в сім'ї, а також на формування комунікативних компетенцій батьків щодо підлітків. Також ця програма дозволяє гармонізувати стосунки дітей-підлітків з батьками, водночас основний акцент програми – спрямування на формування довірчих позитивних взаємин між дівчатами-підлітками та їхніми матерями.

ВИСНОВКИ

Проведене теоретико-емпіричне дослідження дає змогу зробити наступні висновки.

Вважаємо, що емоційний інтелект – це здатність до розуміння, контролю і вираження власних емоцій та розуміння емоцій інших людей. Особливо чутливим щодо розвитку емоційної сфери, а зокрема і емоційного інтелекту, є підлітковий. Для ефективного розвитку емоційного інтелекту мають бути певні сприятливі умови, якими стають стосунки між батьками (матір'ю, у цьому разі) та дітьми.

За результатами емпіричного дослідження встановлено, що найбільш вираженими стилями взаємодії в сім'ї між матір'ю і донькою-підлітком є позитивний інтерес та автономність. У цілому емоційний інтелект дівчат-підлітків переважно увиразнюється як такий, що розвинений на середньому рівні у дівчат у підлітковому віці.

Матері з автономним стилем взаємодії з донькою не проявляють достатньо емоцій до своєї дитини, через що дитина не може ефективно й адаптативно навчитися розпізнавати їх навіть у цьому віці. Натомість, дівчата-підлітки зі взаєминами з мамою, наповненими позитивним інтересом, мають значно вищий рівень здатності розуміти емоції оточуючих (тобто, матері, які виховують доньку у небайдужості, виявляючи зацікавленість до її справ, інтересів та здібностей, а також самі виявляють достатньо емоцій до неї, сприяють опануванню доньками навичок успішно розпізнавати емоції оточуючих).

Матері, які виховують доньку в автономних взаєминах з нею, ускладнюють досвід емоційної взаємодії з оточуючими в цілому. Натомість, більш віртуозно сприймати чужі емоції та zarazом викликати потрібні здатні дівчата-підлітки, матері яких виявляли більший емоційний інтерес до життєдіяльності доньки відповідно і забезпечували можливість ретельніше вивчити емоційні реакції оточуючих.

Загалом у дівчат-підлітків, що мають автономні стосунки з матір'ю, увиразнено високий рівень розвитку внутрішньо-особистісного емоційного інтелекту, оскільки такими взаєминами насамперед мама дає доньці поштовх до інтенсивної рефлексії у власних емоціях.

Тренінгова програма, що скомбінована та систематизована нами в представлений роботі, дає змогу опрацювати формат довірчих стосунків між матір'ю та донькою-підлітком, а також сприяє формуванню батьківських компетенцій у взаємодії з підлітком будь-якої статі.

Перспективи подальшої роботи вбачаємо у дослідженні особливостей емоційного інтелекту дівчат-підлітків, які виховуються у повній та неповній сім'ях.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Бахур О. Психологічна характеристика підлітків з делінквентною поведінкою. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2012. № 3. С. 220-226.
2. Бедлінський В. О., Бедлінський О. І. Психологічні особливості організації провідної діяльності підлітків: навч. посіб. Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2011. 136 с.
3. Белякова С. М. Соціально-психологічні особливості розвитку особистості дітей підліткового віку. *Актуальні проблеми сучасної психології: шляхи становлення особистості*: зб. матеріалів доп. учасн. І Міжнародної наук.-практ. конф., м. Переяслав-Хмельницький, 14-16 трав. 2019 р. Переяслав-Хмельницький, 2019. С. 23-27.
4. Ваколук А., Стельмашук Ж. До проблеми розвитку емоційного інтелекту особистості. *Інноватика у вихованні*. Рівне, 2019. № 9. С. 259-265.
5. Василенко Л. П., Савчин М. В. Вікова психологія: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2005. 202 с.
6. Василенко Я. О. Особливості ставлення до власного тіла у дівчаток та хлопчиків підліткового віку. *Проблеми сучасної психології*. 2015. № 27. С. 82-90.
7. Взаємовідносини між матір'ю і дочкою в підлітковому віці: веб-сайт. URL: https://uareferat.com/%D0%92%D0%B7%D0%B0%D1%94%D0%BC%D0%BE%D0%B2%D1%96%D0%B4%D0%BD%D0%BE%D1%81%D0%B8%D0%BD%D0%B8_%D0%BC%D1%96%D0%B6_%D0%BC%D0%B0%D1%82%D1%96%D1%80%60%D1%8E_%D1%96_%D0%B4%D0%BE%D1%87%D0%BA%D0%BE%D1%8E_%D0%B2_%D0%BF%D1%96%D0%B4%D0%BB%D1%96%D1%82%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D0%BC%D1%83_%D0%B2%D1%96%D1%86%D1%96 (дата звернення: 10.05.2022).
8. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С. Л. Гумецької. Харків: Віват, 2018. 512 с.

9. Дочки-матері: 5 типів відносин з мамою, які псують життя: веб-сайт. URL: <https://liza.ua/relationships/family/dochki-materi-5-tipov-otnosheniy-s-mamoy-kotoryie-portyat-tebe-zhizn/> (дата звернення: 10.05.2022).
10. Єрис П. Особливості стосунків між батьками та підлітками в сучасних умовах. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*, 2015. № 5. 229–232.
11. Жилін М. В. Специфіка і розвиток терміну «емоційний інтелект» в світовій психології. *Психологія та соціальна робота*. 2020. № 2. С. 54-68.
12. Зимянський А. Психологічні особливості емоційно-ціннісної складової моральної самосвідомості підлітків. URL: https://dspu.edu.ua/sites/youngsc/AQGS/2013_6-2/pshyhology/220-227.pdf (дата звернення: 05.05.2022).
13. Зінченко М. О. Феномен емоційного інтелекту, структура та підходи до його вивчення. URL: http://eprints.zu.edu.ua/29377/1/%D0%97%D1%96%D0%BD%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_%D1%82%D0%B5%D0%B7%D0%B8.pdf (дата звернення: 21.04.2022).
14. Лелюх-Степанчук О. О. Емоційний інтелект як проблема психологічної науки. URL: <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v10/i31/11.pdf> (дата звернення: 20.04.2022).
15. Литвиненко О. Г. Особливості емоційної сфери підлітків. URL: http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/handle/123456789/8753/72.%20%D0%9B%D1%96%D1%82%D0%B2%D1%96%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F.pdf?sequence=1&isAllowed=y (дата звернення: 05.05.2022).
16. Марчук С. В. Теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту в психології. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. № 3. С. 20-23.
17. Матійків І. М. Тренерська майстерність: теорія і практика. Методичний посібник. Технологія проведення тренінгів: методичний посібник. Львів: СПОЛОМ, 2021. 280 с.

18. Могиляста С. М. Аналіз теоретичних підходів до дослідження емоційного інтелекту особистості. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Т. VI: Психологія обдарованості. Вип. 14. Київ; Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. С. 362-369.
19. Осадча Н. О. Психолого-педагогічна характеристика підлітків та особливості переживання ними самотності. *Молодий вчений*. 2017. № 5. С. 96-99.
20. Помиткіна Л. В., Злагодух В. В., Хімченко Н. С., Погорільська Н. І. Психологія сім'ї: навч. посіб. Київ: НАУ-друк, 2010.
21. Психологічні особливості підліткового віку. URL: http://fel2005.dp.ua/docs/doc_080.pdf (дата звернення: 05.05.2022).
22. Психологічні типи матерів: веб-сайт. URL: <https://poradnica.com.ua/psihologichni-tipi-materiv/> (дата звернення: 10.05.2022).
23. Рашиловська І. В. Психолого-педагогічні умови становлення ідеального «Я» підлітка: автореф. дис. канд. псих. наук. Київ, 2015. 23 с.
24. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2005. С. 191-226.
25. Савчук М. Р. Теоретичні основи дослідження емоційного інтелекту. *Ефективна економіка*. Дніпро, 2017. № 5. URL: <http://www.economy.nauka.com.ua/?op=1&z=5608>.
26. Санько К. О. Феномен емоційного інтелекту в сучасній психології. *Сучасна психологія: теорія і практика*. 2015. № 1. С. 44-47.
27. Сергеєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Вікова психологія: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2012. С. 185-213.
28. Собченко О. М. Здібності у структурі емоційного інтелекту як фактор формування особистості. *Наука. Релігія. Суспільство*. 2010. № 4. С. 84-87.

29. Тараріна О. Практикум по арт-терапії в роботі з дітьми. К., 2019. 152 с.
30. Тихонькова І. С. Вікові особливості старших підлітків у вихованні самоствердження засобами спортивно-ігрової діяльності. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/708846/1/%D0%A2%BE%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B4%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F.pdf> (дата звернення: 05.05.2022).
31. Токарева Н. М. Сучасний підліток у системі психолого-педагогічного супроводу: монографія / Н. М. Токарева, А. В. Шамне, Н. М. Макаренко. Кривий Ріг, 2014. 312 с.
32. Федоришин Г. М. Психологічні проблеми сімейного виховання: навч. посіб. Івано-Франківськ: Місто НВ, 2013. С. 70-82.
33. Фролова Г. С. Наукові підходи до визначення феномену «емоційний інтелект». *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 1. С. 107-111.
34. Чарнецька Р. Т. Психологічні особливості емансипації підлітків. Науковий вісник Херсонського державного університету. Сер.: Психологічні науки. 2013. №. 2. С. 71-75.
35. Юдіна Н. Психологічні особливості комунікативного контролю підлітків різної статі. *Молодий вчений*. 2020. № 6. С. 48-51.
36. Bar-On, R., Tranel, D., Denburg, N. L., & Bechara, A. Exploring the neurological substrate of emotional and social intelligence. *Brain*. 2003. № 126, 1790-1800.
37. Kasianova S. B. Validation of the emotional intelligence development in adults. *The European Journal of Humanities and Social Sciences*, 2020. Vol.1. P. 130-133.
38. Mayer J., Salovey P. Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology*. 1995. Vol. 4. P. 197-208.

ДОДАТОК А

Результати дослідження за методиками «ЕмІн» Д. Люсіна та ADOR

Ві к	PO Z	DI R	HO S	AU T	NE D	М П	М У	В П	В У	В Е	ME I	BE I	П Е	У Е	ЗЕ I
13	4	3	1	2	3	5	3	3	4	2	4	3	4	3	3
13	4	3	2	3	2	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3
13	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	4	3	3	3
13	3	2	3	5	4	2	1	3	2	1	1	3	2	1	2
13	3	3	3	3	1	4	3	4	4	2	3	3	4	3	3
13	1	2	3	4	3	2	2	5	5	4	2	5	3	4	3
13	4	3	2	3	3	5	4	2	3	3	5	3	3	3	3
13	2	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2
13	3	2	2	3	3	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3
13	5	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
13	3	3	3	2	5	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2
13	3	5	4	4	3	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3
13	5	3	2	1	4	5	4	3	2	1	5	2	4	2	3
13	5	3	3	3	3	5	3	3	3	2	4	3	4	3	3
13	1	2	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4
13	5	3	3	2	3	4	4	2	2	1	4	1	3	2	2
14	5	3	2	3	3	5	4	3	2	2	5	2	4	3	3
14	5	3	3	3	4	4	3	2	2	3	4	2	3	3	3
14	3	4	5	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3
14	3	5	3	3	3	5	3	3	4	2	4	3	4	3	3
14	5	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2
14	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2
14	1	2	3	3	4	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3
14	5	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
14	3	2	5	5	3	2	1	5	5	5	1	5	3	3	4
14	3	2	3	3	5	5	3	3	4	2	4	3	4	3	3
14	5	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
14	3	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3
14	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4
14	2	2	4	3	3	5	4	2	2	2	5	2	3	3	3
14	5	3	3	3	1	5	4	3	3	2	5	3	4	3	3
14	5	3	1	3	3	5	4	2	2	2	5	2	3	3	3
15	3	3	3	3	4	3	2	2	3	1	3	2	2	2	2
15	1	3	3	5	5	2	2	4	3	3	2	3	4	2	3
15	3	3	3	3	1	4	4	2	2	1	4	1	3	2	2
15	3	3	2	3	1	3	2	2	3	1	3	2	2	2	2
15	3	3	5	3	3	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3
15	3	3	3	4	3	3	1	5	4	3	2	4	4	2	3
15	5	3	2	3	3	4	5	2	2	1	5	1	3	3	3
15	5	3	3	3	2	3	2	2	3	1	3	2	2	2	2
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
15	3	3	5	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3
15	3	2	3	5	3	4	2	5	4	3	3	4	4	2	4
15	3	3	3	5	3	2	2	4	4	3	2	4	3	2	3
15	3	3	3	3	3	4	5	2	2	1	5	1	3	3	3

15	1	1	5	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3
15	3	3	3	4	3	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2
15	3	5	3	3	2	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3
15	3	3	3	5	5	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3
15	3	5	3	3	2	4	4	2	2	1	4	1	3	2	2
15	3	3	3	3	4	3	1	5	4	3	2	4	4	2	3
15	3	2	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
15	1	2	4	5	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2
15	5	3	2	3	3	4	4	2	3	2	4	2	3	3	3
15	3	5	3	3	2	4	5	2	2	1	5	1	3	3	3
15	3	3	3	5	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2
15	3	1	3	5	5	1	1	4	4	4	1	4	2	3	3
15	3	4	3	4	2	2	2	5	4	3	2	4	2	3	3

Умовні позначення: POZ – «Позитивний інтерес», DIR – «Директивність», NOS – «Ворожість», AUT – «Автономність», NED – «Непослідовність», МП – розуміння чужих емоцій, ВП – розуміння своїх емоцій, МУ – керування чужими емоціями, ВУ – керування своїми емоціями, БЕ – контроль експресії, МЕІ – міжособистісний емоційний інтелект, БЕІ – внутрішньо особистісний емоційний інтелект, ПЕ – розуміння емоцій, УЕ – керування емоціями, ЗЕІ – загальний емоційний інтелект.

ДОДАТОК Б**Анкета****«Які у вас стосунки з матір'ю?»**

Дайте, будь-ласка, відповіді на наступні твердження, використовуючи варіанти відповіді:

1. Згодна
 2. Не згодна
-
1. Ми з мамою дуже дружні.
 2. Мені важко змусити її вислухати мене.
 3. Моя мати надто переймається за мене.
 4. Моя мати не любить показувати свої почуття.
 5. Кожна з нас, особливо я, маємо свої таємниці.
 6. Я дбаю про те, щоб вона була щаслива.
 7. Я легко і охоче прошу у неї допомоги та поради.
 8. Я відкрито говорю їй усе, що хочу сказати, а вона мені.
 9. Я люблю проводити час із нею вдвох.
 10. Мені важко зрозуміти, що вона відчуває насправді.