

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

**на тему: ВПЛИВ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН НА
ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕЖ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКІВ**

Виконала: студентка 2 курсу, групи 8.0532-з-3
спеціальності 053 – Психологія
Морозова Оксана Григорівна
Керівник: д. психол. н., професор кафедри
психології Гура Т. Є.
Рецензент: д. психол. н., професор кафедри
психології Клопота Е. А.

Запоріжжя

2023

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології

Кафедра психології

Рівень вищої освіти магістр

Спеціальність 053 Психологія

Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

к. психол. н., доцент. Н.О. Губа

« ____ » _____ 2023 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Морозовій Оксані Григорівні

1. Тема роботи Вплив дитячо-батьківських відносин на формування психологічних меж особистості підлітків

керівник роботи Гура Т. Є., доктор психологічних наук, професор,

затверджені наказом ЗНУ від «26» 09 2023 року № 1504-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури

4 Зміст розрахунково-пояснювальної записки: здійснити теоретичний аналіз основних психологічних теорій, щодо дослідження впливу дитячо-батьківських відносин на психологічні межі особистості підлітків; виявити ключові фактори, що сприяють формуванню психологічних меж особистості підлітків; провести аналіз методик, які можна використовувати в емпіричному дослідженні при встановленні взаємозв'язку між характером дитячо-батьківських відносин та рівнем розвитку психологічних меж особистості підлітків.

5. Перелік графічного матеріалу: 1 таблиця, 4 рисунка

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
Вступ	Гура Т. Є. професор		
Розділ 1	Гура Т. Є. професор		
Розділ 2	Гура Т. Є. професор		
Висновки	Гура Т. Є. професор		

7 Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Термін виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень –лютий 2023 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2023 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2023 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	липень-серпень 2023 р.	Виконано
6	Написання висновків	вересень-жовтень 2023 р.	Виконано
7	Передзахист	листопад 2023 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	грудень 2023 р.	Виконано

Студент _____ О. Г. Морозова

Керівник роботи _____ Т. Є. Гура

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ О. М. Гречинарова

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 65 сторінок з яких 52 сторінки основного тексту, 1 таблиця, 4 рисунка, 56 джерел.

Об'єкт дослідження – система взаємодії між батьками та дітьми.

Предмет дослідження – особливості впливу дитячо-батьківських відносин на формування психологічних меж особистості підлітків.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити особливості впливу дитячо-батьківських відносин на формування психологічних меж особистості. Дослідження спрямоване на розкриття психологічних механізмів, які лежать в основі зазначеного впливу, і визначення факторів, що можуть сприяти формуванню позитивних психологічних меж у дітей та дорослих.

Гіпотеза дослідження: Припускаємо, що дитячо-батьківські відносини впливають на формування психологічних меж підлітків.

Методи дослідження:

Теоретичні: ретроспективний метод, який дозволив проаналізувати роботи з визначеної проблематики; систематизація наукових джерел; методологічний аналіз; порівняння; узагальнення.

Емпіричні: спостереження; опитування в усній та письмовій формі (анкетування, тестування, бесіда, інтерв'ю).

Наукова новизна полягає у визначенні важливих аспектів та факторів причинного зв'язку дитячо-батьківських відносин і меж особистості підлітків.

МЕЖІ ОСОБИСТОСТІ, ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКІ ВІДНОСИНИ, ПІДЛІТКИ, ЕМОЦІЙНИЙ СТАН, КОГНІТИВНІ ФУНКЦІЇ, ПРОЕКЦІЯ.

SUMMARY

Morozova O.G. The influence of parent-child relations on the formation of psychological boundaries of the adolescent personality.

The qualifying work consists of Introduction, 2 Chapters, Conclusion, References (56 items, 49 of foreign origin). The qualifying work volume is 65 pages long, 52 of them – main text. There are 1 table and 4 Illustrations.

The research object: system of interaction between parents and children.

The research subject: the specifics of the influence of parent-child relations on the formation of psychological boundaries of the adolescent personality.

The research goal: is to theoretically substantiate and experimentally investigate the peculiarities of the influence of parent-child relations on the formation of psychological boundaries of the adolescent personality. The research is aimed at revealing the psychological mechanisms that underlie the mentioned influence, and determining the factors that can contribute to the formation of positive psychological boundaries in children and adults.

The research tasks are:

– To analyze the psychological literature and identify theoretical and experimental approaches to the problem of the influence of parent-child relations on the formation of psychological boundaries of the adolescent personality.

– To reveal the psychological meaning of «child-parent relations» and «personality boundaries» and to analyze their causal dependence.

– To identify the key factors contributing to the formation of the psychological boundaries of the adolescent personality.

– To analyze family relations as a factor influencing the social development of adolescent and their ability to create psychological boundaries.

– To conduct an analysis of methods that can be used in empirical research to establish the relationship between the nature of child-parent relations and the level of development of the psychological boundaries of the adolescent personality.

Chapter 1 «Theoretical analysis of parent-child relations and psychological boundaries of adolescent».

Chapter 2 «Specifics of the influence of parents on the formation of psychological boundaries of the adolescent personality»

Key words: personality boundaries, child-parent relations, adolescent, emotional state, cognitive functions, projection.

ЗМІСТ

ВСТУП	8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СУТНОСТІ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН ТА ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕЖ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКІВ.....	12
1.1. Поняття, історичні аспекти розвитку та напрями дослідження дитячо- батьківських відносин.....	12
1.2. Психологічні межі особистості.....	25
1.3. Фактори, які впливають на формування психологічних меж особистості підлітків.....	31
РОЗДІЛ 2. ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ БАТЬКІВ НА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕЖ ОСОБЛИВОСТІ ПІДЛІТКІВ.....	35
2.1. Стили взаємодії дітей та батьків в родині	35
2.2. Аналіз методів емпіричного дослідження взаємозв'язку дитячо-батьківських відносин та меж особистості підлітків.....	41
2.3. Аналіз результатів емпіричного дослідження впливу дитячо-батьківських відносин на формування психологічних меж підлітків	53
ВИСНОВКИ.....	58
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	60

ВСТУП

Актуальність дослідження. Виховання молодого покоління та забезпечення його психологічного здоров'я є актуальною проблемою суспільства. В сучасному світі, який знаходиться під впливом постійних складних трансформацій, що відображаються на всіх аспектах життя людини (включаючи її психологічний стан та розвиток), в психології підлітків залишається багато невирішених питань, які потребують детального вивчення та аналізу. Однією з ключових складових психологічного розвитку є формування особистісних меж – психологічних бар'єрів, що визначають межі та обсяги індивідуальних можливостей, відношення з оточуючим середовищем, а також внутрішнє сприйняття себе. Відносини між дитиною та батьками є визначальними для її розвитку та самопізнання.

Однією з головних сфер впливу на формування психологічних меж особистості є дитячо-батьківські відносини. Ці відносини не тільки визначають тип виховання, який здійснюють батьки, а й мають потенціал впливати на емоційний, соціальний та когнітивний розвиток особистості протягом усього життя. Актуальність дослідження впливу дитячо-батьківських відносин на формування психологічних меж полягає в усвідомленні того, наскільки цей аспект може впливати на якість життя, відносини з суспільством та індивідуальний саморозвиток особистості.

Тема дослідження також актуальна з огляду на те, що підлітки є важливою соціальною категорією, яка потребує спеціальної уваги і підтримки. Підлітковий вік характеризується інтенсивним розвитком фізичних, когнітивних та емоційних функцій, які можуть бути значною мірою визначені дитячо-батьківськими відносинами.

Сучасні дослідження та публікації вказують на те, що дитячо-батьківські відносини можуть мати істотний вплив на психічне здоров'я дитини та її

подальший розвиток. Вони віддзеркалюють різнобічні аспекти даної теми, зокрема взаємодію сімейного середовища, батьківської підтримки і контролю, способів комунікації та розв'язання конфліктів на формування психологічних меж у підлітків.

Психологічна межа дитини розглядається як результат поступового відокремлення від симбіотичних стосунків з батьками, під час якого формується особистісна ідентичність (самоідентичність). Цей процес сприяє відокремленню внутрішнього «Я» від зовнішнього середовища, дозволяючи особистості відчувати себе окремо від інших індивідів. Такий розвиток допомагає дитині здобути автономію, здатність самовизначення та відповідальність за свої дії. Ця межа особистості служить фільтром для зовнішнього впливу, дозволяючи вибирати те, що сприймається, та ефективно взаємодіяти з оточуючим світом.

Об'єкт дослідження – дитячо-батьківські відносини як психологічне явище.

Предмет дослідження – особливості впливу дитячо-батьківських відносин на формування психологічних меж особистості підлітків.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості впливу дитячо-батьківських відносин на формування психологічних меж особистості у підлітковому віці. Дослідження спрямоване на розкриття психологічних механізмів, які лежать в основі зазначеного впливу, і визначення факторів, що можуть сприяти формуванню позитивних психологічних меж у дітей та дорослих.

Гіпотеза дослідження: Припускаємо, що дитячо-батьківські відносини впливають на формування психологічних меж підлітків.

Завдання дослідження:

1. Провести аналіз актуальних публікацій та наукових досліджень з визначеної теми, відділивши психологічні теорії, що мають важливе значення для дослідження впливу дитячо-батьківських відносин на психологічні межі особистості підлітків.

2. Розкрити психологічний зміст понять «дитячо-батьківські відносини» і «межі особистості» та проаналізувати їх причинну залежність .

3. Виявити ключові фактори, що сприяють формуванню психологічних меж особистості підлітків.

4. Проаналізувати відносини в родині як фактор впливу на соціальний розвиток підлітків та їхню здатність створювати психологічні межі.

5. Провести аналіз методик, які можна використовувати в емпіричному дослідженні при встановленні взаємозв'язку між характером дитячо-батьківських відносин та рівнем розвитку психологічних меж особистості підлітків.

6. Здійснити пілотне емпіричне дослідження впливу дитячо-батьківських відносин на формування психологічних меж підлітків.

Методи дослідження:

Теоретичні: ретроспективний метод, який дозволив проаналізувати роботи з визначеної проблематики; систематизація наукових джерел; методологічний аналіз; порівняння; узагальнення.

Емпіричні: спостереження; опитування в усній та письмовій формі (анкетування, тестування, бесіда, інтерв'ю).

Наукова новизна полягає у визначенні важливих аспектів та факторів причинного зв'язку дитячо-батьківських відносин і меж особистості підлітків. Запропоновано алгоритм емпіричного дослідження зазначеного взаємозв'язку. Алгоритм використовує надійні та валідні діагностичні методи, при його використанні можливі рекомендації для формування позитивних психологічних меж особистості підлітків. Розроблено «Опитувальник психологічних меж підлітків» в якому досліджуються: розуміння підлітком психологічних меж; основні аспекти, які впливають на процес встановлення психологічних меж; вплив взаємодії з батьками на процес встановлення психологічних меж.

Практична значущість роботи полягає у розробці шаблону, який можна використовувати в дослідженнях впливу дитячо-батьківських відносин на

формування психологічних меж підлітків. При застосуванні алгоритму висвітлюється розуміння багатоаспектної важливої проблеми формування особистості підлітка із здоровими психологічними межами. Рекомендації, поради від психолога, як для батьків, так і для підлітків, допоможуть у вихованні здорової, сильної нації.

Структура кваліфікаційної роботи магістра. Складається із вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел з 56 найменувань. Загальний обсяг роботи 65 сторінок з яких 52 сторінки основного тексту. Робота містить 1 таблицю та 4 рисунка.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СУТНОСТІ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН ТА ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕЖ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКІВ

1.1. Поняття, історичні аспекти розвитку та напрями дослідження дитячо-батьківських відносин

Категорія відносин є однією з ключових у психології. Ми розуміємо загальне поняття відносини (relation), як будь-який значущий зв'язок між двома або більше подіями або особами. Взаємовідносини (relationship), як постійний або частковий зв'язок між батьками та дітьми у родині, на який учасники відносин мають певний вплив через думки, почуття та дії один до одного [1, с. 900].

У вітчизняній літературі також поширене поняття взаємин або міжособистісних взаємовідносин [2-4]. Взаємини ґрунтуються на конкретних мотиваційних стимулах, таких як інтерес, усвідомлення необхідності взаємодії, співробітництво, міжособистісна комунікація тощо. Вони включають в себе різноманітні прояви, такі як мовлення, поведінкові акти, міміку, жести. Крім того, вони відображають емоційну сферу та почуття – задоволення від спілкування, симпатію, антипатію, позитивні та негативні емоції. Також взаємини відображають аспект пізнання, що включає сприйняття інших осіб, розмірковування та уявлення, а також вияв волі, наприклад, здатність зберігати самоконтроль у випадку конфлікту або надання допомоги в складних ситуаціях.

В роботі ми використовуємо визначення «дитячо-батьківські відносини» вважаючи його синонімами поняттям «дитячо-батьківські взаємовідносини» та «дитячо-батьківські взаємини».

Розуміння історичних етапів розвитку дитячо-батьківських відносин можна знайти в роботах засновника Інституту психоісторії та журналу The Journal of

Psychohistory Ллойда Демоса (Lloyd deMause). Л. Демос [5] у своєму дослідженні, присвяченому аналізу дитинства в контексті багатьох поколінь, пропонує акцентувати увагу на тих моментах, які мають найбільший вплив на психіку наступного покоління. Зокрема, він досліджує взаємодію дорослих з дітьми, які виявляють бажання чогось досягти чи отримати. Дорослим доступні три можливі способи реагування:

1). *Проективна реакція* – дорослий може використовувати дитину як засіб для проекції вмісту свого власного несвідомого;

2). *Поворотна реакція* – він може використовувати дитину як заміну особливо важливої фігури свого власного дитинства;

3). *Реакція співпереживання* – дорослий може співчувати потребам дитини та вживати дії для їх задоволення.

Проективна реакція відома психоаналітикам через терміни проекція (projection), проективна ідентифікація (projective identification), або більш конкретно через нав'язливу форму емоційного розряду на інших осіб (emotional dumping, emotional discharge).

Поворотна реакція стосується батьків, які вчиняють насильницькі дії зі своїми дітьми. Дитина існує лише для задоволення потреб батьків. Неспроможність дитини забезпечити очікуване від неї почуття любові завжди призводить до покарання.

Реакція співпереживання (емпатія) – це здатність дорослого регресувати до рівня потреб дитини і правильно розпізнати їх без домішки своїх власних проекцій. Дорослий повинен певною мірою дистанціюватися від потреб дитини, щоб бути здатним задовольняти їх. Ця здатність ідентична з вживанням психоаналітиками несвідомим терміну вільно плаваючої уваги (free-floating attention).

В своєму дослідженні Л. Демос орієнтується на найбільш розвинутих у психогенному відношенні батьків з найбільш розвинутих країн запропонував

схему періодизації моделей ставлення до дітей протягом історії. Шість послідовних етапів показують поступове зближення дитини та батьків в той час, як покоління за поколінням батьки повільно долають свої тривоги та починають розвивати здатність розпізнавати та задовольняти потреби дитини.

1). *Інфантицидний* (infanticide) стиль (античність до IV ст.). У минулому дітовбивство було прийнятою практикою в деяких суспільствах, часто як відповідь на перенаселення, або як засіб усунення потомства, визнаного непридатним. Коли батьки боялися, що дитину буде важко виховати чи прогодувати, вони зазвичай вбивали її, і це мало величезний вплив на тих, хто вижив.

2). *Залишаючий* (abandoning) стиль (IV-XIII ст.). Батьки почали визнавати в дитині душу і єдиним способом уникнути проявів небезпечних для дитини проєкцій була фактична відмова від неї. Дитину відправляли до годувальниці, до монастиря або до закладу для маленьких дітей, до будинку іншого знатного роду як слугу чи заручника, або віддавали назавжди в чужу сім'ю. Характеризується відмовою від дітовбивства у зв'язку з поширенням християнства і практикою передачі батьками дітей на виховання третім особам.

3). *Амбівалентний* стиль (XIV-XVII ст.). Дитині надавалася можливість брати участь у емоційному житті батьків, але при цьому вона залишалася приймачем для небезпечних проєкцій дорослих. Популярною метафорою було порівняння дітей з м'яким воском, або глиною і батьки вважали своєю відповідальністю виліпити (відлити, викувати) дитину в необхідну форму. Цей етап характеризувався суттєвою дуальністю: з одного боку, існували різні консультанти з питань виховання дітей; з іншого боку, зросла популярність культу Марії та дитини Ісуса, а в мистецтві активно популяризувався образ турботливої матері.

4). *Нав'язливий* стиль (XVIII ст.). Цей стиль став можливим після значного ослаблення проєктивних реакцій і фактичного зникнення поворотних реакцій, що

відзначило завершення переходу до нового стилю дитячо-батьківських відносин. Дитина меншою мірою була об'єктом батьківських проєкцій. Замість цього батьки прагнули зблизитися з дитиною тісніше та отримати контроль над її розумом, а через цей контроль регулювати її внутрішній стан, гнів, потреби, та навіть її волю. Діти, які виховувалися такими батьками можливо були биті іноді, але не систематично. Деякі загрози застосовувалися рідше, що робило істинну емпатію цілком можливою. Наслідком такого поводження дорослих із дітьми вважається зниження дитячої смертності, що позитивно вплинуло на демографічну ситуацію у XVIII століття.

5). *Соціалізуючий* стиль (XIX ст. - до середини XX ст.). Оскільки проєкції продовжують слабшати, виховання дитини полягає вже не стільки в оволодінні її волею, скільки у спрямуванні на правильний шлях. Дитину вчать пристосовуватись до обставин, соціалізують, намагаються сформувати особистість відповідно до їх ідеалів, дати престижну освіту і краще підготувати до дорослого життя.

6). *Допоміжний* стиль (з середини XX ст.). Цей стиль базується на переконанні, що дитина краще, ніж батьки, розуміє свої потреби на кожному етапі свого розвитку. В житті дитини обидва батьки беруть участь, вони розуміють та задовольняють її індивідуальні потреби. Дитину не б'ють фізично, не виражають на неї свій гнів, але вміють пробачати, коли вона, перебуваючи в стані стресу, може влаштувати сцени. Такий стиль виховання вимагає величезних витрат часу, енергії, а також розмов з дитиною, особливо у перші шість років, тому що допомогти дитині вирішувати свої щоденні завдання неможливо, не відповідаючи на її запитання, не граючи з нею. Бути слугою, а не королем дитини, розбиратися у причинах її емоційних конфліктів, створювати умови для розвитку інтересів, вміти спокійно ставитися до періодів регресу у розвитку - ось що має на увазі цей стиль. Внаслідок такого виховання виростають добрі, щирі, з сильною волею

люди, котрі не піддаються депресіям, не роблять, «як усі» та не схиляються перед авторитетом.

Поняття дитячо-батьківських відносин має свою специфіку в контексті трьох основних теоретичних напрямків дослідження (рис. 1.1).

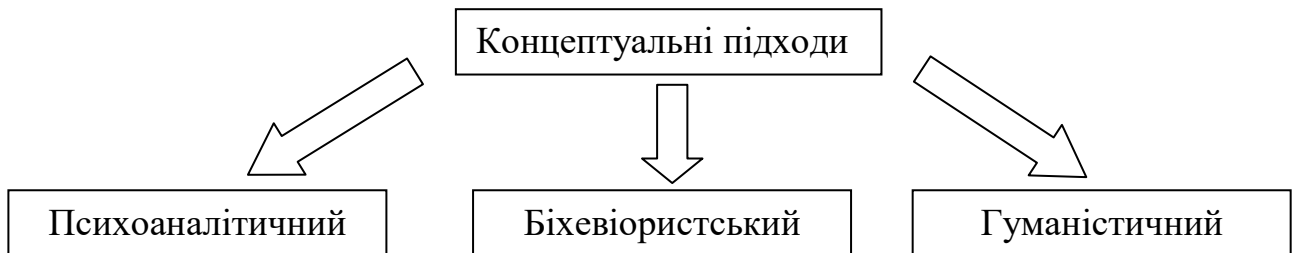


Рис. 1.1. Напрямки дослідження дитячо-батьківських відносин

Дослідження представників *психоаналітичної школи* в галузі дитячо-батьківських відносин допомогли в узагальненні та поглибленні нашого розуміння цього важливого аспекту розвитку особистості. Серед них – Зигмунд Фройд, Анна Фройд, Еріх Фромм, Мелані Кляйн, Дональд Вінікотт, Карен Хорні, Ерік Еріксон, Маргарет Малер та ін. Узагальнюючи, можна сказати, що представники психоаналітичної школи психології надали нам глибоке і докладне розуміння дитячо-батьківських відносин та їх вплив на психічний та емоційний розвиток дитини, відзначивши роль батьківських фігур у формуванні особистості.

Батько психоаналізу З. Фройд та його теорія мають важливе значення для розуміння дитячо-батьківських відносин. Основні доктрини, що відносяться до цього питання, включають наступні аспекти [6-9]:

1). *Едипів комплекс* (Oedipus complex).

У класичній психоаналітичній теорії, еротичні почуття сина до матері супроводжуються суперництвом і ворожістю до батька, під час фалічної стадії психосексуального розвитку. Фройд отримав назву від грецького міфу, в якому Едіп несвідомо вбив свого батька й одружився на його матері. Фройд вперше

описав комплекс, що розглядає стосунки між дитиною та батьком протилежної статі через конкуренцію за увагу матері або батька в ранньому віці. Цей концепт підкреслює важливість батьківських фігур у формуванні сексуального та соціального розвитку дитини.

2). *Ід, Его та Супер-Его (ID, EGO, SUPEREGO).*

Фройд вважав, що розвиток дитини пов'язаний зі структурою психіки, яка складається з Ід (безсвідома частина психіки – прагнення, бажання, потяги, інстинкти), яка працює за принципом насолоди та поточного задоволення бажань, не враховуючи обмеження або моральні норми; Его (реалістична та об'єктивна частина психіки), яка розробляє стратегії для задоволення потреб і бажань Ід, враховуючи обставини та соціальні норми; Супер-его (моральний аспект, який формується на основі правил, норм та цінностей, переданих батьками). Відносини між цими компонентами визначають психологічний стан дитини. Фройд виділив важливу роль батьківського виховання дитини на формування супер-его. Він вважав, що цінності, норми та мораль, передані батьками, визначають структуру супер-его та внутрішню моральну систему дитини.

3). *Поняття інтерації (interaction – взаємодія) та ідентифікації.*

Фройд розвинув поняття інтерації та ідентифікації, які означають, що дитина поглинає аспекти особистості батьків, і це впливає на формування її власної особистості.

4). *Психосексуальний розвиток.*

Фройд виділив п'ять стадій психосексуального розвитку особистості – оральну, анальну, фаллічну, латентну та генітальну фазу. Статевий потяг, який Фройд назвав лібідо, фокусується в різній ерогенній зоні на кожній фазі. Він вважав, що дитячо-батьківські відносини впливають на переходи між цими стадіями та розвиток дитини.

Ці доктрини Фрейда стали основою для подальших досліджень у галузі психології дитячо-батьківських відносин і психотерапії.

Д. Віннікотт [10-12] розглядав взаємодію батьків із своїми дітьми як важливий чинник в їхньому емоційному та психічному розвитку, підкреслюючи роль батьків у створенні безпечного та сприйнятливого середовища для дитини. Основні ідеї та підходи Віннікотта до питання дитячо-батьківських відносин можна визначити наступним чином:

1). *Концепція утримання.*

Робота Віннікотта з дітьми та їхніми матерями призвела до розвитку його концепції щодо «середовища утримання» (holding environment). *Холдинг* - це стримуюча здатність матері, яка інстинктивно знає, коли втрутитися, даруючи дитині любов, а коли відійти в сторону, коли дитина її не потребує. Дослідник вважав, що «материнська техніка тримання, купання, годування, усього, що вона робить для дитини, доповнює перше уявлення дитини про матір», а також сприяє розвитку здатності сприймати тіло як місце, де людина живе безпечно. Віннікотт вважав ключем до здорового розвитку особистості екстраполяцію концепції холдинга від матері до сім'ї та зовнішнього світу.

2). *Гра та відчуття реальності.*

Віннікотт вважав, що гра є ключем до емоційного та психологічного благополуччя особистості. Під «грою» він мав на увазі не лише те, як грають діти різного віку, а й те, як «грають» дорослі, займаючись мистецтвом або займаючись спортом, хобі, гумором, розмовою тощо. У будь-якому віці він вважав гру вирішальною для розвитку особистості, тому що, коли люди грають, вони відчують себе справжніми, спонтанними та живими, і їм дуже цікаво те, що вони роблять.

3). *Перехідний простір.*

Для Віннікотта дитина на початку свого існування перебуває у суб'єктивно створеній реальності, де все (включно з матір'ю) перебуває під її всемогутнім контролем (суб'єктивна всемогутність). У цьому світі дитина вірить, що саме вона створює образ матері за допомогою своїх бажань. З часом дитині потрібно

відмовитися від цієї гедоністичної перспективи і прийняти уявлення про спільний об'єктивний простір, де мати існує незалежно від егоїстичної волі дитини. Але між цими двома варіантами реальності наявний третій перехідний простір, який формується під впливом суб'єктивних уявлень, але сприймається об'єктивно. Він включає перехідні об'єкти (гра теж може використовуватися, як перехідний об'єкт), об'єднує в собі риси обох форм реальності і дозволяє дитині переходити до загальної об'єктивної реальності, не травмуючись нею. Це сприяє розвитку здатності адаптуватися до об'єктивної реальності, зберігаючи при цьому ядро суб'єктивної всемогутності, що дозволяє виражати унікальність в особистості.

4). *Справжнє Я і фальшиве Я.*

Справжнє Я – це відчуття живого та реального у розумі та тілі людини, відчуття спонтанних і невимушених почуттів. Цей досвід життя дозволяє людям бути щиро близькими з іншими та бути творчими. Віннікотт вважав, що «Справжнє Я» починає розвиватися в дитинстві, у стосунках між дитиною та її основним опікуном (Віннікотт зазвичай називає цю людину «матір'ю»). Один із способів, за допомогою якого мати допомагає дитині розвинути автентичне я, це привітно та заспокійливо реагувати на спонтанні почуття, вирази та ініціативи дитини. Таким чином дитина розвиває впевненість, що нічого поганого не відбувається, коли вона висловлює свої почуття, тому її почуття не здаються їй небезпечними чи проблемними, і їй не потрібно приділяти надмірну увагу контролю або уникненню їх. Вона також отримує відчуття, що вона справжня, що вона існує, а її почуття та дії мають значення. Фальшиве Я – це захист, маска поведінки, яка відповідає очікуванням інших. Фальшиве Я розвивається в дитинстві, як захист від середовища, яке здається небезпечним через відсутність розумно налаштованого догляду. Дослідник вважав, що батькам не потрібно бути ідеально налаштованими, а просто бути «звичайно відданими» або «достатньо хорошими», щоб захистити дитину від частих переживань надзвичайного дискомфорту та страждань, емоційних чи фізичних.

Е. Еріксон [13] в своїй теорії восьми стадій розвитку особистості, також відзначав ключову роль дитячо-батьківських відносин у формуванні особистості та вирішенні психосоціальних проблем.

На стадії *базової довіри* дитина формує свій світогляд стосовно того, наскільки вона може довіряти своїм батькам. Мати відображає на дитині свої внутрішні уявлення про надійність, відчуття особистої значущості тощо. Важливою частиною цього етапу є забезпечення стабільного і постійного догляду за дитиною. Це допомагає дитині розвинути довіру, яка може перейти в стосунки, відмінні від батьківських. Крім того, діти розвивають довіру до інших, які підтримують їх.

На стадії *автономії проти сорому та сумніву* дитина починає відкривати зачатки своєї незалежності, і батьки повинні сприяти тому, щоб дитина виконувала основні завдання «сама». Еріксон стверджує, що важливо дозволити дітям свободу в дослідженні, але також потрібно створити середовище, яке вітає невдачі. Тому батько не повинен карати чи дорікати дитину за невиконання завдання. З успіхом цього етапу досягається воля. Діти, успішні на цьому етапі, матимуть «самоконтроль без втрати самоповаги».

На стадії *ініціативи проти провини* дитина розвиває творчість та здатність до ініціативи. Якщо їй дозволити приймати свої рішення, дитина розвине впевненість у своїй здатності керувати іншими. Якщо дитині не дають приймати певні рішення, то розвивається почуття провини. Батьки важливі як підтримка та похвала для ініціативи, але вони також повинні навчити дитину розрізняти власні бажання та соціальні норми.

На етапі *компетентності* дитина намагатиметься довести свою компетентність у речах, які нагороджуються суспільством, а також розвивати задоволення від своїх здібностей. Заохочення дитини підвищує почуття адекватності та компетентності в досягненні цілей. Обмеження з боку батьків призводить до сумнівів і можливості не досягти повної реалізації здібностей. На

цьому етапі батьківська підтримка та виховання важливі для формування внутрішньої моралі та етики.

Отже Еріксон визначає важливість батьківського впливу на кожному етапі розвитку особистості, але з кожним роком вплив з боку батьків зменшується, а з боку соціального оточення зростає.

Дослідження представників *біхевіористської школи* в галузі дитячо-батьківських відносин допомогли зрозуміти, як зовнішні фактори та стимули впливають на поведінку дітей та батьків, а також які методи виховання можуть бути ефективними з точки зору досягнення конкретних цілей. Серед них – Джон Бродес Вотсон, Альберт Бандура, Едвард Лі Торндайк, Беррес Фредерік Скіннер, Роберт Сірс та ін.

Джон Б. Вотсон [14] популяризував наукову теорію біхевіоризму, заснувавши її як психологічну школу, був відомий своєю роботою з умовними рефlekсами та впливом середовища на формування поведінки особистості. Дослідник був переконаний, що з дітьми слід поводитися як з дорослими. Таким чином, він застерігає від неминучої небезпеки надто великої любові та прихильності матері, тому що любов, як і все інше, що розуміється біхевіористською точкою зору є зумовленою. Він стверджував, що батьки не повинні створювати нереалістичні очікування дітей і заохочувати батьків бути чесними. Дослідник вважав, що «всі слабкості, замовчування, страхи, застереження та неповноцінності наших батьків вбиті в нас ударами кувалди» [15]. Наголошуючи на важливості виховання, Вотсон стверджував, що ніщо не є інстинктивним, а радше все вбудовано в дитину через взаємодію з її оточенням. Тому батьки несуть повну відповідальність, коли вони вибирають, у якому середовищі дозволити своїй дитині розвиватися і вони повинні виробити техніку поведінки і дисципліну у дитини.

Б. Скіннер назвав свій підхід до вивчення поведінки радикальним біхевіоризмом. В контексті дитячо-батьківських відносин важливо розуміти, що Б.

Скіннер [16; 17] розробив методику послідовного наближення, яка може бути застосована для ефективного та швидкого коригування поведінки дітей. Він рекомендував використовувати позитивне та негативне підкріплення, нагороджуючи дітей за корисну діяльність та караючи за небажану. Проте важливо враховувати його погляд на те, що аверсивні стимули, такі як стримування чи покарання, можуть бути неефективними в управлінні поведінкою дитини.

Отже згідно з концепцією Б. Скіннера [18], розвиток дитини в сім'ї представляє собою процес навчання за допомогою методів підкріплення. На початкових етапах розвитку дитини саме батьки виступають агентами соціалізації та є джерелом підкріплення для бажаної поведінки. Наприклад, задовольняючи істерики дитини, батьки підкріплюють небажану поведінку. У процесі модифікації поведінки важливо утримуватися від підкріплення таких дій, як тупання ногами чи крики, підкріплюючи лише бажану поведінку. З часом змінюється поведінка дитини, оскільки демонстрація характеру більше не призводить до отримання бажаного результату.

Але важливо враховувати, що підкріплення дитячої поведінки може впливати на формування ефективності або неефективності в дорослому житті. Наприклад, занадто дбайливі батьки, які проявляють надмірну увагу до хворої дитини, можуть сприяти посиленню хвороби та формуванню неправильної поведінки, яка може виявитися шкідливою в дорослому віці.

Скіннер, виходячи з ідеї відсутності свободи волі в особистості, стверджував, що поведінка окремої людини залежить від контролю соціального оточення, і сім'я є тим середовищем, де слід акцентувати увагу на підкріпленні бажаної для суспільства поведінки. Він розробив програму зміни поведінки відповідно до соціальних вимог. Тому важливо будувати дитячо-батьківські відносини на підкріпленні позитивної поведінки, створюючи умови для виникнення бажаних звичок та навичок. Використання методів позитивного

підкріплення може сприяти формуванню позитивного інтерактивного середовища в сім'ї. *Підкріпленням* можна виразити все, що підсилює тенденцію до повторення реакцій.

У контексті дитячо-батьківських відносин батькам покладено завдання підтримувати соціально прийнятну поведінку дитини і відкидати неприйнятні форми, сприяючи тим самим її соціалізації. Якщо в репертуарі дитини відсутня необхідна реакція, її можна формувати. Відповідно до теорії Р. Сірса [19], навчання через наслідування є ключовим методом для здобуття нових форм поведінки. Сірс досліджував вплив матері на розвиток дитини. Відзначаючи значення залежності, він розглядав підкріплення як результат взаємодії матері та дитини, де важливою була мотивація залежності, така як активне прагнення до любові, уваги, ласки та ін. Психологічна залежність виявляється у виявленні потреби уваги – дитина активно шукає увагу дорослого, виражає бажання, щоб її помічали у тому, що вона робить, і бажає бути поруч з дорослим. Залежність проявляється в тому, що дитина відчуває страх залишитися самою. Вона вчиться вченню, яке спрямоване на привертання уваги батьків. Цей підхід з точки зору біхевіоризму наступний, вказуючи увагу на дитину, ми підсилюємо її поведінку, і це можна використовувати для навчання її різних навичок. Р. Сірс розглядає залежність як складну мотиваційну систему, яка не є вродженою, але формується протягом життя.

Це становило ключову потребу, яку слід було враховувати. Водночас, процес розвитку дитини включав у себе подолання цієї залежності та її трансформацію. Можна бачити, що в цьому підході теорія соціального навчання тісно переплітається з психоаналізом в рамках вивчення дитячо-батьківських відносин.

Отже біхевіористський напрямок психології, в контексті дитячо-батьківських відносин, наголошує на вивченні поведінки як результату взаємодії

між дитиною та її оточенням, особливо батьками. Основними поняттями в цьому підході є підкріплення та виховання через наслідування.

Загалом, біхевіоризм у дитячо-батьківських відносинах підкреслює важливість вивчення та формування поведінки через механізми підкріплення та наслідування, спрямовуючи увагу на зміну конкретних взаємодій між батьками та дитиною.

Дослідження представників *гуманістичної школи* в галузі дитячо-батьківських відносин акцентують увагу на важливості людської індивідуальності, емоційної підтримки та створенні позитивного емоційного клімату для оптимального розвитку дитини. В цьому напрямку батьківство розглядається як процес, що сприяє особистісному росту та самовираженню дитини. Важливий вклад у розвиток цього напрямку внесли Карл Роджерс, Абрагам Маслоу, Альфред Адлер та ін.

Один з засновників гуманістичної психології К. Роджерс [20] виділив, що виховання та відносини між батьками та дітьми мають сприяти розкриттю особистості дитини. Згідно з його переконанням, пріоритетами виховання дітей повинні бути загальнолюдські цінності, такі як свобода, совість, добро, чесність, любов, які взаємодіють із конкретними цінностями кожної етнічної культури. Роджерс підтримував ідею відкритості та вираження власних почуттів, оскільки це може створювати атмосферу взаєморозуміння та сприяти відкритій комунікації з дітьми. Основа виховання дітей – гуманістичне ставлення батьків до дитини, на відміну від безапеляційного виконання вимог батьків. Звідки батьки спонукають дитину до свідомого навчання. Сформована таким чином особистість здатна бути вільною та відповідальною за власні дії.

А. Адлер [21] підкреслював важливість того, щоб дитина відчувала себе часткою родини. Він вважав, що взаємодія з батьками впливає на формування у дитини відчуття приналежності та безпеки. Дослідник вважав, що батьки грають ключову роль у формуванні стилю життя і відносин дитини з оточуючим світом.

Він акцентував увагу на важливості демократичного стилю виховання, де діти мають відчувати, що їхні думки та почуття важливі. Також Адлер наголошував на важливості теплих, підтримуючих та сприяючих відносин у сім'ї для формування психічного благополуччя дитини та її соціального розвитку.

Отже представники гуманістичного напрямку психології допомогли сформулювати погляд на дитячо-батьківські відносини, спрямовані на підтримку розвитку особистості та задоволення потреб дитини в самовизначенні, емоційній безпеці та позитивних взаємодіях.

1.2. Психологічні межі особистості

Психологічні межі мають важливе значення у процесі міжособистісного спілкування та сприйняття. Психологічні межі можна визначити як психологічне утворення, що виникає внаслідок взаємодії або встановлення рівних відносин між бажанням зберегти спонтанність та автентичність і необхідністю соціальної адаптації [22]. В нашому сприйнятті себе як особистості існує тонка межа, яку неможливо визначити конкретно, але відчутти можна. Ця межа є невидимою і визначається розумінням того, що належить тобі, а що – іншим. Психологічний простір особистості служить захистом від спроб вторгнення та порушення і допомагає відокремитися від всього, що становить середовище життєдіяльності. Це сприяє збереженню безпеки, свободи і незалежності особистості.

Особисті межі або встановлення межі – це життєва навичка відкритого спілкування, відстоювання та захисту особистих цінностей. Термін «межа» є метафорою, де «в межах» означає прийнятний, а «поза межами» означає неприйнятний [23]. Отже, це життєва навичка відкритого спілкування, відстоювання та захисту особистих цінностей.

Межі – це те, як ми повідомляємо про наші цінності іншим. Встановлення меж – це практика відкритого спілкування та відстоювання особистих цінностей,

як спосіб їх збереження та захисту від компромісу чи порушення. Три важливі аспекти управління межами особистості наведені на рис. 1.2.



Рис. 1.2. Схема відстоювання особистих цінностей

Визначення особистих цінностей.

Взаємовідносини іноді характеризують як взаємозалежні стосунки двох незалежних людей. Здорові особистості мають цінності, які вони шанують і захищають незалежно від характеру взаємовідносин, це незалежні (основні) цінності. Також індивіди мають цінності, з якими вони готові погоджуватися та адаптуватися до них, намагаючись налагодити зв'язки та співпрацювати з іншими – взаємозалежні цінності.

Важливо бути реалістичними щодо цінностей. Якщо ми маємо надзвичайно велику кількість безкомпромісних незалежних цінностей, ми надто догматичні, щоб мати стосунки з великою кількістю людей. У той же час, якщо у нас так мало незалежних цінностей, або слабка відданість їм, ми будемо «невизначеними» для

себе та інших, і єдині цінності, які мають значення, це цінності інших. Останнє часто зустрічається у взаємозалежних або сплутаних стосунках. Цінності формуються через комбінацію висновків, переконань, думок, ставлень, минулого досвіду та соціального виховання [24].

Теорія основних людських цінностей по Ш. Шварцу [25] визнає 10 універсальних цінностей, які були досліджені у 20 країнах. Універсальні цінності поділені на 4 групи вищого порядку.

1). *Відкритість до змін:*

✓ *Самоспрямованність* – свобода, творчість, незалежність, вибирання власних цілей, допитливість, самоповага;

✓ *Стимуляція* – новизна та виклик у житті, сміливість.

2). *Самопокращення:*

✓ *Гедонізм* – задоволення, насолоджуватися життям;

✓ *Досягнення* – амбітність, впливовість, успішність, розумність;

✓ *Влада* – соціальний статус, авторитет, багатство, публічний імідж.

3). *Консерватизм:*

✓ *Безпека* – соціальний порядок, сімейна безпека, здоров'я, почуття причетності;

✓ *Комфортність* – ввічливість, самодисципліна, вшанування батьків і старших, слухняність;

✓ *Традиція* – повага до традицій, скромність, набожність, помірність.

4). *Самотрансцендентність:*

✓ *Доброзичливість* – відповідальність, лояльність, корисність, чесність, справжня дружба, зріла любов;

✓ *Універсалізм* – рівність, мудрість, соціальна справедливість, захист навколишнього середовища, єдність з природою.

Також розглядалася *духовність*, як додаткова цінність, однак вона існує не у всіх культурах. До неї відноситься – духовне життя, внутрішня гармонія, відстороненість.

Встановлення меж.

Включає ефективну вербальну та невербальну комунікацію, яка дозволяє виражати свої потреби, визначати особисті межі та ставлення до різних ситуацій з розумінням того, що є в межах і поза межами. Здатність чітко і адекватно висловлювати свої наміри допомагає створити здорові відносини з оточуючими. Важливо, щоб встановлення меж було взаємовигідним процесом, де ви враховуєте інтереси інших людей, а вони, в свою чергу, поважають ваші потреби і межі. Це сприяє створенню взаємопідтримки та збереженню здорових стосунків у різних сферах життя.

Захист і повага до меж особистості.

Потрібно вести життя, яке шанує наші цінності та знати, як вживати конструктивних дій, необхідних для уникнення компромісних рішень. Захист меж може розглядатися як спроба зберегти наші ресурси (час, енергію, емоції) та зменшення можливих негативні наслідки. Але все одно ми можемо зіткнутися з руйнівниками меж, людьми, які поглинені власним життям і не помічають наших потреб, або, можливо, зневажають наші особисті цінності та межі, або просто не усвідомлюють (не переконані) в їх важливості.

Найбільш часто згадуваними категоріями особистих меж є [26-28]:

Фізичні – особистий простір;

Ментальні – когнітивні процеси, такі як сприйняття, мислення, міркування та запам'ятовування, щоб розуміти обмеження в розумових можливостях особистості;

Емоційні – почуття; емоційна близькість;

Соціальні – норми, ролі та взаємодія, що визначаються суспільством і формують психічні обмеження в контексті соціальних структур;

Визначені концепції допомагають відокремлювати різні аспекти психічного життя та взаємовідносин, розуміти їх динаміку і визначати вплив зовнішніх та внутрішніх чинників на формування особистісних меж. Дослідження цих аспектів сприяє більш глибокому розумінню структури особистості та процесів, що визначають її психічну гармонію чи дисбаланс.

В роботі [29] пропонується наступна класифікація психологічних меж:

М'які межі – Людина з м'якими межами легко зливається з межами інших людей. Вони можуть стати жертвою психологічної маніпуляції, оскільки допускають надто великий емоційний та психологічний вплив.

Губчасті межі – Людина з губчастими межами має комбінацію м'яких і жорстких меж. Індивіди з губчастими межами приймають обмежений емоційний вплив, проте більше, ніж ті, у кого м'які межі, та менше, ніж у тих, хто має жорсткі межі. Особам цього типу може бути важко визначити, що слід приймати, а що відкидати.

Жорсткі межі – Людина з жорсткими межами є відгородженою або закритою, і ніхто не може наблизитися до неї ні фізично, ні емоційно. Такі межі можуть виникати в результаті негативного досвіду, зокрема, фізичного, емоційного, психологічного чи сексуального насильства.

Гнучкі межі – Межі цього типу подібні до губчастих та жорстких, проте особистість зберігає більший контроль. Вона самостійно визначає, що приймати, а що відкидати, і виявляє стійкість до емоційного впливу та психологічних маніпуляцій, ускладнюючи її експлуатацію.

Існують чинники, які можуть порушити межі особистості, деякі з них – вплив натовпу, відносини з позиції сили та дисфункціональні родини.

Вплив натовпу [30-32].

Фрейд описав втрату свідомих меж, яка може статися, коли індивід перебуває в єдиному, швидко рухомому натовпі. Також можлива втрата особистих меж у спільному досвіді, що спровокований інтенсивними спільними

випробуваннями, такими як голод, страх чи біль. Юнг описав це як поглинання ідентичності колективним несвідомим. Також деякі субкультури, наприклад рейв-культура, передбачає розрив особистих кордонів і злиття в обов'язкове відчуття спільності.

Відносини з позиції сили.

Влада впливає на особисті кордони значною мірою. Виражені межі між народами/культурами/партіями/громадськими осередками призводять до формування в свідомості особистості розмежування та поділ на своїх та інших. Нерівні відносини політичної та соціальної влади впливають на можливості позначення культурних кордонів і загалом на якість життя індивідів [33]. Нерівна влада в особистих стосунках, у тому числі насильницьких, може ускладнити особистості визначення меж.

Дисфункціональні родини [34].

Надмірно вимогливі батьки. У неблагополучній сім'ї дитина вчиться пристосовуватися до потреб і почуттів батьків, а не навпаки.

Занадто вимогливі діти. Виховання дітей – це роль, яка вимагає певної самопожертви та надання потребам дитини пріоритету. Тим не менш, батьки можуть бути співзалежними від дитини, якщо піклування або жертва батька досягає нездорового або руйнівного рівня.

Взаємозалежні стосунки. Співзалежність часто передбачає віддавання нижчого пріоритету власним потребам, водночас надмірну стурбованість потребами інших. Співзалежність може виникнути в будь-якому типі стосунків, включаючи сімейні, робочі, дружні, а також романтичні стосунки, стосунки з однолітками чи спільноту.

У той час як здорові стосунки залежать від емоційного простору, який забезпечують особисті кордони, співзалежні особистості мають труднощі у встановленні таких обмежень, тому визначення та ефективний захист меж може бути для них важливою частиною відновлення психічного здоров'я [35; 36].

Останнім чинником, що може порушити особисті межі індивіда є *психічні захворювання в сім'ї*.

Отже *психологічні межі особистості* - це особливе психологічне утворення, що визначає сферу психічних, емоційних та поведінкових характеристик, в межах якої функціонує індивід; воно виникає в результаті взаємодії або встановлення паритетних відносин між прагненням зберегти спонтанність й автентичність та необхідністю соціальної адаптації [22]. Межа це те, що відокремлює особистість від інших.

Це психологічне утворення базується на ряді факторів, що включають самосприйняття, стійкість до стресу, мотивацію та цінності, міжособисті стосунки, пізнавальні можливості, психічні стійкість, емоційний інтелект та багато інших аспектів психічного функціонування.

1.3. Фактори, які впливають на формування психологічних меж особистості підлітків

Формування психологічних меж у підлітків починається з дитинства і триває протягом усього життя. Формування психологічних меж у підлітків пов'язане з психосоціальним розвитком і є дуже важливим, оскільки це буде міцною основою їх особистості. На стадії розвитку підлітковий вік – це період, який настає після дитинства і перед вступом у доросле життя. Підлітки мають тенденцію змінюватися та розвиватися відповідно до соціальних норм [37].

Підлітки, визначені Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ), як особи у віці від 10 до 19 років, становлять майже п'яту частину населення світу. У підлітковому віці молоді люди стикаються з численними фізичними, когнітивними, емоційними та поведінковими змінами, оскільки вони набувають все більшої самостійності та експериментують у багатьох сферах. Експерименти можуть включати вживання алкоголю чи наркотиків, куріння та сексуальну

активність, усе це може бути пов'язано з ризиками для сексуального та репродуктивного здоров'я, такими як небажана вагітність та інфекції, що передаються статевим шляхом [38]. Підлітковий вік також є критичною фазою, особливо для психосоціального розвитку; тому що в цей час є поведінка та звички, які формуються та будуть зміцнюватися в майбутньому [39].

Підлітковий вік – це період життя, коли люди піддаються найвищому ризику розвитку депресії, причому останній глобальний рівень поширеності становить 2,6% [40]. Підліткова депресія є серйозною індивідуальною та соціальною проблемою. Це пов'язано з хронічними та важкими формами депресії та одночасними та довгостроковими негативними психосоціальними наслідками, включаючи низьку успішність та безробіття [41]. Особисті розповіді молодих людей підкреслюють, що депресія пов'язана зі значним дистресом і негативно впливає на соціальні взаємодії, спілкування та почуття ідентичності.

Виховання підлітка з проблемами психічного здоров'я висуває значні вимоги до батьків. Батьки зазвичай повідомляють про почуття безпорадності та безсилля, а також сильні емоції, включаючи шок, біль, провину, сором і страх. Батьки намагаються зрозуміти зміни, які вони спостерігають у своїх сина чи доньки, і описують незадоволені потреби в інформації та підтримці.

Також життя підлітків у всьому світі пронизане цифровими медіа. Іншими словами, на їхнє життя, академічну, соціальну та романтичну взаємодію значною мірою впливають цифрові пристрої, особливо смартфони, які широко використовуються як засіб спілкування. Незважаючи на численні переваги, пов'язані з використанням смартфонів і цифрових пристроїв, негативні сторони, пов'язані з їх неналежним використанням серед підлітків, залишаються серйозним занепокоєнням для батьків, вчителів, соціальних працівників, психологів-консультантів, спеціалістів із психічного здоров'я та дослідників. Деякі дослідження показали, що безрозсудне та постійне використання цифрових пристроїв у соціальних мережах (Viber, Telegram, WhatsApp, Facebook та

Instagram,) може відволікати підлітків від активних дій, а також навчання. З іншого боку, інші дослідження стверджують, що цифрові пристрої залишаються потужним підходом для залучення підлітків у наш час і вік [42].

Узагальнюючи вищевикладене можна визначити, що психологічні межі особистості підлітків формуються під впливом різноманітних факторів. Важливо враховувати, що ці фактори можуть взаємодіяти між собою, і формування психологічних меж є складним процесом.

До ключових факторів можна віднести:

✓ *Родину.*

Сімейне оточення має великий вплив на формування психологічних меж підлітків. Спілкування з батьками, рівень підтримки, конфлікти в сім'ї та інші аспекти взаємовідносин впливають на самооцінку і відчуття безпеки підлітка.

✓ *Рівень самооцінки.*

Індивідуальна оцінка себе важлива для формування психологічних меж. Успіхи чи невдачі в навчанні, відносини з оточуючими, самопізнання, усе це впливає на те, як підліток бачить себе.

✓ *Друзі та рівень соціалізації.*

Взаємодія з ровесниками може визначити багато аспектів життя підлітка. Стосунки із друзями, соціальна прийнятність та взаємодія в групі можуть впливати на формування стійких психологічних меж.

✓ *Навколишнє середовище.*

Специфіка оточуючого середовища, такого як шкільний клас, місцеві спільноти, культурні та соціальні норми, впливають на те, як підліток відчуває своє місце в світі.

✓ *Емоційний стан.*

Події, які викликають стрес, а також загальний емоційний стан підлітка можуть впливати на його здатність встановлювати межі та взаємодіяти з оточенням.

✓ *Когнітивні функції.*

Здатність абстрагуватися, розв'язувати проблеми та робити висновки впливає на спосіб, як підліток сприймає світ навколо себе. Інтелектуальний розвиток і формування критичного мислення можуть впливати на ставлення до себе і інших.

✓ *Культурні впливи.*

Культурні особливості, цінності та стандарти впливають на формування психологічних меж. Кожна культура має свої уявлення про те, що вважається прийнятним чи неприйнятним.

✓ *Media та технології.*

Засоби масової інформації, цифровізація, соціальні мережі та інші технологічні аспекти можуть впливати на уявлення підлітка про себе та світ.

✓ *Біологічні фактори. Гормональні зміни. Генетика.*

Зміни в організмі підлітка (інтенсивні гормональні зміни), пов'язані з підлітковим періодом, також можуть суттєво впливати на його емоційний стан і взаємини зі світом. Також схильність до певних психологічних рис частково може бути унаслідковано генетично.

Формування психологічних меж особистості підлітків є складним і багатогранним процесом, який визначається взаємодією різноманітних біологічних, соціальних, психологічних, когнітивних, емоційних та екологічних факторів. Ми припускаємо, що розуміння цих факторів допомагає створити сприятливі умови для психологічного розвитку підлітків та сприяє формуванню стійких психологічних меж.

РОЗДІЛ 2.

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ БАТЬКІВ НА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕЖ ОСОБЛИВОСТІ ПІДЛІТКІВ

2.1. Стили взаємодії дітей та батьків в родині

У психологічній науці дитячо-батьківські відносини можна класифікувати за різними стилями (підходами, паттернами) виховання. Відома своїми дослідженнями стилів виховання клінічний психолог Діана Блумберг Баумрінд [43; 44] визначала наступні стилі (підходи):

- ✓ *Авторитарний*, характеризується високою вимогливістю та низькою чутливістю;
- ✓ *Пермисивний* (поблажливий, вседозволений, ліберальний), характеризується низькою вимогливістю та високою чутливістю;
- ✓ *Авторитетний* (демократичний), характеризується високою вимогливістю та високою чутливістю.

Додатково Баумрінд проводила дослідження впливу фізичних покарань на дітей і прийшла до висновку, що м'яке виховання в контексті авторитетного стилю, не призведе до значних негативних наслідків, якщо детально контролювати інші фактори, такі як соціально-економічний статус. Вона вказала на те, що дослідження, які показували зв'язок між фізичними покараннями та негативними результатами, не змогли належним чином контролювати такі фактори, як соціально-економічний статус родини. Сім'ї з низьким рівнем доходу частіше застосовують фізичні покарання, ніж заможні родини. Діти з малозабезпечених районів частіше скоюють насильницькі злочини порівняно з дітьми із багатих районів. Проте Баумрінд вважала, що при належному контролі над сімейним

доходом та іншими незалежними факторами, самі по собі м'які фізичні покарання не збільшують ймовірність негативних результатів.

В своїй роботі Маккобі та Мартін [45] розширили три класичні паттерни виховання розділивши їх по дві категорії – вимогливий/невимогливий та прийнятий/відхилений. Так з'явився четвертий стиль виховання:

✓ *Індиферентний* (недбалий, фехтувальний), характеризується низькою вимогливістю та низькою чутливістю.

Індиферентний стиль виховання характеризується обмеженою взаємодією батьків з підлітком, емоційною холодністю та відчуженістю до дитини, низьким рівнем контролю, недбалістю щодо інтересів і потреб дитини, а також недостатнім наданням захисту.

В роботі [46] шаблонний підхід Баумрінд зазнав значної критики за те, що містить надто широкі класифікації та неточності і надто ідеалізовано авторитетне батьківство.

Розробники теорії прихильності Джон Боулбі та Мері Ейнсворт [47] доводять, що на стосунки між підлітками та їхніми батьками може впливати надійна чи ненадійна прихильність між ними. Взаємодія батьків з дітьми в дитинстві формує внутрішню модель прихильності, що визначає очікування дитини від майбутніх стосунків і взаємодій, основаних на взаємодії з опікуном у дитинстві. Якщо підліток зберігає надійну прихильність до свого опікуна, ймовірно, він буде відкритим у спілкуванні щодо своїх проблем, матиме стійкі міжособистісні зв'язки та високу самооцінку. Описаний стиль виховання можна охарактеризувати, як підтримуючий або надійний.

Також існують інші стилі виховання, які можна вивчати за різними критеріями, наприклад соціально-орієнтований, стимулюючий, комбінований, токсичний, стиль етнічна меншина та ін.

Отже взаємодія батьків з дітьми та сприйняття їх потреб, інтересів, переживань впливають на самопочуття підлітка і його внутрішній образ

самосприйняття. Батьківські установки стосовно дітей формують цінності, ідеали та визначають критерії оцінки, які підлітки використовують для оцінювання себе та інших. Усе це має важливий вплив на соціальну адаптацію підлітків. Взаємодія дітей та батьків може бути розглянута наступними концепціями у розумінні формування психологічного клімату в родині та впливу на розвиток підлітка (рис. 2.3).

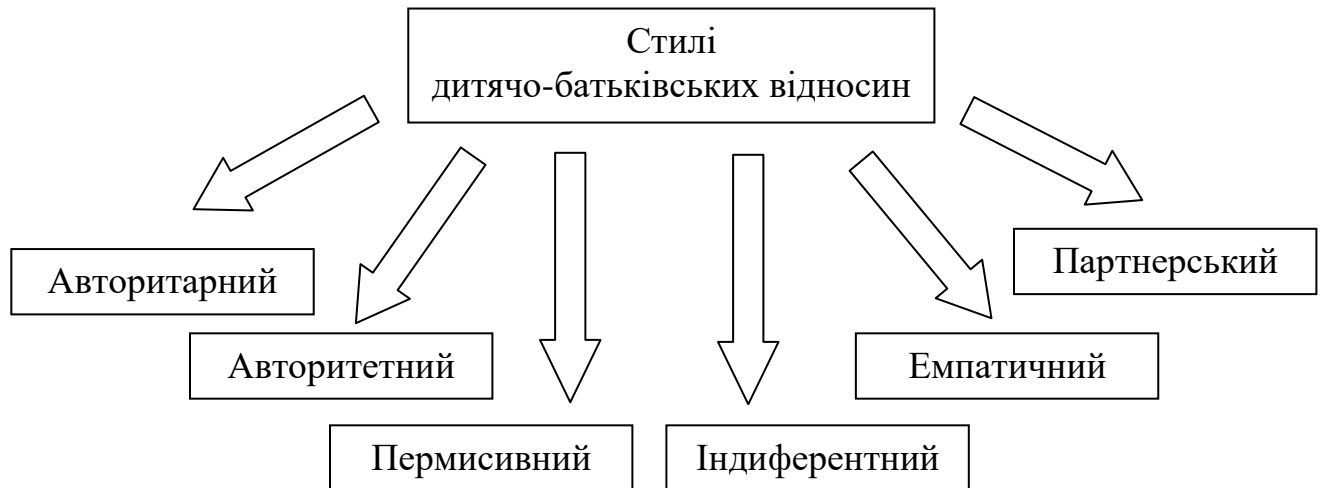


Рис. 2.3. Стилі дитячо-батьківських відносин

Авторитарний стиль.

Характеризується високим рівнем контролю та низьким рівнем емоційної підтримки. Батьки встановлюють чіткі та жорсткі правила, та очікують їх дотримання без допустимості відхилень. Підліток може відчувати, що в нього обмежена можливість у прийнятті власних рішень. Вимоги батьків є обов'язковими і невідворотними, при цьому не надаються роз'яснення, чому правила такі, а не інші. Влада зосереджена виключно в руках батьків. Батьки рідко виражають підтримку, теплоту чи розуміння відносно емоцій чи потреб підлітка. Взаємодія базується на підкоренні авторитету. Вимоги стосовно успіху, дисципліни та відповідальності є важливими. Батьки ставлять високі стандарти, і невиконання може мати суворі наслідки. Підліток навчається цінності послухання та підкорення авторитету.

Представниками авторитарного підходу можуть бути батьки, які вважають, що суворий контроль є ключем до виховання дисциплінованої та відповідальної особистості.

Авторитетний стиль.

Цей підхід представляє собою баланс між високим рівнем контролю та високим рівнем емоційної підтримки. Підхід ставить акцент не лише на правилах та дисципліні, але й на розвитку ініціативи та внутрішньої мотивації у дитини. Батьки встановлюють чіткі правила, але водночас пояснюють їх дитині. Пояснення стає важливим елементом формування розуміння дитиною того, чому деякі правила є важливими. Батьки виражають теплоту, підтримку та розуміння стосовно емоцій та потреб дитини. Важливо, щоб дитина відчувала, що може звертатися до батьків із своїми питаннями та проблемами. Дитина стимулюється проявляти ініціативу та самостійно розв'язувати завдання. Важливо, щоб взаємовідносини базувалися на взаєморозумінні та дотриманні обіцянок. Гнучкість є ключем до побудови довірливих відносин.

Представники авторитетного підходу вважають, що активна емоційна підтримка та пояснення правил є основою для формування відповідальної, ініціативної та довірливої особистості.

Пермісивний стиль.

Характеризується високим рівнем емоційної підтримки та низьким рівнем контролю з боку батьків. У цьому підході батьки надають дітям значну свободу та відсутність жорстких обмежень. Батьки створюють безстресову та невимушену атмосферу, де дитина може вільно виражати свої погляди та ініціативу. Батьки не ставлять високих вимог та не вживають жорстких заходів контролю. Дітям надається значна свобода вибору, і їх рішення допускаються без суттєвого втручання з боку батьків. Стимулюється самовираження та розвиток творчих здібностей дитини. Значний акцент робиться на розвитку індивідуальності. Велика увага приділяється емоційному стану дитини. Батьки стають більше партнерами у

вирішенні проблем, ніж авторитетами. Відсутність жорстких або суворих покарань. Батьки виявляють терпимість та лагідність у вихованні.

Представники пермісивного стилю-вважають, що висока ступінь свободи та відсутність суворих обмежень створюють сприятливе середовище для розвитку ініціативної, творчої та самовизначеної особистості.

Індиферентний стиль.

Підхід означає, що батьки демонструють низький рівень взаємодії та відсутність активної участі в житті своєї дитини. Цей підхід може мати негативні наслідки для розвитку та самопочуття дитини. Батьки можуть бути фізично відсутні в житті дитини через робочі обов'язки, розлучення, подорожі або інші обставини. Батьки можуть демонструвати емоційне віддалення, не виявляючи зацікавленості у важливих подіях чи проблемах дитини. Брак контролю може призвести до відсутності нагляду за поведінкою дитини, що може вплинути на її безпеку, розвиток, визначення особистих меж. Відсутність регулярного та якісного спілкування може заважати встановленню здорових взаємин та розумінню потреб дитини.

Представники невторчання вважають, що сприяють створенню вільної та самостійної особистості. Але відсутність батьківського контролю може призвести до недостатньої підтримки та виховання, що вплине на психосоціальний розвиток та самопочуття дитини.

Емпатичний стиль.

Емпатичний підхід в дитячо-батьківських відносинах передбачає активне розуміння та відчуття емоцій дитини, спрямоване на створення глибокого зв'язку та підтримку її емоційного розвитку. Застосовуючи емпатію, батьки надають дитині можливість вільно висловлювати свої думки та почуття, виявляють інтерес та увагу до того, що говорить дитина. Емпатичні батьки виражають підтримку та розуміння у важливих моментах для дитини, підкреслюючи її важливість та цінність. Замість засудження чи виправдання, батьки, що використовують

емпатичний підхід, реагують з розумінням та підтримкою, сприяючи розвитку позитивних міжособистісних зав'язків. Батьки та діти разом шукають шляхи для емоційної регуляції, розвиваючи здатність виражати та керувати своїми емоціями.

Емпатичний стиль сприяє розвитку емоційного інтелекту дитини та сприяє формуванню позитивних відносин, заснованих на взаєморозумінні та підтримці.

Партнерський стиль-

Визначається рівністю та взаємодією між батьками та дітьми. Цей підхід покликаний створювати атмосферу співпраці, поваги та спільного вирішення питань. Партнерський підхід базується на ідеї рівноправності між батьками та дітьми. Рішення приймаються спільно, з урахуванням думок та бажань обох сторін. Відзначається повагою до думок та почуттів як дитини, так і батьків. Партнери взаємодіють на основі взаємного поваги до особистості та свободи вибору. Вирішення питань та встановлення правил відбувається шляхом обговорення та прийняття спільних рішень. Діти мають можливість брати активну участь у процесі прийняття рішень. Партнери висловлюють свої думки, чують одне одного та дотримуються відкритого спілкування, сприяючи взаємному розумінню. Відповідальність за вирішення питань та дотримання правил накладається як на батьків, так і на дітей. Це сприяє формуванню взаємного відчуття обов'язку та відповідальності.

Партнерський-стиль сприяє створенню сприятливого середовища, де кожен учасник відчуває себе важливим, а взаємна підтримка та співпраця сприяють розвитку сильних батьківсько-дитячих відносин.

Отже взаємовідносини – це складний та багатоплановий процес, який включає в себе різні стилі, підходи. Загальною метою є формування здорової, збалансованої особистості з високим рівнем соціальних навичок та самовизначення. Дитячо-батьківські відносини впливають на формування психологічних меж особистості, тобто на те, як особа сприймає себе, взаємодіє з оточуючим світом та встановлює межі своєї поведінки.

2.2. Аналіз методів емпіричного дослідження взаємозв'язку дитячо-батьківських відносин та меж особистості підлітків

Ми вважаємо, що можливо використовувати наступний шаблон в емпіричному дослідженні впливу дитячо-батьківських відносин на формування психологічних меж особистості:

1). *Визначення особистої інформація респондента-підлітка.*

✓ *Ім'я* (необов'язково).

Ця інформація збирається з метою ідентифікації респондента, але залишається добровільною. Якщо конфіденційність важлива, може бути замінена на код або номер.

✓ *Вік.*

Дослідження включає дані про вік, оскільки ця характеристика може впливати на сприйняття та досвід взаємодії з батьками.

✓ *Стать.*

Збирання інформації про стать корисний для подальшого аналізу в контексті впливу дитячо-батьківських відносин на психологічні аспекти особистості підлітка, оскільки існують статеві відмінності у розвитку.

✓ *Освіта батьків.*

Збирання інформації про рівень освіти батьків створює можливість аналізу впливу рівня освіти на дитячо-батьківські відносини та формування психологічних меж.

Включення особистої інформації в анкету є стандартним підходом в соціологічних та психологічних дослідженнях. Дані про ім'я можуть бути важливим елементом ідентифікації у випадках співпраці або подальших інтерв'ю з респондентами, але завжди залишаються конфіденційними. Вік, стать та рівень освіти батьків обрані як важливі соціальні змінні, які можуть впливати на досліджувані аспекти дитячо-батьківських відносин і психологічних меж.

2). *Оцінювання дитячо-батьківські відносин респондентів-підлітків.* В цій частині дослідження висвітлюються:

✓ *Рівень близькості стосунків в родині.*

Первинну інформацію про всіх членів родини та внутрішні ресурси родини можна отримати з Генограми (сімейної діаграми), яка є графічним відображенням сімейних стосунків в родині. Генограму потрібно використовувати для визначення сімейних, культурних, соціальних та емоційних типів стосунків [48; 49].

Оцінювання рівня близькості стосунків в родині також можливо за допомогою «Шкали сімейного оточення» (Family Environment Scale) [50]. Шкала складається з 90 пунктів, за якими вимірюють параметри міжособистісних стосунків, особистісного розвитку та підтримки.

Наступними інструментами які можна використовувати є «Шкала сімейної адаптації та згуртованості FACES-3» (тест Д. Олсона) та методика PARI (parental attitude research instrument) за якими оцінюються рівень сімейної згуртованості членів сім'ї, рівень сімейної адаптації, ставлення батьків (насамперед матерів) до різних сторін сімейного життя (сімейної ролі).

✓ *Частота обговорення особистих питань.*

Це питання виявляє частоту обговорення особистих питань чи проблем із батьками, що дозволяє визначити рівень комунікації та відкритості у взаємовідношеннях.

✓ *Оцінювання рівня підтримки батьками.*

Визначення рівня підтримки з боку батьків у розв'язанні труднощів та прийнятті важливих рішень для підлітка дозволяє визначити вплив підтримки на формування психологічних меж.

Включення цих питань в дослідження визначається прагненням вивчити конкретні аспекти взаємодії в сфері дитячо-батьківських відносин, які можуть впливати на формування психологічних меж особистості підлітка. Запитання про близькість, частоту обговорення особистих питань та рівень підтримки

дозволяють отримати кількісні дані, що можуть використовуватися для подальшого аналізу впливу цих аспектів на формування особистісних меж у підлітків.

3). *Оцінювання психологічних меж особистості респондента-підлітка.*

Ми пропонуємо «Опитувальник психологічних меж підлітків» який розкриває наступні аспекти дослідження:

Розуміння психологічних меж. Ці питання призначені для ретельного вивчення внутрішнього світу підлітка щодо його уявлення, розуміння та застосування психологічних меж у різних ситуаціях життя.

– *Як Ви розумієте поняття «психологічні межі»?*

– *Які аспекти особистості Ви найбільше захищаєте, встановлюючи психологічні межі?*

– *Чи можуть конфліктні ситуації впливати на Ваше розуміння та застосування психологічних меж? Дайте приклад.*

– *Згадайте останню ситуацію, коли Ви відчули необхідність встановлення психологічних меж. Що саме викликало цю потребу?*

– *Якщо у Вас є приклад, коли Ви були вимушені порушити власні психологічні межі, опишіть цю ситуацію та її наслідки.*

– *Як Ви оцінюєте вплив спілкування з батьками на встановлення та утримання психологічних меж?*

– *Чи вважаєте Ви, що батьки розуміють Ваші потреби у встановленні особистих меж?*

– *Як Ви ставитеся до обговорення особистих історій з іншими людьми? Як це впливає на Ваші психологічні межі?*

– *Якщо є сфери в житті, які Ви б вважали «закритими» для інших, як Ви забезпечуєте їх конфіденційність?*

– *Як Ви вважаєте, чи впливає встановлення психологічних меж на Ваш загальний стан психіки та емоційний комфорт?*

Наступні частина Опитувальника ставить за мету розкрити основні аспекти, які впливають на процес встановлення психологічних меж у підлітків. Зокрема, питання досліджують, які аспекти життя вважаються основними при формуванні особистих меж, як це впливає на самооцінку та на складність взаємодії з оточуючими. Відповіді на ці питання дозволяють глибше розуміти, як особистість підлітка взаємодіє з навколишнім світом та встановлює межі для забезпечення свого емоційного та психологічного комфорту та які аспекти життя вважаються основними при формуванні особистих меж.

– Які аспекти життя Ви вважаєте основними для встановлення особистих психологічних меж? Можливі відповіді можуть включати відносини, побут, освіти, особистий простір тощо.

– Чи впливає встановлення психологічних меж на Вашу самооцінку та впевненість у власних силах? Як це відбувається?

– Як Ви оцінюєте важливість особистого простору у встановленні Вами психологічних меж?

Заключні питання розкривають вплив взаємодії з батьками на процес встановлення психологічних меж у підлітків. Питання спрямовані на розуміння того, як різні аспекти взаємодії з батьками, такі як їхні очікування, рівень підтримки та вирішення конфліктів, впливають на спроможність підлітка встановлювати та утримувати особисті межі.

– Наскільки Ви відчуваєте, що розумієте очікування та сподівання батьків в контексті встановлення Вами психологічних меж?

– Як батьківська підтримка впливає на Вашу здатність встановлювати та утримувати психологічні межі? Вона сприяє чи ускладнює цей процес?

– Як Ви зазвичай вирішуєте конфлікти з батьками, пов'язані з встановленням особистих меж?

Також в емпіричному дослідженні можливо використовувати популярний Опитувальник психологічних меж Ернеста Хартманна «The Boundary

Questionnaire» [51] та його модифіковані інтерпретації, наприклад [52; 53]. За Хартманном психічна діяльність особистостей відрізняються тим, якою мірою вони пов'язані між собою. Сильний зв'язок (відкритість, чутливість, вразливість) між людьми вказує на «тонкі» межі, а слабкий зв'язок на «товсті» межі. Базовий Опитувальник складається з 146 тверджень з п'ятьма варіантами відповідей, які охоплюють 12 категорій. Але Опитувальник Хартманна визначає захисні бар'єри особистості або товщину психологічних меж, що в ракурсі нашого дослідження виявляється не зовсім тим інструментом за яким можливо розкрити мету роботи. Опитувальник можна використовувати як додатковий інструмент для оцінювання особистості підлітка.

Альтернативним інструментом є методика дослідження психологічних меж особистості Павла Кареліна [54; 55]. Особистісний Опитувальник позиціонується, як діагностичний інструмент здатний реєструвати відносно незначні зміни в структурі тих психологічних меж, які актуалізуються в конкретній ситуації спілкування. Перевагою методики Кареліна є її ситуаційно-зумовлена й індивідуально адресована структура тверджень, що дає змогу вивчати межі особистості з огляду на контекст, у якому розгортається їх функціонування.

4). *Оцінювання особистості підлітка.* В цій частині дослідження ми пропонуємо розкрити наступні аспекти:

✓ *Оцінювання рівня самостійності підлітка.* Питання призначене для визначення індивідуального уявлення підлітком про власний рівень самостійності. Це може включати оцінку здатності приймати рішення та діяти незалежно від батьківського контролю.

✓ *Визначення рівня впевненості в своїх силах та здібностях.* Респондент оцінює власний рівень впевненості у власних здібностях та силах. Це допомагає вивчити, наскільки особистісна впевненість впливає на формування психологічних меж.

✓ *Вплив взаємодії з батьками на відчуття власної цінності.* Питання досліджує, як взаємодія з батьками впливає на відчуття власної цінності у підлітка. Це важливо для встановлення, чи дитина визнає себе і свої досягнення.

Ця частина дослідження ставить за мету визначення ключових аспектів особистісного розвитку підлітка та їх взаємозв'язок із дитячо-батьківськими відносинами. Визначення рівня самостійності, впевненості в собі та відчуття власної цінності є критичними для аналізу впливу сімейного оточення на формування особистісних меж у підлітка. Зіставлення цих даних з іншими розділами дозволяє виявити можливі зв'язки та визначити фактори, які формують психологічні межі особистості підлітка.

Для оцінювання психологічних особливостей підлітків за визначеною проблематикою можна використовувати різні психологічні техніки та методи – анкети та опитувальники, бесіду та інтерв'ю, самооцінку, цілеспрямоване спостереження та ін.

5). *Специфічні питання.* Ця частина дослідження включає додаткові питання, які можливо використовувати для отримання поглиблених інсайтів у питанні взаємодії підлітків із своїми батьками. Дослідження особливостей вирішення конфліктів, сприйняття батьківських потреб та можливість внесення змін дозволяє аналізувати емоційний та практичний аспекти взаємодії. Аналіз цих даних сприятиме розумінню та виявленню особливостей формування психологічних меж у сімейному контексті. Питання можуть охоплювати наступні аспекти взаємодії підлітків з батьками:

✓ *Чи є у Вас можливість змінити щось у стосунках із батьками?* Це питання дозволяє респондентам висловити свої роздуми щодо можливості внесення змін у свої стосунки з батьками. Аналіз відповідей допомагає зрозуміти, як підлітки сприймають свою роль у взаємодії з батьками та вплив на ці стосунки.

✓ *Як Ви вирішуєте конфліктну ситуацію із батьками?* Це питання спрямоване на вивчення стратегій вирішення конфліктів із батьками. Аналіз

різноманітних підходів може вказати на наявність або відсутність конструктивних механізмів взаємодії.

✓ *Чи розумієте Ви батьківські потреби та бажання?* Респондент визначає, наскільки він відчуває, що розуміє потреби та бажання своїх батьків. Це питання спрямоване на вивчення емпатії та між підлітком і батьками.

Узагальнюючи вищевикладене ми пропонуємо використовувати наступний алгоритм в дослідженні взаємозв'язку дитячо-батьківських відносин і психологічних меж підлітків (рис. 2.4).

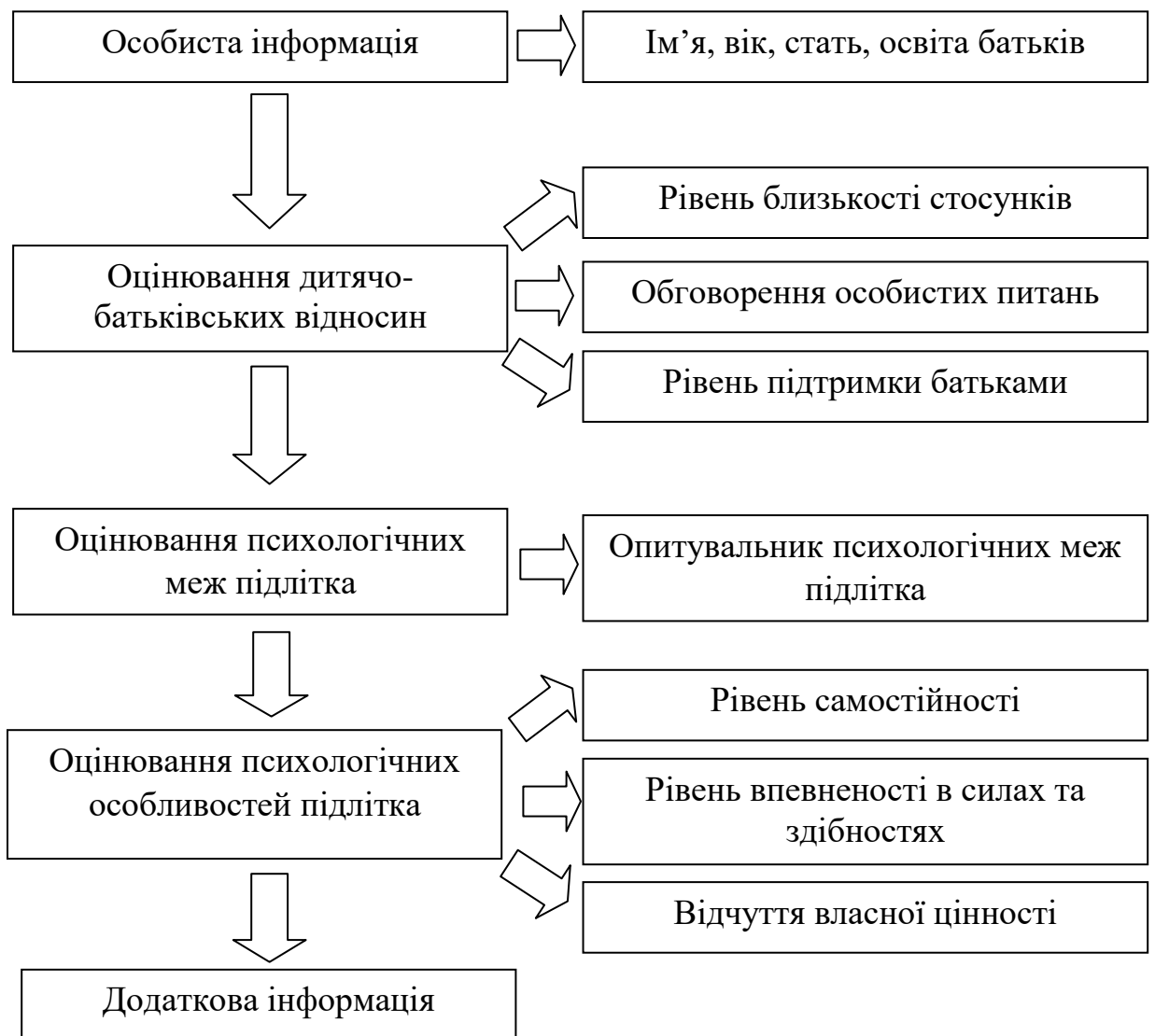


Рис. 2.4. Алгоритм емпіричного дослідження

Розширюючи арсенал інструментів психологічного дослідження впливу взаємовідносин в родині до формування меж особистості підлітків, ми пропонуємо наступні комплексні техніки вивчення особистості.

Багатофакторний особистісний опитувальник 16PF (Sixteen Personality Factor Questionnaire, 16PF) є одним із найбільш поширених методів оцінки індивідуально-психологічних особливостей особистості. Методику розроблено Реймондом Кеттеллом, Морісом Тацуокою та Гербертом Ебером. Кеттелл автор однієї з впливових теорій особистості, згідно з якою люди відрізняються один від одного за набором та ступенем виразності у них окремих незалежних рис. У процесі експериментальних досліджень Кеттелл виявив 16 біполярних особистісних характеристик (чинників), ступінь розвиненості яких можна виміряти з допомогою опитувальника.

П'яте видання опитувальника 16PF5e [56] містить 185 запитань. Опитувальник можна використовувати для батьків та старших підлітків з 14 років.

Інтерпретація факторів:

Фактор А – «Відкритість-Замкнутість»;

Фактор В – «Розвинене мислення-Обмежене мислення»;

Фактор С – «Емоційна стійкість-Емоційна нестійкість»;

Фактор Е – «Незалежність-Податливість»;

Фактор F – «Безпечність-Стурбованість»;

Фактор G – «Свідомість-Безпринципність»;

Фактор H – «Сміливість-Сором'язливість»;

Фактор I – «Чутливість-Жорсткість»;

Фактор L – «Підозрілість-Довірливість»;

Фактор M – «Мрійливість-Практичність»;

Фактор N – «Витонченість-Простота»;

Фактор O – «Схильність до почуття провини-Спокійна самовпевненість»;

Чинник Q₁ – «Радикалізм-Консерватизм»;

Чинник Q₂ – «Самостійність-Залежність від групи»;

Чинник Q₃ – «Самоконтроль-Індиферентність»;

Чинник Q₄ – «Внутрішня напруженість-Внутрішня розслабленість»;

Фактор MD – «Адекватність самооцінки»;

Оцінювання здійснюється шляхом порівняння відповідей з референтним нормативом, що дозволяє визначити, наскільки особистість відрізняється від загального населення за кожним з факторів. Часто фактори об'єднуються в більші групи, щоб надати більш повну картину особистості. Наприклад, інтелектуальні особливості – фактори В, М, Q₁; емоційно-вольові особливості – С, G, I, O, Q₁, Q₄.

Наступний корисний інструмент – Методика дослідження акцентуації характеру (Х. Шмішек).

Методика Леонгарда-Шмішека є особистісним опитувальником, призначеним для діагностики акцентуацій особистості та використовує типологічний підхід у вивченні характерології. Методика включає 88 питань, на які респондент повинен відповісти «так» або «ні». Кожна ваша відповідь повинна відображати особисту думку про себе. Важливо зазначити, що опитувальник не ставить метою вивчення розумового потенціалу або здібностей, тому не існує ні правильних, ні неправильних відповідей.

Методика дозволяє визначити 10 типів акцентуацій особистості за класифікацією К. Леонгарда, які включають:

✓ *Демонстративний* – особи, які характеризуються підвищеною самооцінкою, демонстративністю поведінки та легкістю у встановленні контактів, демонструють виражені риси, такі як фантазерство, емоційність, егоїстичність, артистизм. Схильні до прикрашання власної особи та прагнення до лідерства, ці особи відчувають жагу визнання, похвали та захоплення.

✓ *Педантичний* – особи, які володіють акуратністю, сумлінністю та надійністю у справах, вони також виявляють ригідність, інертність, занудство. У невгодних умовах педантичні особистості можуть стати жертвами неврозу,

пов'язаного з нав'язливими станами, а в сприятливих умовах у них розвивається велике почуття відповідальності за доручену справу.

✓ *Застраглий* – особи відзначаються підвищеною схильністю до роздратування, стійкістю негативних емоцій, підсвідомо завищеним честолюбством та хворобливою образливістю. У невігідних умовах можуть виявляти нетерплячість та незговірливість, в той час як за сприятливих умов стають невтомними та цілеспрямованими працівниками.

✓ *Збудливий* – ці особи проявляють імпульсивність у поведінці, характеризуються високим рівнем конфліктності та низькою терпимістю до оточуючих. У деяких випадках виявляють жорстокість та піддаються своїм потягам. Роздратованість виявляється у міміці та словах, де вони відкрито висловлюють свої вимоги. Виконуючи фізичну працю, вони відчують задоволення.

✓ *Гіпертимний* – особи, які характеризуються значною рухливістю, надмірною контактністю, жвавістю у жестах і мімікою. Виявляють певне прагнення до лідерства та високу самооцінку, проявляють життєрадісність та легковажність. Цей тип особистості не відрізняється глибокими почуттями, але вони ініціативні, діяльні та винахідливі. Вони важко переносять такі умови, як жорстока дисципліна, монотонна робота та самотність.

✓ *Дистимічний* – особи, які схильні до песимізму їм притаманні небагатослівність та низький рівень контактів. Вони уникають шумних суспільних заходів, високо цінують своїх друзів. Характеризується високим рівнем сумлінності та вираженим почуттям справедливості.

✓ *Тривожний* – цим особам притаманна сором'язливість, невпевненість у собі, низька контактність. Вони невпевнені, покірні, принизливі.

✓ *Циклотимічний* – особи характеризуються періодичними змінами настрою, які залежать від зовнішніх обставин, під час емоційного піднесення вони виявляють риси гіпертимного типу, а під час зниження настрою – дистимічного.

Позитивні події не лише спричиняють у них радісні емоції, але й виявляються супроводжувальними ознаками гіпертимії, такими як активність, збільшена балакучість. У разі негативних подій вони демонструють відчуття пригніченості, а також сповільнені реакції і мислення.

✓ *Афективно-екзальтований* – ці особи відчувають пристрасну зацікавленість у взаємодії з оточуючим світом, і це додає їм енергії та підштовхує до активної діяльності. Вони уникають самотніх роздумів, виявляють потребу в підтримці та визнанні від інших людей, мають велику соціальну активність, легко встановлюють зв'язки та відкриті для впливу ідей інших. Задовольняються розвагами і схильні до спонтанних дій.

✓ *Емотивний* – даний тип особистості подібний до екзальтованого, і його характеризує емоційність, чутливість, тривожність, високий рівень комунікабельності та надмірна вразливість. Основна риса – виражена гуманність і співчуття. Відзначається високою чутливістю до життєвих подій і рідко вступає в конфлікти, виявляючи схильність приховувати свої образи та емоції. Йому притаманні відчуття обов'язку та самокритичність..

За допомогою ключів методики обчислюється сума балів для кожної шкали. Максимальний показник по кожному типу становить 24 бали, і показник вище 12 балів вважається ознакою акцентуації. Отримані дані можуть бути представлені у вигляді «профілю особистісної акцентуації». Вік досліджуваного від 12 років.

З метою розкриття підлітками свого внутрішнього світу в нашому дослідженні доречно додатково використовувати *проективні методики*.

Проекція [1, 843] в психоаналітичній та психодинамічній теорії, це процес, за допомогою якого людина приписує власну особистість, позитивні чи негативні характеристики, афекти та імпульси до іншої людини або групи. Найчастіше це захисний механізм.

Людвіг Франк, класифікував проективні методики на:

✓ *Конститутивні методики*.

Наприклад, Тест Роршаха. Респондент висловлює свої асоціації та розкриває сприйняття абстрактних зображень, що допомагає розкрити невідомі аспекти особистості.

✓ *Конструктивні методики.*

Наприклад, Тест Миру. Респондент створює цілісне зображення з окремих деталей та пояснює його, що допомагає розкрити його творчий потенціал та способи сприйняття світу.

✓ *Інтерпретаційні методики.*

Наприклад, Тест тематичної апперцепції (ТАТ). Респондент розповідає історії на основі зображень, що сприяє виявленню його уявлень, бажань та внутрішніх конфліктів.

✓ *Катартичні методики.*

Наприклад, Психодрама, метод маріонеток, метод ляльок Леві. Респондент втілює свої емоції та переживання у вигляді ігрової діяльності, що може допомагати вирішувати психологічні проблеми.

✓ *Експресивні методики.*

Наприклад, Тест «Будинок – дерево – людина», «Моя родина». Респондент виражає свої думки та почуття через малювання на вільну або задану тему.

✓ *Імпресивні методики.*

Наприклад, Тест Люшера. Респондент обирає кольори, що найбільше відповідають його стану, що може розкривати емоційний стан та смаки.

✓ *Адитивні методики.*

Наприклад, Методика «Завершення пропозиції». Респондент доповнює речення чи доповнює історію, що може вказувати на його уявлення та внутрішній світ.

Ці методики можуть бути корисні для отримання інсайтів щоденних переживань, психічних станів та відображення особистісного розвитку підлітків. Однак важливо враховувати, що проведення таких тестів повинно здійснюватися

кваліфікованими фахівцями, які можуть адекватно інтерпретувати результати та надати необхідний психологічний супровід.

2.3. Аналіз результатів емпіричного дослідження впливу дитячо-батьківських відносин на формування психологічних меж підлітків

Попереднє теоретичне дослідження явищ «дитячо-батьківські відносини» та «психологічні межі особистості» показало, що існує якісний зв'язок та залежність між ними. Дитячо-батьківські відносини відіграють важливу роль у формуванні психологічних меж особистості підлітка, але існують низка факторів, які теж мають досить сильний вплив на психологічні межі (наприклад, вплив соціального середовища та ін.).

Для усвідомлення мети дослідження, засобів дослідження та кількісного оцінювання гіпотези дослідження здійснено емпіричне дослідження впливу дитячо-батьківських відносин на формування психологічних меж підлітків.

В емпіричному дослідженні ми пропонуємо використовувати спеціальний алгоритм збирання інформації. Алгоритм використовує надійні та валідні діагностичні методи, окрім авторського Опитувальника психологічних меж підлітків. Тому здійснено пілотування (апробація) саме цього інструменту.

Експериментальна вибірка складалась із випадкової вибірки 5 родин з дітьми-підлітками. Досліджувались підлітки з державних середніх шкіл Запоріжжя. Віковий діапазон підлітків складав від 12 до 16 років. Розподіл учасників за віком наведений в таблиці 2.1. Всього в дослідженні прийняли участь 8 підлітків-респондентів.

Кореляція між зазначеними вище явищами визначалася за допомогою критеріального вимірювання, тобто прямого оцінювання індивідуальних якостей учасника без порівняння з показниками інших підлітків.

Таблиця 2.1

Кількість підлітків-респондентів за віком

Учасники	1	2	1	2	2
Вік	12	13	14	15	16

Результати опитування. Нижче приведені відповіді одного з учасників опитування.

– Як Ви розумієте поняття «психологічні межі»?

Для мене психологічні межі - це своєрідні рамки, які я ставлю для захисту свого внутрішнього світу та комфорту в різних ситуаціях.

– Які аспекти особистості Ви найбільше захищаєте, встановлюючи психологічні межі?

Я стараюся захистити свою приватність, особистий простір і власні переконання.

– Чи можуть конфліктні ситуації впливати на Ваше розуміння та застосування психологічних меж? Дайте приклад.

Так, наприклад, коли відчуваю, що мене несправедливо критикують, я можу встановлювати межі, щоб захистити свою самооцінку.

– Згадайте останню ситуацію, коли Ви відчули необхідність встановлення психологічних меж. Що саме викликало цю потребу?

Під час спілкування з батьком, я відчув, що мої ідеї не отримують достатньої уваги, і мені було важливо встановити межі для захисту своїх переконань, щоб вони були враховані.

– Якщо у Вас є приклад, коли Ви були вимушені порушити власні психологічні межі, опишіть цю ситуацію та її наслідки.

Коли я відкрився перед іншими людьми і вони це використали проти мене, це порушувало мої межі та призводило до стресу та неприємних наслідків.

– Як Ви оцінюєте вплив спілкування з батьками на встановлення та утримання психологічних меж?

Взаємодія з батьками може впливати на мою здатність встановлювати межі, особливо, якщо вони розуміють мої потреби та допомагають мені в цьому процесі.

– Чи вважаєте Ви, що батьки розуміють Ваші потреби у встановленні особистих меж?

Зазвичай так, але іноді потрібно пояснити їм свої почуття та потреби в певних ситуаціях.

– Як Ви ставитеся до обговорення особистих історій з іншими людьми? Як це впливає на Ваші психологічні межі?

Обговорення особистих історій може бути корисним, але я обираю, з ким ділитися такими деталями, щоб не порушувати власні межі.

– Якщо є сфери в житті, які Ви б вважали «закритими» для інших, як Ви забезпечуєте їх конфіденційність?

Забезпечую конфіденційність, обираючи тільки найближчих друзів для обговорення особистих справ.

– Як Ви вважаєте, чи впливає встановлення психологічних меж на Ваш загальний стан психіки та емоційний комфорт?

Так, встановлення меж допомагає зберігати емоційний комфорт та позитивно впливає на загальний стан психіки.

– Які аспекти життя Ви вважаєте основними для встановлення особистих психологічних меж?

Для мене основними є відносини, особистий простір та здатність висловлювати свої потреби.

– Чи впливає встановлення психологічних меж на Вашу самооцінку та впевненість у власних силах? Як це відбувається?

Так, встановлення меж позитивно впливає на самооцінку, допомагає відчувати себе сильнішим та впевненим у власних силах.

- Як Ви оцінюєте важливість особистого простору у встановленні Вами психологічних меж?

Особистий простір є важливим елементом для мене де я відчуваючи себе комфортно і безпечно.

– Наскільки Ви відчуваєте, що розумієте очікування та сподівання батьків в контексті встановлення Вами психологічних меж?

Розуміння їх очікувань може бути важливим, але іноді необхідно пояснювати свої потреби та обмеження.

– Як батьківська підтримка впливає на Вашу здатність встановлювати та утримувати психологічні межі? Вона сприяє чи ускладнює цей процес?

Батьківська підтримка може значно полегшити встановлення меж, якщо вона заснована на розумінні та підтримці.

– Як Ви зазвичай вирішуєте конфлікти з батьками, пов'язані з встановленням особистих меж?

Зазвичай намагаюся відверто обговорити свої почуття та потреби, щоб знайти компроміс та розуміння.

Здійснивши пілотне опитування всіх підлітків-респондентів можна зробити наступні висновки:

Опитування, спрямоване на аналіз розуміння та застосування психологічних меж серед підлітків у віці 12-16 років, надає важливий контекст для дослідження їх внутрішнього світу та стратегій захисту емоційного комфорту.

Підлітки в цьому віковому діапазоні проявляють свідомість щодо психологічних меж як інструменту захисту свого емоційного стану. Їх розуміння психологічних меж переважно включає в себе усвідомлення важливості особистого простору, захисту приватності та взаємодії з оточуючими в різних ситуаціях.

Варто відзначити, що конфліктні ситуації виявляються як один з ключових стимулів для встановлення та утримання психологічних меж. Підлітки активно реагують на ситуації, де вони відчують недооцінку чи несправедливість, і використовують встановлення меж як засіб захисту свого емоційного благополуччя.

Батьківська підтримка також виявляє вплив на спроможність підлітка встановлювати та утримувати психологічні межі. При належній розуміючій підтримці з боку батьків, підлітки відчують більшу впевненість у встановленні меж та захисті своєї самооцінки.

Загальною тенденцією є те, що підлітки в цьому віці вчаться балансувати між власними потребами та вимогами зовнішнього оточення, використовуючи психологічні межі як засіб досягнення цього балансу.

Також підлітки були проінформовані, що їх запрошують на пілотне опитування з метою оцінювання дієвості інструменту «Опитувальник психологічних меж підлітків».

Під час зворотного зв'язку було встановлено, що формулювання запитань для учасників були зрозумілими для вікової групи 15-16 років. Для групи 12-14 років запитання Опитувальника потребували додаткового роз'яснення. Кількість запитань достатня та не потребує доповнення. Загальне враження від запитань позитивне.

Таким чином, емпірично встановлено, що дитячо-батьківські відносини мають вплив на особисті межі підлітків, але для цього потрібні довірливі взаємовідносини.

Для детальної проробки цієї проблеми потрібно здійснити розгорнуте дослідження з кластерною вибіркою респондентів.

ВИСНОВКИ

В роботі досліджені та розкриті основні аспекти впливу дитячо-батьківських відносин на формування психологічних меж особистості підлітків. Досліджувана психологічна проблема є багатогранною, оскільки охоплює такі поняття, як дитячо-батьківські відносини, психологічні межі особистості, підлітковий період.

Ретроспективним методом досліджені історичні етапи розвитку дитячо-батьківських відносин в контексті багатьох поколінь. Специфіку поняття дитячо-батьківських відносин визначено в контексті трьох основних теоретичних напрямків дослідження – психоаналітичного, біхевіористського та гуманістичного, що надало глибоке і докладне розуміння дитячо-батьківських відносин та їх вплив на психічний та емоційний розвиток, формування поведінки, емоційної безпеки дитини, відзначивши роль батьківських фігур у формуванні особистості.

Розкрито поняття, визначені категорії та класифікація психологічних меж особистості та аспекти управління межами, які складаються з – визначення особистих цінностей, встановлення меж, захисту і поваги до меж особистості.

Формування особистості суттєво пов'язане із підлітковим періодом, коли у дітей змінюються фізичні, когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти. Одним з ключових процесів у підлітковому віці є усвідомлення та становлення психологічних меж, коли дитина переживає трансформацію і стає дорослою. У цей період психологічні межі особистості підлітків формуються під впливом різноманітних факторів. Важливо враховувати, що ці фактори можуть взаємодіяти між собою, і формування психологічних меж є складним процесом.

Проведено аналіз методик для емпіричного дослідження при встановленні взаємозв'язку між характером дитячо-батьківських відносин та рівнем розвитку психологічних меж особистості підлітків.

В емпіричному дослідженні запропоновано використовувати спеціальний алгоритм збирання інформації. Алгоритм використовує надійні та валідні діагностичні методи. Після діагностики та аналізу результатів дослідження психолог має надати рекомендації по формуванню позитивних психологічних меж особистості підлітків. Розроблено «Опитувальник психологічних меж підлітків» в якому досліджуються: розуміння підлітком психологічних меж; основні аспекти, які впливають на процес встановлення психологічних меж; вплив взаємодії з батьками на процес встановлення психологічних меж. Запропонований опитувальник пройшов апробацію в пілотному емпіричному дослідженні.

Отже в роботі визначено причинну якісну залежність формування психологічних меж особистості підлітків від дитячо-батьківських відносин, що підтвердило гіпотезу дослідження. Емпірична перевірка впливу дитячо-батьківських відносин на формування особистих меж дозволить отримати кількісну оцінку, але для визначеної групи респондентів. У разі будь-якої зміни кластерної вибірки можливо отримати інші кількісні результати. Тому ми рекомендуємо індивідуальне консультування замість групових досліджень. Цінність індивідуального консультування полягає в тому, що дозволить надавати особисті рекомендації, як для батьків так і для дітей, з метою формування цінностей та переконань, самосвідомості, етичних та моральних аспектів особистості для підлітків, які є майбутнім нашої держави.

Розширення знань щодо впливу стилю виховання на формування особистості підлітків потребує глибокого наукового аналізу. Батьківські установки стосовно дітей формують цінності, ідеали та визначають критерії оцінки, які підлітки використовують для оцінювання себе та інших. Усе це має важливий вплив на соціальну адаптацію підлітків. Важливо продовжувати вивчати механізми впливу відносин між батьками та підлітками на формування меж особистості в контексті різних стилів виховання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. VandenBos G. R. (Ed.). APA dictionary of psychology (2nd ed.). American Psychological Association. 2015. 1204 p. DOI: <https://doi.org/10.1037/14646-000>.
2. Повалій Л.В. Специфіка батьківсько-дитячих взаємин у сучасній сім'ї. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2012. Випуск 13. книга 1. С. 233-240.
3. Психологія і соціологія: проблеми практичного застосування. Матеріали міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 14-15 березня 2014 року). Херсон: Видавничий дім «Гельветика». 2014. 116 с.
4. Гончар Л. В. Формування гуманних взаємин батьків з дітьми молодшого шкільного і підліткового віку: монографія. Київ : ТОВ «Задруга». 2017. 360 с.
5. DeMause L., editor. The History of Childhood. New York: Psychohistory Press. 1974. 450 p.
6. Freud S. Totem und Tabu. Einige Übereinstimmungen im Seelenleben der Wilden und der Neurotiker. Leipzig, Vienna and Zürich: Internationaler Psychoanalytischer Verlag. 3rd ed. 1922. 216 p. URL: <https://www.gutenberg.org/files/37065/37065-h/37065-h.htm>. (дата звернення 14.10.2023 р.).
7. Freud S. Das Ich und das Es. Leipzig, Vienna and Zürich: Internationaler Psychoanalytischer Verlag. 1923. 77 p. URL: <https://www.projekt-gutenberg.org/freud/ichundes/ichundes.html>. (дата звернення 14.10.2023 р.).
8. Freud S. Der Untergang des Ödipuskomplexes. Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse. Bd. 10 (3). 1924. S. 245-52. *Gesammelte Werke*. Bd. 10. S. 395-402. URL: <https://www.textlog.de/freud/aufsaeetze/der-untergang-des-oedipuskomplexes>. (дата звернення 14.10.2023 р.).

9. Freud S. Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. Leipzig and Vienna: Heller. 1917. 545 p. URL: <https://www.projekt-gutenberg.org/freud/vorles1/index.html>. (дата звернення 14.10.2023 р.).
10. Winnicott D. W. The Child, the Family, and the Outside World. Middlesex. 1973. 256 p.
11. Winnicott D. W. Winnicott on the Child. Cambridge. MA. 2002. 320 p.
12. Winnicott D. W. Ego Distortion in Terms of True and False Self. The Maturational Processes and the Facilitating Environment: *Studies in the Theory of Emotional Development*. 1965. P 140-152.
13. Erikson E. H. Childhood and Society. W. W. Norton & Company. 1950. 445 p.
14. Watson J. B. Psychological care of infant and child. W.W. Norton & Company. New York. 1928. 195.
15. Buckley K. W. Mechanical Man: John Broadus Watson and the Beginnings of Behaviorism. New York: Guilford Press. 1989. 233 p.
16. Skinner B.F. Behavior of Organisms (Official B. F. Skinner Foundation Reprint Series / paperback edition). Copley Publishing Group. 1991. 457 p.
17. Skinner B.F. Science and human behavior. (Copyright, The B. F. Skinner Foundation). 2014. 466 p.
18. Посвістак О.А. Біхевіористський підхід до сім'ї: специфіка та основні концепції. *Наука і освіта*. 2016. №7. С 111-117.
19. Maccoby E., Levin H., Lowell E., Sears R., Whiting J. Berwick J. Patterns of child rearing. Row, Peterson. 1957.
20. Rogers C. A way of being. Houghton Mifflin. 1980. 395 p.
21. Adler A. The education of children. Gutenberg Publishers. 2011. 316 p.
22. Григор'єва О. В. «Топографічна» структура особистості та можливості її дослідження. *Актуальні проблеми сучасної психології*: Матер. доп. і повід. на V

звітно-наук. конф. проф.-виклад. складу та студентів. Волинськ. держ. ун. ім. Лесі Українки. 2006. С. 129 – 140.

23. Jonson R. Setting Boundaries and Setting Limits. URL: <https://bpdfamily.com/content/setting-boundaries> (дата звернення 22.11.2023 р.).

24. Graham M. Fact of life: Ten Issues of Contentment. Outskirts Press. 2014. 312 p.

25. Schwartz, S. H. Universals in the Content and Structure of Values: Theoretical Advances and Empirical Tests in 20 Countries. *Advances in Experimental Social Psychology*. 1992. Vol. 25, P. 1-65. DOI:10.1016/s0065-2601(08)60281-6.

26. Whitfield C.L. Boundaries and Relationships: Knowing, Protecting and Enjoying the Self. Health Communication. 2010. 288 p.

27. Anne Katherine. Boundaries: Where You End and I Begin - How to Recognize and Set Healthy Boundaries. Hazelden Publishing. 1994. 134 p.

28. Cloud H., Townsend J. Boundaries: When to Say YES, When to Say NO, To Take Control of Your Life. Zondervan; Revised edition. 1992. 304 p.

29. Brown N. W. Coping with Infuriating, Mean, Critical People: The Destructive Narcissistic Pattern. Praeger. 2006. 208 p.

30. Freud S. Group Psychology and the Analysis of the Ego. W. W. Norton & Company; Revised edition. 1990. 144 p.

31. Pinker S. The Stuff of Thought: Language as a Window into Human Nature. Penguin Group. 2007. 499 p.

32. Jung C. Man and his Symbols. Garden City. 1968. 320 p.

33. Baillie C. Power Relations and its Influence in the Sphere of Globalization since *World War II*, *Totem: The University of Western Ontario Journal of Anthropology*. 2012. Vol. 20. Iss. 1, Article 12. URL: <https://ir.lib.uwo.ca/totem/vol20/iss1/12/> (дата звернення 25.11.2023 р.).

34. Lancer D. Conquering Shame and Codependency: 8 Steps to Freeing the True You. Hazelden Publishing. 2014. 248 p.

35. Casement P. Further Learning from the Patient, The analytic space and process. Routledge. 2014. 208 p.
36. Weinhold J. Breaking Free of the Co-Dependency Trap. New World Library. 2nd edition. 2008. 272 p.
37. Masselink M., Van Roekel E., Oldehinkel A.J. Self-esteem in early adolescence as predictor of depressive symptoms in late adolescence and early adulthood: the mediating role of motivational and social factors. *J. Youth Adolesc.* 2018. Vol. 47(5). P. 932–946. DOI: 10.1007/s10964-017-0727-z.
38. Todd N., Black A. Contraception for adolescents. *JCRPE J. Clin. Res. Pediat. Endocrinol.* 2020. Vol. 12. P. 28-40. DOI: 10.4274/jcrpe.galenos.2019.2019.S0003.
39. Williams K., Lund T.J., Liang B., Mousseau A.D.S., Spencer R. Associations between stress, psychosomatic complaints, and parental criticism among affluent adolescent girls. *J. Child Fam. Stud.* 2018. Vol. 27(5). P. 1384-1393.
40. Polanczyk G. V., Salum G. A., Sugaya L. S., Caye A., Rohde L. A. Annual research review: a meta-analysis of the worldwide prevalence of mental disorders in children and adolescents. *Journal of Child Psychology and Psychiatry.* 2015. Vol. 56. P. 345-365. DOI: 10.1111/jcpp.12381.
41. Armitage S., Parkinson M., Halligan S., Reynolds S. Mothers' experiences of having an adolescent child with depression: an interpretative phenomenological analysis. *J. Child Fam. Stud.* 2020. Vol. 29(6). P. 1617-1629.
42. Adigun O.T. Self-esteem, self-efficacy, self-concept and intimate image diffusion among deaf adolescents: a structural equation model analysis. *Heliyon.* 2020. Vol. 6(8). DOI: 10.1016/j.heliyon.2020.e04742.
43. Baumrind D. Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development.* 1966. Vol. 37. P. 887-907. DOI: 10.2307/1126611.
44. Baumrind D. Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs.* 1967. Vol. 75. P. 43-88.

45. Maccoby E. E., Martin J. A. Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. *Handbook of child psychology*. New York: Wiley. 1983. P. 1-101.
46. Smetana J. G. Current research on parenting styles, dimensions, and beliefs. *Current Opinion in Psychology*. 2017. Vol. 15. P. 19-25. DOI: 10.1016/j.copsy.2017.02.012.
47. Arnett J. J., Hughes M. Adolescence and Emerging Adulthood: A Cultural Approach. United States of America: Pearson Education. 2012. 627 p.
48. Butler J. The Family Diagram and Genogram: Comparisons and Contrasts. *American Journal of Family Therapy*. 2008. Vol. 36 (3). P 169-180. DOI:10.1080/01926180701291055.
49. Stagoll B.; Lang M. Climbing the Family Tree: Working with Genograms. *Australian Journal of Family Therapy*. 1980. Vol. 1 (4). P 161-170. DOI:10.1002/j.1467-8438.1980.
50. Boyd C. P., Eleonora G., Gillian N., Trudy B. The Family Environment Scale: Reliability and Normative Data for an Adolescent Sample. *Family Process*. 2004. Vol. 36. P. 369-373. DOI:10.1111/j.1545-5300.1997.00369.
51. Hartmann E. Boundaries in the Mind: A New Psychology of Personality. Basic Books. 1991. 288 p.
52. Harrison R. H., Hartmann E., Bevis J. The Boundary Questionnaire: Its Preliminary Reliability and Validity. *Imagination. Cognition and Personality*. 2006. Vol. 25(4), P. 355-382. DOI:10.2190/8120-6340-t808-7001.
53. Schredl M., Bocklage A., Engelhardt J., Mingeback T. Psychological boundaries, dream recall, and nightmare frequency: a new Boundary Personality Questionnaire (BPQ). *IJODR*. 2009. Vol.2. DOI: 10.11588/ijodr.2009.1.162.
54. Карелін П. А. Досвід розроблення опитувальника «Конфігурування психологічних меж особистості». *Психологічні перспективи*. 2017. Вип. 29. С. 92-104.

55. Карелін П.А. Особливості психологічних меж особистості у різних комунікативних контекстах: дис. ... канд. псих. наук. 19.00.05. Київ. 2019. 291 С.

56. Cattell R. B., Cattell A. K., Cattell H. E. P. 16PF Fifth Edition Questionnaire. Champaign. IL: Institute for Personality and Ability Testing. 1993.