УДК 159.922.7:613.9:37.018.1

Артюшенко Ірина Олександрівна
магістрантка кафедри психології
Півень Любов Валентинівна
асистентка кафедри психології
ПВНЗ «Київський медичний університет»
м. Київ

ВПЛИВ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ НА ВНУТРІШНЮ КАРТИНУ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

У сучасних умовах, коли зростає кількість сімей із дисгармонійними виховними стилями, особливої важливості набуває вивчення впливу сімейного середовища на психологічне благополуччя дитини та на її здоров'я. Нерідко причиною зниження добробуту дітей є неадекватні стилі виховання, емоційна відстороненість батьків або їх надмірний контроль. Відтак, вивчення ролі батьківської поведінки у формуванні емоційної

стабільності та здоров'я дитини є актуальним завданням сучасної психології та педагогіки.

Останні дослідження в галузі психології дитинства все частіше зосереджуються на взаємозв'язку стилів сімейного виховання та психологічного благополуччя дитини. Зокрема, В.С. Бліхар (2024) у своїй статті акцентує увагу на тому, що певні стилі сімейного виховання прямо корелюють з рівнем тривожності та страхів у дітей. Авторка вказує на важливість узгодженості батьківських ролей і стилів виховання для зниження ризиків емоційної нестабільності в дитячому віці. Її дослідження підтверджують негативний вплив індиферентного або авторитарного стилю на психоемоційний стан дитини.

У роботі В.Й. Бочелюка, М.С. Панова та А.Г. Козлової (2024) представлено детальний аналіз критеріїв та ознак психологічного благополуччя дитини. Автори наголошують, що гармонійні міжособистісні стосунки в сім'ї, позитивне ставлення з боку батьків та наявність підтримки з боку соціального оточення є визначальними для формування внутрішнього почуття безпеки у дитини. Зокрема, значну роль відіграє рівень емоційного контакту з батьками та їх психологічна компетентність у питаннях виховання.

О. Якимчук (2021) розглядає проблематику психосоматичних розладів у дітей молодшого шкільного віку, які часто є наслідком емоційно напруженого сімейного середовища. Авторка доводить, що негативні моделі сімейної взаємодії - зокрема, надмірна вимогливість, емоційна холодність або гіперопіка - здатні формувати в дитини хронічне відчуття тривоги, що з часом може призводити до фізичних проявів у вигляді психосоматичних симптомів.

У публікації Л. Гриценок (2022) порушується питання батьківських уявлень про благополуччя, які часто не співпадають із реальними потребами дитини. Авторка підкреслює важливість розширення психологічної грамотності батьків як умов для гармонійного розвитку дитини. Згідно з її дослідженнями, уявлення батьків про щастя і здоров'я дитини часто формуються на основі культурних шаблонів, а не реальних психологічних потреб дітей, що може викликати дисбаланс у виховному процесі.

Фундаментальне значення для виділення типів сімейного виховання мала робота D. Baumrind (1991). Вчена описала основні стилі виховання та зазначала, що під стилем сімейного виховання

маються на увазі відносини батьків з дитиною, характер контролю над її діями, спосіб пред'явлення вимог, форми заохочення і покарання, ментальні форми типів сімейного виховання, транскультурні патерни. Критеріями такого виділення визнані: характер емоційного ставлення до дитини і тип батьківського контролю. Класично класифікація стилів батьківського виховання включає чотири стилі: авторитетний, авторитарний, ліберальний, індиферентний. [1, с. 143]

Беручи за основу концепцію психологічного благополуччя В. Омелянської, ми можемо визначити критерії та показники психологічного благополуччя дитини. Одним із найважливіших критеріїв є соціальне благополуччя. До нього відносять гармонійні стосунки в сім'ї, з вчителями чи вихователями, в дитячому колективі. В свою чергу, причинами зниження психологічного благополуччя дитини є неблагополучні сімейні взаємини, пов'язані з фізичним чи психологічним насиллям, помилковим вихованням, що ґрунтуються на диктаті чи гіперопіці [2, с. 1220-1221].

Найчастіше благополуччя описують через поняття добробуту, щастя, задоволення, успішності. Термін благополуччя покладено в основу визначення ВООЗ поняття здоров'я, воно невідривне від так званого «індексу щастя», критерії якого включають відповідний рівень функціонування особистості (іноді іншого суб'єкта) на матеріальних, соціальних, фізичних, фізіологічних, психічних, психологічних рівнях. «Щастя, здоров'я, благополуччя як особистісні реалії, що у масовій свідомості фактично ототожнюються, завжди фігурують серед найважливіших, вимріяних і водночас майже недосяжних... ці жадані феномени сприймаються майже синонімічно не лише у побуті» [4, с. 42].

У формуванні особистості дитини сім'я відіграє одну із визначальних ролей. Сім'я – це мала соціальна група, що базується на кровній спорідненості, члени сім'ї споріднені ще й емоційними зв'язками, моральною відповідальністю та відповідальністю один перед одним, побутом тощо. Для дитини сім'я – це цілий світ, у якому вона живе, діє, робить відкриття, вчиться любити, ненавидіти, радіти, співчувати. Будучи членом родини, дитина вступає у певні відносини з батьками, що можуть здійснювати на неї як позитивний, так і негативний вплив й провокувати тим самим виникнення психосоматичних розладів [3, с. 91].

Відсутність узгодженості стилів сімейного виховання обох батьків, де існує надмірний контроль з боку матері та не включеність батька, який є більше індиферентним до виховання власних дітей та не виявляє зацікавленості дитиною зі свого боку, значною мірою впливають на формування тривожності дітей молодшого шкільного віку [1, с. 148].

Сутність поняття «внутрішня картина здоров'я» можна визначити, як один з елементів самозбережельної поведінки, а в якості компонентів розглядати когнітивний (знання про своє здоров'я і розуміння ролі здоров'я в життєдіяльності, знання основних факторів деструктивного і конструктивного впливу на здоров'я; емоційний (відображення переживань і почуттів людини, зв'язаних з його здоров'ям, особливостей емоційного стану, обумовлених погіршенням фізичного чи психічного самопочуття); мотиваційно-поведінковий (місце здоров'я в індивідуальній ієрархії цінностей людини, особливості мотивації в області здорового способу життя, особливості поводження в сфері здоров'я, ступінь прихильності до здорового способу життя, особливості поводження в випадку погіршення здоров'я). Однак, сучасна родина недостатньо компетентна у формуванні здоров'я дитини, оскільки для самих батьків саме здоров'я не є пріоритетною цінністю, батьки не мають достатній обсяг знань про своє здоров'я і про вікові особливості здоров'я дітей, не мають навичок саморегуляції самопочуття і настрою. [5, с. 42].

Стилі виховання, що практикуються в сім'ї, мають безпосередній вплив на емоційний стан і психологічне благополуччя дитини. Нескоординовані або крайні підходи до виховання (гіперопіка, диктат, індиферентність) можуть призводити до тривожності, зниження самооцінки та психосоматичних розладів. Водночас, гармонійні стосунки в сім'ї, поєднані з адекватною турботою про здоров'я, сприяють формуванню стійкої, емоційно збалансованої особистості. Необхідна просвітницька робота з батьками щодо основ здорового виховання та формування культури піклування про фізичне й психічне здоров'я дітей.

Список використаних джерел

1. Бліхар В. С. Особливості взаємозв'язків стилів сімейного виховання та батьківського ставлення зі страхами та тривожністю дітей. *Психологія і особистість*. 2024. № 1 (25). С. 141–155.

2. Бочелюк В. Й., Панов М. С., Козлова А. Г. Психологічне благополуччя дитини: зміст, ознаки, критерії, показники. *Наукові перспективи*. 2024. № 4 (46). С. 1220–1221.
3. Гриценок Л. Батьківські уявлення про благополуччя дитини як предмет психологічного дослідження. *Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми* : зб. матеріалів V Міжнар. наук.-практ. конф. (Київ, 22 квітня 2022 р.). Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. С. 40–46.
4. Максименко Д. С. *Здоров'я дитини в сучасному інформаційному середовищі*. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 224 с.
5. Якимчук О. Вплив сім'ї на виникнення психосоматичних розладів у дітей молодшого шкільного віку. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2021. Грудень. С. 90–104.