МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему: **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ У МАТЕРИНСЬКО-ДОЧІРНІХ СТОСУНКІВ**

Виконала: студентка ІІ курсу групи
8.0534-з-2-дн
спеціальності 053– Психологія
освітньої програми: 053 Психологія
Медяник Ірина Геннадіївна
Керівник: PhD, ст. викладач кафедри
психології Гречаник М.І.
Рецензент: канд.психол.н., доцент
кафедри психології Железнякова Ю.В.

Запоріжжя – 2026

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма 053 Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

_____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

«____»_____2026 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Медяник Ірині Геннадіївні

Тема роботи: Психологічні особливості прив'язаності у материнсько-дочірніх стосунків

керівник роботи Гречаник М.І. PhD, ст. викладач кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від 02.10.2025 року № 1393-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: визначити основні теоретичні підходи до вивчення прив'язаності у материнсько-дочірніх стосунках; ідентифікувати та охарактеризувати типи прив'язаності у материнсько-дочірніх стосунках; дослідити взаємозв'язок стилів виховання матері та типів прив'язаності у дочок; вивчити вплив віку дитини на психологічні особливості формування прив'язаності; розробити рекомендації для покращення якості материнсько-дочірніх стосунків.

Перелік графічного матеріалу: 6 таблиць, 3 рисунка.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Гречаник М.І., PhD		
Розділ 1	Гречаник М.І., PhD		
Розділ 2	Гречаник М.І., PhD		
Розділ 3	Гречаник М.І., PhD		
Висновки	Гречаник М.І., PhD		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	липень – серпень 2025 р.	виконано
2	Робота над вступом	серпень 2025 р.	виконано
3	Робота над першим розділом	серпень – вересень 2025 р.	виконано
4	Робота над другим розділом	жовтень – листопад 2025 р.	виконано
5	Робота над третім розділом	грудень 2025 р.	виконано
6	Написання висновків	грудень 2025 р.	виконано
7	Передзахист	січень 2026 р.	виконано
8	Нормоконтроль	січень 2026 р.	виконано

Студент _____ І.Г. Медяник

Керівник роботи _____ М.І. Гречаник

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ Г. В. Коваль

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 55 сторінок, 3 рисунка, 6 таблиць, 53 джерела, 3 додатки.

Об’єкт дослідження – психологічна прив’язаність у материнсько-дочірніх стосунках.

Предмет дослідження – психологічні особливості прив’язаності у материнсько-дочірніх стосунках та їх взаємозв’язок зі стилем виховання матері.

Мета дослідження – вивчити психологічні особливості прив’язаності у материнсько-дочірніх стосунках та визначити чинники, що впливають на формування різних типів прив’язаності у дочок.

Гіпотези дослідження: Тип прив’язаності дочки зумовлений особливостями стилю виховання та емоційної взаємодії матері з дитиною; У різні вікові періоди дочок прояви та характеристики прив’язаності мають специфічні психологічні відмінності; Материнська емоційна чутливість і послідовність у виховній поведінці підвищують імовірність формування безпечного типу прив’язаності у дочок.

Методи дослідження: теоретичні: аналіз літератури з психології розвитку, сімейної психології та теорії прив’язаності; епмпірчині: психодіагностичні методики, спостереження, анкетування та інтерв’ю; статистичні.

Наукова новизна одержаних результатів дослідження полягає у комплексному вивченні психологічних особливостей прив’язаності у материнсько-дочірніх стосунках у сучасних українських сім’ях, визначенні взаємозв’язку між стилем виховання матері та типами прив’язаності дочок, а також у виявленні вікових особливостей формування прив’язаності.

Галузь застосування: практичне дяльність психологів та сімейних консультатнтів.

ПРИВ’ЯЗАНІСТЬ, МАТЕРИНСЬКО-ДОЧІРНІ СТОСУНКИ, СТИЛІ ВИХОВАННЯ, ЕМОЦІЙНА ВЗАЄМОДІЯ, ПСИХОЛОГІЧНИЙ РОЗВИТОК.

SUMMARY

Medianyk I. H. Psychological characteristics of attachment in mother–daughter relationships.

The qualifying master's thesis consists of an Introduction, three Chapters, Conclusions, References, and Appendices. The total volume of the thesis is 71 pages, including 6 tables and 3 figures.

The thesis presents a theoretical overview and empirical research on the psychological characteristics of attachment in mother–daughter relationships. The study focuses on the influence of maternal upbringing styles and emotional interaction on the formation of different attachment types in daughters at various age stages.

The research object is attachment as a psychological phenomenon in mother–daughter relationships.

The research subject is the psychological characteristics of attachment in mother–daughter relationships and their connection with maternal parenting styles.

The research aim is to study the psychological features of attachment in mother–daughter relationships and to identify factors influencing the formation of different attachment types.

The research objectives include analyzing theoretical approaches to attachment, identifying attachment types in mother–daughter dyads, examining the relationship between maternal parenting styles and attachment types, exploring age-related differences in attachment formation, and developing practical recommendations for improving mother–daughter relationships.

The research methodology includes theoretical analysis of scientific literature, psychodiagnostic methods, observation, questionnaires, interviews, and quantitative and qualitative data analysis.

Scientific novelty of the study lies in a comprehensive analysis of attachment characteristics in mother–daughter relationships within Ukrainian families, revealing correlations between maternal parenting styles and attachment types, as well as identifying age-related psychological differences.

Practical significance of the research is determined by the possibility of applying the obtained results in psychological counseling, family therapy, and educational practice to promote secure attachment and healthy emotional development of daughters.

Key words: attachment, mother–daughter relationships, parenting styles, emotional interaction, psychological development.

ЗМІСТ

ВСТУП 8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ У МАТЕРИНСЬКО-ДОЧІРНІХ СТОСУНКАХ 12
1.1 Поняття прив'язаності: сутність та значення для розвитку особистості 12
1.2 Основні типи прив'язаності та їх психологічні характеристики 15
1.3 Роль матері в процесі формування прив'язаності 18
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ У МАТЕРИНСЬКО-ДОЧІРНІХ СТОСУНКАХ 24
2.1 Опис вибірки та методології дослідження 24
2.2 Аналіз типів прив'язаності у материнсько-дочірніх парах 27
2.3 Взаємозв'язок стилів виховання матері і типів прив'язаності дочки 31
2.4 Вікові особливості психологічних характеристик прив'язаності у дочок 34
РОЗДІЛ 3. ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПОКРАЩЕННЯ МАТЕРИНСЬКО-ДОЧІРНІХ СТОСУНКІВ 41
3.1 Рекомендації для матерів щодо формування здорової прив'язаності 41
3.2 Психологічні стратегії підтримки емоційного розвитку доньки 44
3.3 Роль сімейної психотерапії та консультативної допомоги 47
3.4 Перспективи впровадження рекомендацій у практику сімейного виховання 49
ВИСНОВКИ 54
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 56
ДОДАТКИ 61

ВСТУП

Актуальність дослідження. Проблема психологічної прив’язаності є однією з головних у сучасній психології розвитку, оскільки саме характер ранніх емоційних зв’язків між дитиною та значущим дорослим визначає особливості формування особистості, емоційної регуляції та міжособистісних стосунків упродовж життя. Особливе місце у цій темі посідають материнсько-дочірні стосунки, які мають специфічний вплив на становлення жіночої ідентичності, самооцінки, емоційної близькості та здатності до побудови довірливих відносин у майбутньому.

У сучасних соціокультурних умовах, що характеризуються трансформацією сімейних ролей, зростанням психоемоційного навантаження на батьків, зміною стилів виховання та підвищеним рівнем стресу, проблема формування безпечної прив’язаності між матір’ю і донькою набуває особливої актуальності. Недостатня емоційна чутливість, непослідовність у виховних впливах або надмірний контроль з боку матері можуть негативно позначатися на психологічному благополуччі дитини та якості її емоційних зв’язків.

Проблему прив’язаності як базового психологічного механізму розвитку особистості ґрунтовно досліджували зарубіжні науковці, зокрема Дж. Боулбі, М. Ейнсворт, М. Мейн, П. Кріттенден, М. Мікуліncер та П. Шейвер, які довели вирішальну роль ранніх емоційних зв’язків у формуванні психічного здоров’я дитини. В українській психології різні аспекти дитячо-батьківської прив’язаності, материнства та стилів виховання розглядали Н. Литвинова, Г. Шевчук, З. Крижановська, Л. Жихарєва, О. Власова, які підкреслюють значущість емоційного ставлення матері для гармонійного розвитку дитини.

Сучасні психологічні дослідження (Дж. Боулбі, М. Ейнсворт, П. Кріттенден, М. Мікуліncер) свідчать, що психологічне благополуччя

дитини та якість її соціальних стосунків тісно пов’язані зі стилем виховання матері. Материнська чутливість, підтримка, емоційна доступність і стабільність взаємодії сприяють формуванню безпечної прив’язаності, тоді як емоційна холодність, надмірний контроль або непослідовність у поведінці матері можуть призводити до формування тривожних або уникальних типів прив’язаності.

Окрему увагу в наукових працях приділено проблемі материнсько-дочірніх стосунків, які досліджували Д. Віннікотт, М. Малер, М. Мейн, А. Шор, а серед українських учених – Г. Шевчук, З. Крижановська, Н. Нероба, Н. Чепелєва, Л. Ганіч. Дослідники наголошують, що взаємодія матері й доньки відіграє особливу роль у формуванні жіночої ідентичності, емоційної зрілості та здатності до побудови близьких міжособистісних стосунків.

В умовах сучасного соціокультурного середовища, яке характеризується підвищеним рівнем стресу, трансформацією сімейних ролей, впливом інформаційних технологій та соціальних змін, проблема формування здорових материнсько-дочірніх стосунків набуває особливої актуальності. Сімейні конфлікти, недостатня емоційна підтримка та зміни традиційних моделей виховання можуть негативно позначатися на психологічному розвитку дитини, що зумовлює необхідність комплексного вивчення особливостей прив’язаності у сучасних сім’ях.

Таким чином, актуальність даного дослідження зумовлена недостатньою кількістю комплексних емпіричних робіт, присвячених вивченню взаємозв’язку стилів виховання матері, вікових особливостей дитини та типів прив’язаності у сучасному українському соціокультурному контексті, а також практичною значущістю отриманих результатів для психологічного консультування та профілактики порушень дитячо-батьківських стосунків.

Об’єкт дослідження –. психологічна прив’язаність у материнсько-дочірніх стосунках.

Предмет дослідження – психологічні особливості прив’язаності у материнсько-дочірніх стосунках та їх взаємозв’язок зі стилем виховання матері.

Мета дослідження – вивчити психологічні особливості прив’язаності у материнсько-дочірніх стосунках та визначити чинники що впливають на формування різних типів прив’язаності.

Гіпотези дослідження:

1.Тип прив’язаності дочки зумовлений особливостями стилю виховання та емоційної взаємодії матері з дитиною.

2.У різні вікові періоди дочок прояви та характеристики прив’язаності мають специфічні психологічні відмінності.

3. Материнська емоційна чутливість і послідовність у виховній поведінці підвищують імовірність формування безпечного типу прив’язаності у дочок.

Завдання дослідження:

1. Визначити основні теоретичні підходи до вивчення прив’язаності у материнсько-дочірніх стосунках;
2. Ідентифікувати та охарактеризувати типи прив’язаності у материнсько-дочірніх стосунках;
3. Дослідити взаємозв’язок стилів виховання матері та типів прив’язаності у дочок;
4. Вивчити вплив віку дитини на психологічні особливості формування прив’язаності;
5. Розробити рекомендації для покращення якості материнсько-дочірніх стосунків.

Методи дослідження:

- теоретичний аналіз наукової літератури з психології розвитку, сімейної психології та теорії прив’язаності;
- психометричні методики для визначення типів прив’язаності у дітей і стилів виховання матері;

- спостереження, анкетування та інтерв’ю;
- кількісний та якісний аналіз отриманих даних.

Наукова новизна полягає у комплексному вивченні психологічних особливостей прив’язаності у материнсько-дочірніх стосунках українських сімей, визначенні взаємозв’язку між стилем виховання матері та типами прив’язаності дочок, а також вікових особливостей формування цих стосунків.

Практичне значення – результати дослідження можуть бути використані психологами, сімейними консультантами та педагогами для розробки програм підтримки материнсько-дочірніх стосунків, спрямованих на формування безпечної прив’язаності та гармонійного емоційного розвитку дитини.

Надійність результатів забезпечується використанням валідних методик, комплексним поєднанням кількісного та якісного аналізу та відповідністю між метою, завданнями, гіпотезами та методами дослідження.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ ПРИВЯЗАНОСТІ У МАТЕРИНСЬКО-ДОЧІРНІХ СТОСУНКАХ

1.1 Поняття прив'язаності: сутність та значення для розвитку особистості

Прив'язаність належить до базових потреб людини, адже визначає не лише її здатність до виживання, а й якість життя та повноцінний розвиток особистості. Це універсальний психологічний механізм, який забезпечує фізичне, емоційне та соціальне благополуччя.

Поняття «прив'язаність» охоплює широкий спектр людських взаємин – від ранньої взаємодії між дитиною та батьками до партнерських, дружніх і професійних стосунків [45]. Прив'язаність виступає рушійною силою, що виявляється у прагненні до контакту та збереження близькості. Вона об'єднує інстинкти та емоції людини, формуючи основу для турботи та піклування у системі «батьки – діти».

Концепція Дж. Боулбі визначає прив'язаність як біологічно зумовлену систему поведінки, що забезпечує виживання дитини та формує внутрішні робочі моделі поведінки [44]. M. Ainsworth розвинула ідеї Боулбі, емпірично виділивши типи прив'язаності: безпечну, тривожно-амбівалентну, уникальну та дезорганізовану [43]. Експериментальна методика «Незнайома ситуація» дозволила визначити, що реакції дитини на розлуку з матір'ю та її повернення відображають сформований стиль прив'язаності.

P. Crittenden розглядає прив'язаність як адаптивну систему, що змінюється залежно від сімейної динаміки та рівня безпеки, пояснюючи, як формуються стійкі моделі поведінки у діаді «мати – дитина» та як вони передаються між поколіннями [47]. M. Main підкреслює значення внутрішніх робочих моделей, які формують уявлення про себе та інших, визначаючи довіру, емпатію та соціальну поведінку [51].

J. Fonagy та M. Target розробили концепцію менталізації, згідно з якою надійна прив'язаність формує здатність дитини розуміти психічні стани інших [48]. P. Shaver підкреслює, що прив'язаність визначає здатність до саморегуляції, самооцінку, емпатію та побудову стабільних міжособистісних стосунків, особливо в контексті материнсько-дочірніх взаємодій [46].

Прив'язаність виконує кілька взаємопов'язаних функцій, які забезпечують комплексний розвиток дитини. Захисна функція гарантує відчуття безпеки та зменшує тривожність. Емоційна функція формує здатність до регуляції емоцій, емпатії та емоційної стійкості. Соціалізуюча функція сприяє розвитку соціальних навичок, формує довіру та взаємоповагу. Когнітивна функція стимулює пізнавальну активність, дослідницьку поведінку та навчання.

Усі ці функції взаємопов'язані: безпечна прив'язаність одночасно захищає, сприяє соціалізації та стимулює когнітивний розвиток. Вона формує основу фізичного та психічного здоров'я, соціальної компетентності та інтелектуальної активності, впливає на формування самооцінки та почуття власної значущості [11, 89].

Прив'язаність є багаторівневим феноменом, що поєднує емоційну, поведінкову та когнітивну складові. Дослідження J. Bowlby, M. Ainsworth, G. Newfeld, P. Crittenden, M. Main, A. Schore, J. Fonagy, M. Mikulincer, P. Shaver та інших дають цілісне уявлення про механізми її формування та роль у материнсько-дочірніх стосунках. Надійна прив'язаність визначає емоційне благополуччя, соціальну компетентність і когнітивний розвиток дитини, продовжуючи впливати на життя людини у дорослому віці.

Для систематизації наукових уявлень про феномен прив'язаності у материнсько-дочірніх стосунках доцільно розглянути основні теоретичні підходи, що сформувалися в межах психологічної науки. Кожен із них акцентує увагу на різних аспектах становлення та функціонування прив'язаності – від еволюційних і поведінкових механізмів до когнітивних, емоційних та нейропсихологічних процесів. Узагальнення цих підходів, їхніх ключових характеристик та провідних представників подано в таблиці 1.1.

Таблиця 1.1 – Основні теоретичні підходи до вивчення прив'язаності у материнсько-дочірніх стосунках

Підхід	Характеристика	Представники
Етологічний	Прив'язаність як еволюційний механізм виживання	J. Bowlby, M. Ainsworth, G. Newfeld
Типологічний (емпіричний)	Виокремлення стилів прив'язаності; реакції дитини у «Незнайомій ситуації»	M. Ainsworth, M. Main, E. Hesse
Динамічно-системний	Адаптивна система залежно від сімейного середовища	P. Crittenden, L. Hoffman
Когнітивно-репрезентативний	Формування внутрішніх робочих моделей «я – інший»	M. Main, K. Lyons-Ruth, M. Mikulincer, P. Shaver
Психоаналітичний	Вплив ранніх материнських взаємин, процес сепарації	D. Winnicott, M. Mahler
Нейропсихологічний	Вплив на мозковий розвиток, регуляцію емоцій і стресу	A. Schore, D. Siegel
Міждисциплінарний (менталізація)	Прив'язаність як основа здатності розуміти психічні стани	J. Fonagy, M. Target
Сучасні дослідники	Розвиток теорії прив'язаності у міждисциплінарному контексті	F. Beyem, J. Fonagy, P. Shaver

Таблиця 1.1 демонструє основні підходи до вивчення прив'язаності та відповідних дослідників. Як видно, науковці підходять до проблеми комплексно: від етологічних та емпіричних досліджень до психоаналітичних, нейропсихологічних та міждисциплінарних концепцій. Така систематизація дозволяє зрозуміти, що прив'язаність у материнсько-дочірніх стосунках є багатовимірним феноменом, що впливає на емоційний, когнітивний та соціальний розвиток дитини.

Отже, прив’язаність є багаторівневим психологічним феноменом, що визначає емоційне благополуччя, соціальну компетентність і когнітивний розвиток дитини. Аналіз теоретичних підходів демонструє, що надійна прив’язаність формується під впливом біологічних, психологічних і соціальних чинників, а її типи та моделі поведінки мають стійкий вплив на розвиток особистості у дитинстві та дорослому віці.

1.2 Основні типи прив’язаності та їх психологічні характеристики

У сучасній психології типи прив’язаності займають важливе місце у вивченні міжособистісних стосунків, особливо у дитячо-батьківській взаємодії. Дж. Боулбі підкреслював, що ранні взаємини дитини з матір’ю чи іншою значущою фігурою створюють внутрішні моделі стосунків, які зберігаються протягом життя [44]. Його ідеї були поглиблені у працях М. Ейнсворт, яка на основі експерименту «Незнайома ситуація» виділила основні типи прив’язаності, що відображають якість емоційного зв’язку між дитиною та матір’ю [51]. Сучасні дослідники, зокрема P. Crittenden, M. Mikulincer, P. Shaver, J. Fonagy, D. Siegel, A. Schore та L. Sroufe, розширили класичні підходи, показавши взаємозв’язок типів прив’язаності з емоційним розвитком, соціальною адаптацією та когнітивними здібностями дитини [46, 48].

Безпечна (надійна) прив’язаність формується тоді, коли мати є емоційно чутливою, стабільною та послідовною у стосунках з дитиною. Дитина відчуває захищеність, довіру до світу та впевненість у тому, що її потреби будуть задоволені. Для цього типу характерні: здатність регулювати емоції, емпатія, готовність будувати гармонійні стосунки та розвивати здорову самооцінку.

Уникаюча прив’язаність виникає, коли емоційні потреби дитини ігноруються або недооцінюються. Дитина вчиться приховувати свої переживання, щоб уникати відчуття відторгнення. Такі діти можуть

виглядати самостійними, але внутрішньо відчувають самотність, мають труднощі з вираженням емоцій і формують схильність уникати близьких стосунків [52].

Амбівалентна, або тривожна прив'язаність формується при непослідовній поведінці матері, коли вона іноді демонструє турботу, а в інші моменти відсторонюється. Дитина не впевнена у задоволенні своїх потреб у близькості, що проявляється у підвищеній залежності, страху залишення та частих емоційних коливаннях. У дорослому віці це може проявлятися у постійному прагненні до підтвердження любові з боку партнера [51].

Дезорганізована прив'язаність зазвичай виникає в умовах емоційної чи фізичної травматизації, коли фігура безпеки водночас є джерелом страху. Поведінка дитини поєднує прагнення до близькості та її уникнення, що створює хаотичність у стосунках і підвищену тривожність.

Типи прив'язаності демонструють, наскільки задоволені базові потреби дитини у безпеці, любові та прийнятті. Вони формують внутрішні моделі стосунків, які супроводжують людину протягом життя, проте навіть несприятливий досвід не є остаточним «вироком»: психотерапія, підтримуючі стосунки та внутрішня робота дозволяють трансформувати травматичний досвід у більш адаптивні моделі взаємодії [12, 13].

Формування типу прив'язаності залежить не лише від поведінки матері, а й від ширшого контексту: участі батька, сімейної атмосфери, соціального оточення та культурних традицій. Досвід безпечної прив'язаності сприяє розвитку саморефлексії, емоційної грамотності та психологічної зрілості.

Типи прив'язаності не є абсолютно «добрими» чи «поганими» [50]. Навіть у випадку небезпечних форм можна знайти адаптивні механізми, які при свідомій роботі з ними допомагають розвитку особистості. Уникаюча прив'язаність формує певну самостійність, амбівалентна – чутливість до соціальних сигналів, дезорганізована – здатність помічати нюанси у поведінці інших [1, 150].

Таблиця 1.2 демонструє ключові типи прив'язаності у материнсько-дочірніх взаємодіях, їх характеристики та психологічні наслідки. Як видно, кожен тип відображає різний рівень задоволення базових потреб дитини у безпеці та підтримці, що впливає на її емоційний розвиток, соціальні навички та внутрішні моделі стосунків.

Таблиця 1.2 – Основні типи прив'язаності та їх психологічні характеристики у материнсько-дочірніх стосунках

Тип прив'язаності	**Основні характеристики**	**Психологічні наслідки у материнсько-дочірніх стосунках**	**Представники**
Безпечна	Емоційна чутливість матері, стабільність, довіра	Розвивається саморегуляція, емпатія, здатність до довірливих стосунків	J.Bowlby, M. Ainsworth, M. Main, G. Newfeld
Уникаюча	Ігнорування потреб дитини, емоційна дистанція	Проблеми з вираженням емоцій, схильність до самотності	P.Crittenden, L.Hoffman, M. Mikulincer
Амбівалентна	Непослідовна поведінка матері	Страх залишення, емоційна залежність, нестабільні стосунки	M. Main, E. Hesse, M. Mikulincer
Дезорганізована	Страх і травма, матір як джерело загрози	Хаотичність поведінки, тривожність, складнощі у стабільних стосунках	M. Main, A. Schore, D. Siege

Отже, типи прив'язаності у материнсько-дочірніх стосунках визначають якість емоційного зв'язку дитини з матір'ю та формують внутрішні моделі стосунків, що зберігаються протягом життя. Безпечна прив'язаність сприяє розвитку саморегуляції, емпатії та довірливих взаємин, тоді як несприятливі типи можуть призводити до емоційних труднощів і проблем у побудові стосунків. Розуміння цих типів дозволяє прогнозувати психологічний розвиток дитини та планувати підтримку для формування більш адаптивних моделей поведінки.

1.3 Роль матері та сучасні виклики у формуванні материнсько-дочірньої прив'язаності

Материнська фігура відіграє центральну роль у житті дитини від самого народження, будучи першим і найважливішим об'єктом прив'язаності. Взаємодія з матір'ю формує фундаментальні психоемоційні механізми, які визначають подальший розвиток особистості, включно з когнітивними, соціальними та емоційними процесами. Прив'язаність, як наголошував Дж. Боулбі, є базовою потребою дитини, а матір виступає основним провідником у процесі її задоволення. Її роль не обмежується фізичним доглядом, ключовим є створення відчуття безпеки, стабільності та прийняття, що стає фундаментом для психічного розвитку.

Прив'язаність формується через щоденні, на перший погляд буденні взаємодії: годування, колисання, тілесний контакт, погляд очі-в-очі, усмішка, реакція на плач. Саме через такі систематичні дії мати демонструє дитині її цінність і захищеність. Досвід наявності надійного дорослого створює внутрішній «опорний пункт», завдяки якому дитина розвиває впевненість у собі та готовність досліджувати нове.

Провідною характеристикою материнської ролі є чутливість до сигналів дитини. Як показали дослідження М. Ейнсворт, діти, чиї матері швидко й адекватно реагували на потреби, частіше формували безпечний тип прив'язаності. Така дитина набуває досвіду: «Мої потреби помічають і задовольняють. Я можу довіряти світу». Це стає прототипом майбутніх стосунків у підлітковому та дорослому віці [17].

Роль матері також включає функцію емоційного дзеркала. Донька навчається розуміти власні емоції завдяки тому, як мати їх відображає та називає: «Я бачу, що ти засмучена», «Тобі боляче, я поряд». Це формує здатність до саморегуляції та емпатії. М. Заброцький важає, що «особливо значущим є вплив на формування жіночої ідентичності» [20, 88]. Дівчина сприймає матір як перший приклад жіночої ролі, її ставлення до себе, світу та

інших людей. Якщо мати демонструє любов до себе і здатність поважати власні межі, донька ймовірніше переймає ці моделі. Натомість емоційна холодність, самознецінення чи залежні стосунки можуть формувати повторення небажаних патернів у дочці.

Стабільність і передбачуваність матері є важливими для психічної стійкості дитини. Постійність підтримки дозволяє дитині довіряти світу, формує внутрішнє відчуття контролю і порядку [26, 73]. Непослідовність у поведінці матері може призводити до формування тривожного типу прив'язаності, що згодом проявляється надмірною потребою в схваленні та страхом відкидання.

Материнська роль змінюється з віком дитини. У ранньому дитинстві домінує фізична турбота; у дошкільному – емоційна підтримка й допомога у розумінні соціальних правил; у підлітковому – підтримка автономії та здатність витримувати конфлікти без руйнування стосунків. При цьому психологічна зрілість і емоційна стабільність матері є критичними факторами. Хронічна втома, нерозв'язані конфлікти чи відсутність підтримки з боку партнера можуть негативно впливати на формування безпечної прив'язаності [19, 235].

У контексті сучасних кризових реалій особливо актуальною є проблема трансгенераційної передачі травматичного досвіду. Війна, вимушене переселення, втрати та невизначеність майбутнього створюють додаткове емоційне навантаження на матір, яке може несвідомо передаватися дитині. Водночас саме материнська фігура залишається основним стабілізуючим фактором для дитини в умовах нестабільності. Навіть за наявності зовнішніх стресорів регулярні ритуали, тілесний контакт, спільне обговорення переживань та передбачуваність взаємодії здатні знижувати рівень тривожності дитини [18].

Авторитарні або надмірно ліберальні стилі виховання можуть негативно впливати на формування прив'язаності, тоді як баланс між підтримкою та автономією сприяє розвитку впевненості й самостійності

доньки [35, 234]. Уміння матері адаптувати стиль взаємодії до вікових та індивідуальних особливостей дитини є показником її психологічної компетентності.

Сучасні виклики значно модифікують традиційні материнсько-дочірні взаємодії. Наприклад М. Савчин виділив наступні особливості у цьому питанні [37, 104-108]:

- Онлайн-контент і мультимедіа. Часте переглядання YouTube, мультфільмів чи соціальних мереж може зменшувати живу взаємодію між матір'ю та дочкою, знижувати час спільних емоційних контактів та негативно впливати на розвиток емоційної регуляції. Водночас, правильно підібрані відео чи інтерактивні ігри можуть стати додатковим ресурсом для навчання та спільного переживання досвіду.
- Війна та вимушена еміграція. Емоційна нестабільність, стресові ситуації та травми батьків впливають на поведінку дітей. Діти, які перебувають у зонах воєнного конфлікту або вимушено переселені, часто демонструють підвищену тривожність, порушення сну та емоційної стабільності. Присутність матері, яка здатна підтримати та забезпечити відчуття безпеки, стає критичною потребою для адаптації.
- Соціальні мережі матері. Постійна присутність матері у соціальних мережах може відволікати від живого контакту з дитиною, зменшуючи час на емоційне віддзеркалення та спільні ритуали.

Незважаючи на зовнішні труднощі, саме емоційна чутливість, здатність до менталізації, стабільність і підтримка автономії залишаються ключовими умовами формування безпечної прив'язаності. Усвідомлення матір'ю власної ролі та активне залучення до емоційного життя дитини виступають важливими ресурсами психологічної стійкості та гармонійного розвитку доньки [29, 400].

Особливу увагу слід приділити взаємодії типів прив'язаності у сучасних умовах. Безпечна прив'язаність забезпечує внутрішнє відчуття стабільності й довіри, уникаюча – стимулює самостійність, але підвищує

ризик емоційної дистанції, амбівалентна – формує потребу у постійних підтвердженнях, дезорганізована – проявляє хаотичні моделі поведінки. Навіть у складних обставинах (переселення, війна, онлайн-залежність) можлива трансформація типів прив'язаності завдяки психологічній підтримці, стабільним ритуалам і теплій взаємодії з матір'ю.

Міжпоколінний аспект також важливий: матері з досвідом безпечної прив'язаності частіше передають її своїм дочкам. Негативний досвід матері (травми, депривація) може непомітно відтворюватися у дочці, але свідоме опрацювання власних переживань і отримання психологічної підтримки дозволяє «переписати сценарій» [25, 28].

Приклади сучасних практик: спільне читання книг, інтерактивні ігри, ритуали прощання та зустрічі, щоденне обговорення переживань, обмежене та усвідомлене використання гаджетів. Усі ці дії сприяють формуванню безпечної прив'язаності навіть у нестабільних умовах.

Таким чином, материнсько-дочірні стосунки в контексті теорії прив'язаності – це багатовимірний процес, що поєднує фізичну турботу, емоційне віддзеркалення, стабільність, підтримку автономії, формування жіночої ідентичності та міжпоколінних моделей. Якість цих взаємин визначає психічну стійкість, здатність до емоційної регуляції та соціальної адаптації дитини. Сучасні виклики (онлайн-контент, війна, еміграція) можуть модифікувати традиційні взаємодії, проте посилення емоційної чутливості та стабільності матері залишається ключовим фактором розвитку безпечної прив'язаності.

Материнська фігура є критичним фактором формування прив'язаності та психоемоційного розвитку дитини. Безпечна прив'язаність залежить не лише від фізичного догляду, але й від емоційного віддзеркалення, стабільності, передбачуваності та підтримки автономії. Сучасні соціальні та культурні виклики не зменшують важливості ролі матері, а навпаки – роблять її більш комплексною, включаючи управління онлайн-контентом, адаптацію до стресових ситуацій та підтримку психологічної стійкості дитини.

Висновки до 1 розділу

У першому розділі здійснено теоретичний аналіз феномену прив’язаності в контексті материнсько-дочірніх стосунків, що дозволило розкрити його сутність, значення та багатовимірність як базового психологічного механізму розвитку особистості. Прив’язаність розглянуто як універсальну потребу людини, яка формується в ранньому дитинстві та визначає емоційне благополуччя, соціальну компетентність, здатність до саморегуляції й побудови стабільних міжособистісних стосунків упродовж життя.

Аналіз класичних і сучасних наукових підходів (Дж. Боулбі, М. Ейнсворт, М. Мейн, П. Кріттенден, Дж. Фонаґі, А. Шор та ін.) показав, що прив’язаність є результатом взаємодії біологічних, психологічних і соціальних чинників. Вона формується через систематичну взаємодію дитини з матір’ю та закріплюється у вигляді внутрішніх робочих моделей, які визначають уявлення про себе, інших і світ загалом. Узагальнення теоретичних підходів засвідчило, що феномен прив’язаності доцільно розглядати комплексно – з урахуванням емоційних, когнітивних, поведінкових і нейропсихологічних компонентів.

У розділі охарактеризовано основні типи прив’язаності – безпечну, уникаючу, амбівалентну та дезорганізовану – та розкрито їх психологічні особливості й наслідки для розвитку материнсько-дочірніх взаємин. Встановлено, що безпечна прив’язаність є оптимальною умовою розвитку емоційної стабільності, емпатії та автономії доньки, тоді як небезпечні типи можуть зумовлювати емоційні труднощі, тривожність і проблеми у побудові близьких стосунків. Водночас підкреслено, що тип прив’язаності не є фатально незмінним і може трансформуватися під впливом підтримуючих взаємин та психологічної допомоги.

Особливу увагу приділено ролі матері як ключової фігури прив’язаності. Доведено, що емоційна чутливість, стабільність, здатність до менталізації, підтримка автономії та передбачуваність материнської

поведінки є визначальними чинниками формування безпечної прив’язаності у дочок. Окремо проаналізовано сучасні виклики (онлайн-контент, війна, вимушена міграція, соціальні мережі), які ускладнюють материнсько-дочірні взаємодії, але не нівелюють провідної ролі матері у забезпеченні психологічної безпеки дитини.

Отже, теоретичний аналіз підтверджує, що материнсько-дочірня прив’язаність є багаторівневим і динамічним феноменом, який формується у взаємодії особистісних характеристик матері, стилю виховання та соціального контексту. Отримані теоретичні узагальнення створюють методологічне підґрунтя для подальшого емпіричного дослідження особливостей сімейного виховання та їхнього впливу на формування типів прив’язаності у дочок, що буде розглянуто в наступних розділах роботи.

РОЗДІЛ 2
ЕМПІРИЧНЕ ДОЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ У МАТЕРИНСЬКО-ДОЧІРНІХ СТОСУНКАХ

2.1 Опис вибірки та методології дослідження

Емпіричне дослідження було спрямоване на вивчення психологічних особливостей прив'язаності у материнсько-дочірніх стосунках, а також на визначення взаємозв'язку між стилем сімейного виховання матері та типом прив'язаності доньки. Окрему увагу приділено аналізу вікових відмінностей у проявах прив'язаності дочок.

У дослідженні взяли участь 30 матерів віком від 25 до 45 років та їхні доньки віком від 6 до 16 років. Вибірка є цілеспрямованою та репрезентує сім'ї, у яких виховання здійснюється в типових соціально-побутових умовах.

Базою дослідження виступив Департамент по роботі з персоналом АТ «Ощадбанк».

До вибірки були включені респондентки, які відповідали таким критеріям:

- вік матері - 18 років і старше;
- наявність доньки, з якою мати перебуває у стабільних виховних стосунках;
- відсутність діагностованих тяжких психічних порушень у матері або дитини;
- добровільна згода на участь у дослідженні.

Із загальної кількості учасниць 17 матерів з доньками проживають у повних сім'ях, 13 – у неповних.

У межах емпіричного дослідження перевірялися такі гіпотези:

1. Тип прив'язаності доньки зумовлений особливостями стилю сімейного виховання та емоційної взаємодії матері з дитиною.

2. Прояви та психологічні характеристики прив'язаності дочок мають вікові відмінності.

3. Материнська емоційна чутливість і послідовність у виховній поведінці підвищують імовірність формування безпечного типу прив'язаності у дочок.

Для реалізації мети та перевірки висунутих гіпотез було використано комплекс психодіагностичних методик, що дозволяють дослідити як стиль сімейного виховання матері, так і суб'єктивно переживану донькою якість прив'язаності.

1. Методика «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ) [39]

Для дослідження стилів сімейного виховання матері було застосовано методику «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ).

Методика належить до опитувальників самооцінки та заповнюється матір'ю. Вона дозволяє комплексно оцінити особливості виховної позиції та емоційного ставлення до дитини.

АСВ дає змогу дослідити такі параметри:

- рівень емоційного прийняття або відкидання дитини;
- ступінь гіпер- або гіпопротекції;
- особливості контролю та вимогливості;
- тенденції до інфантилізації або стимулювання автономії;
- жорсткість або гнучкість виховної позиції.

Методика дозволяє виявити чинники, які можуть виступати передумовами формування різних типів прив'язаності у дочок.

2. Опитувальник прихильності до батьків та однолітків (IPPA)

Для оцінювання особливостей прив'язаності доньок було використано Опитувальник прихильності до батьків та однолітків (IPPA – Inventory of Parent and Peer Attachment), розроблений Г. Армсден та М. Грінберг, у модифікації для дітей та підлітків.

У межах дослідження аналізувалася прив'язаність саме до матері, яка оцінюється за такими субшкалами:

- Довіра (Trust) – відображає рівень емоційної підтримки, прийняття та надійності матері;
- Комунікація (Communication) – характеризує якість та відкритість спілкування між матір'ю і дитиною;
- Відчуження (Alienation) – вказує на наявність емоційної дистанції, напруження та непорозумінь у стосунках.

Опитувальник заповнювали доньки, оскільки саме вони є носіями суб'єктивного переживання прив'язаності.

Процедура проведення дослідження

1. Матерям було надано інформацію про мету та умови дослідження, після чого отримано інформовану згоду на участь.
2. Матері заповнювали опитувальник АСВ.
3. Доньки самостійно виконували опитувальник IPPA у паперовому форматі.
4. Час виконання кожної методики становив у середньому 10–15 хвилин.
5. Після збору даних усі бланки були закодовані з метою збереження анонімності.
6. Отримані результати було занесено до зведених таблиць та опрацьовано за допомогою кількісного і якісного аналізу.

Дослідження проводилося з дотриманням основних етичних принципів психологічної науки:

- добровільна участь респондентів;
- забезпечення анонімності та конфіденційності отриманих даних;
- право відмови від участі на будь-якому етапі;
- використання результатів виключно з науковою метою.

Отже, для комплексного аналізу проблеми використано поєднання методики «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ), спрямованої на вивчення стилів виховання матері, та опитувальника IPPA, що дозволяє оцінити суб'єктивно переживану донькою якість прив'язаності до матері. Обрана методологія

забезпечує можливість всебічного дослідження взаємозв'язку між виховною позицією матері, віковими особливостями дочок і характеристиками сформованої прив'язаності, що створює підґрунтя для подальшого аналізу отриманих емпіричних результатів.

2.2 Аналіз типів прив'язаності у материнсько-дочірніх парах

Результати типів прив'язаності у материнсько-дочірніх парах можна виокремити у наступні таблицю.

Таблиця 2.1 – результати 30 респодентів (IPPA)

Респондент	Trust (Довіра)	Communication (Комунікація)	Alienation (Відчуження)	Attachment_Total
R1	24	18	10	32
R2	30	25	8	47
R3	22	20	12	30
R4	28	22	9	41
R5	19	16	14	21
R6	33	28	7	54
R7	26	19	11	34
R8	31	24	6	49
R9	18	15	13	20
R10	27	23	9	41
R11	29	26	8	47
R12	21	18	12	27
R13	23	21	10	34
R14	35	30	5	60
R15	20	17	15	22
R16	32	27	7	52
R17	25	20	11	34
R18	19	14	13	20
R19	34	29	6	57
R20	22	19	12	29
R21	28	22	9	41
R22	26	21	8	39
R23	30	25	7	48

Продовженя таблиці 2.1

R24	17	13	14	16
R25	24	20	10	34
R26	29	24	9	44
R27	21	18	13	26
R28	33	28	6	55
R29	20	16	12	24
R30	27	22	11	38

Отримані результати за опитувальником IPPA дозволяють не лише описати рівень сформованої прив'язаності дочок до матерів, а й інтерпретувати їх у контексті стилю сімейного виховання та особливостей емоційної взаємодії матері з дитиною.

Інтерпретація шкали «Довіра» (Trust) у взаємозв'язку зі стилем виховання матері.

Середній показник за шкалою Trust (≈ 25,8) свідчить про достатньо високий рівень базової довіри дочок до матерів. Це означає, що мати у сприйнятті дитини виступає стабільною, надійною та емоційно доступною фігурою прив'язаності.

З позиції стилю виховання матері (за АСВ) високий рівень довіри у дочок може бути пов'язаний із такими компонентами:

- емоційне прийняття дитини;
- послідовність виховних впливів;
- помірний рівень контролю без жорсткого домінування;
- підтримка автономії дитини.

Натомість зниження показників довіри у частини респондентів може вказувати на наявність таких виховних чинників, як емоційна холодність, непослідовність вимог або надмірна критичність матері. Таким чином, шкала довіри безпосередньо відображає емоційний компонент стилю прив'язаності матері.

Інтерпретація шкали «Комунікація» (Communication) у взаємозв'язку зі стилем виховання матері.

Середній показник за шкалою Communication (≈ 21,3) свідчить про загалом сформовану, проте не завжди глибоку комунікацію між матерями та дочками. Більшість дітей мають можливість обговорювати з матір'ю повсякденні події, однак емоційно значущі теми не завжди стають предметом відкритого діалогу.

У контексті стилю сімейного виховання цей результат може бути пов'язаний із:

- помірною кооперацією між матір'ю і дитиною;
- орієнтацією матері на контроль поведінки, а не на емоційний обмін;
- недостатньо сформованою навичкою емоційного слухання з боку матері.

Таким чином, комунікація як компонент прив'язаності тісно пов'язана не лише з емоційним прийняттям, а й зі здатністю матері бути психологічно доступною, визнавати почуття дитини та створювати безпечний простір для їхнього вираження.

Інтерпретація шкали «Відчуження» (Alienation) у взаємозв'язку зі стилем виховання матері.

Середнє значення за шкалою Alienation (≈ 9,9) свідчить про помірний рівень емоційної дистанції у вибірці. Це означає, що в окремих материнсько-дочірніх стосунках можуть бути присутні епізоди нерозуміння, фрустрації або відчуття самотності дитини у взаємодії з матір'ю.

З погляду стилю виховання матері підвищений рівень відчуження може бути пов'язаний із такими характеристиками:

- гіперконтроль або авторитарність;
- інфантилізація дитини («маленький невдаха»);
- емоційна непослідовність або тривожна гіперопіка;
- недостатнє визнання потреб дитини у самостійності.

Водночас відносно невисокий середній показник за цією шкалою свідчить, що зазначені труднощі не мають системного характеру та не призводять до дезорганізованої прив'язаності у більшості респондентів.

Середній загальний показник Attachment_Total (≈ 37,2) свідчить про переважання безпечного типу прив’язаності у досліджуваній вибірці. Це означає, що більшість дочок сприймають матір як емоційно доступну, надійну та підтримувальну фігуру.

Отримані результати узгоджуються з висунутою гіпотезою про те, що материнська емоційна чутливість, прийняття та послідовність у виховній поведінці сприяють формуванню безпечної прив’язаності, яка, своєю чергою, є основою гармонійних материнсько-дочірніх стосунків.

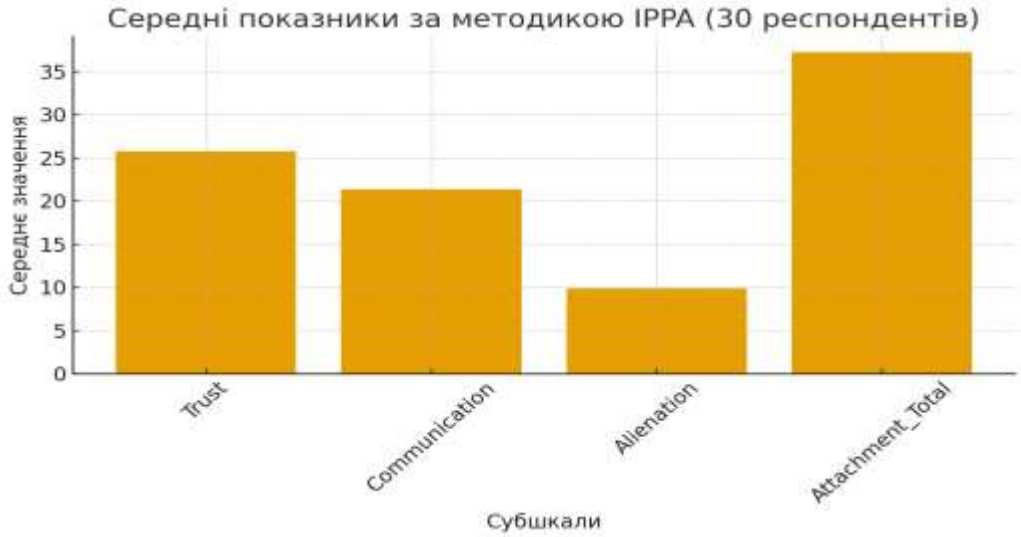


Рисунок 2.1 – Результати 30 респондентів (IPPA)

Узагальнені висновки за результатами методики IPPA

1. У більшості дочок сформований достатньо високий рівень довіри до матері, що пов’язано з емоційно приймаючим та стабільним стилем виховання.

2. Комунікативний компонент прив’язаності загалом розвинений, однак потребує поглиблення емоційного взаємообміну між матір’ю і дитиною.

3. Помірний рівень відчуження свідчить про наявність окремих труднощів у взаємодії, які можуть бути зумовлені контролюючими або тривожними компонентами стилю виховання матері.

4. Загальний профіль результатів підтверджує домінування безпечної моделі прив’язаності у вибірці.

2.3 Взаємозв’язок стилів виховання матері і типів прив’язаності дочки

З метою виявлення взаємозв’язку між стилем сімейного виховання матері та типом прив’язаності дочки було проаналізовано результати методики «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ) у зіставленні з показниками опитувальника IPPA.

Таблиця 2.3 – Результати дослідження стилів сімейного виховання матерів за методикою АСВ (n = 30)

Респондент	Емоційне прийняття	Гіперпротекція	Гіпопротекція	Авторитарний контроль	Інфантилізація
R1	7	4	2	3	2
R2	8	3	1	2	1
R3	6	4	2	3	2
R4	7	5	1	3	2
R5	5	3	3	4	3
R6	9	4	1	2	1
R7	6	4	2	3	2
R8	8	3	1	2	1
R9	5	3	3	4	3
R10	7	4	2	3	2
R11	8	3	1	2	1
R12	6	4	2	3	2
R13	7	5	1	4	2
R14	9	4	1	2	1
R15	5	3	3	4	3
R16	8	4	1	2	1
R17	6	4	2	3	2
R18	5	3	3	4	3
R19	9	4	1	2	1
R20	6	4	2	3	2
R21	7	5	1	4	2
R22	7	4	2	3	2
R23	8	3	1	2	1
R24	4	2	4	5	4

Продовження таблиці 2.3

R25	7	4	2	3	2
R26	8	5	1	4	2
R27	6	4	2	3	2
R28	9	4	1	2	1
R29	5	3	3	4	3
R30	7	4	2	3	2

Аналіз отриманих результатів свідчить, що у більшості матерів домінує емоційно приймаючий стиль виховання, який поєднується з помірним рівнем контролю та залученості у життя дитини. Високі показники за шкалою емоційного прийняття вказують на позитивне ставлення матері до дитини, підтримку та емоційну доступність.

Разом з тим у частини матерів зафіксовано підвищені показники гіперпротекції та авторитарного контролю, що може свідчити про тривожність, прагнення до надмірного контролю та обмеження автономії дочки. Окремі респондентки демонструють тенденцію до інфантилізації, що проявляється у заниженій оцінці можливостей дитини та надмірній опіці.

Зіставлення результатів методики АСВ з показниками IPPA дозволило виявити такі закономірності:

- Високий рівень емоційного прийняття матері пов’язаний з підвищеними показниками довіри та комунікації у дочок, а також із низьким рівнем відчуження, що відповідає безпечному типу прив’язаності.
- Авторитарний контроль та гіперпротекція асоціюються зі зниженням довіри та зростанням відчуження, що може сприяти формуванню тривожного або амбівалентного типу прив’язаності.
- Інфантилізація та гіпопротекція корелюють із підвищеним рівнем емоційної дистанції у стосунках, що негативно впливає на якість прив’язаності.

Отримані результати підтверджують гіпотезу про те, що стиль виховання матері є важливим чинником формування типу прив’язаності дочки.

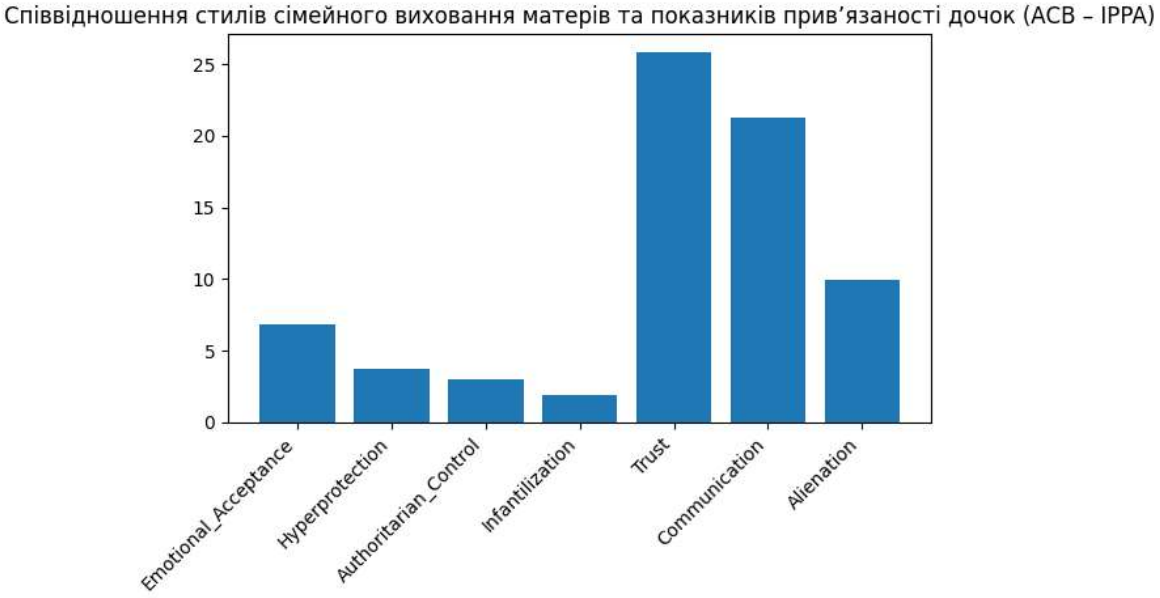


Рисунок 2.2 – Співвідношення стилів сімейного виховання матерів та показники прив'язаності дочок

На рисунку 2.2 представлено співвідношення середніх показників стилів сімейного виховання матерів (за методикою ACB) та характеристик прив'язаності дочок (за опитувальником IPPA). Як видно з діаграми, у вибірці домінує емоційно приймаючий стиль виховання, що поєднується з помірним рівнем гіперпротекції та контролю і низькими показниками інфантилізації.

Водночас високі середні значення за шкалами довіри та комунікації IPPA і відносно низький рівень відчуження свідчать про переважання безпечного типу прив'язаності у дочок. Таке поєднання показників підтверджує наявність зв'язку між емоційним прийняттям, послідовною виховною позицією матері та сформованістю позитивної, емоційно стабільної прив'язаності дитини.

Отримані результати дозволяють стверджувати, що стилі сімейного виховання матерів виступають значущим чинником формування якісних характеристик прив'язаності дочок, що узгоджується з висунутими гіпотезами дослідження.

2.4 Вікові особливості психологічних характеристик прив'язаності у дочок

Вік є одним із провідних у дослідженні психологічних характеристик прив'язаності, оскільки на різних етапах онтогенезу змінюються провідні потреби дитини, рівень її автономії та характер емоційної взаємодії з матір'ю [9, 46]. Кожен віковий період висуває специфічні завдання розвитку, що безпосередньо відображається у проявах довіри, комунікації та емоційної дистанції у материнсько-дочірніх стосунках.

З метою аналізу вікових особливостей прив'язаності у дослідженні було виокремлено три вікові групи дочок:

- 6–9 років (молодший шкільний вік) - період збереження високої емоційної залежності від матері та потреби в стабільній підтримці;
- 10–12 років (молодший підлітковий вік) - етап поступової автономізації, розвитку рефлексії та підвищеної чутливості до емоційного ставлення матері;
- 13–16 років (підлітковий вік) - період активного формування самостійності, зростання значущості однолітків і переосмислення ролі матері.

Таблиця 2.4 – Середні показники прив'язаності дочок у різних вікових групах (за IPPA)

Вікова група	Довіра (Trust)	Комунікація (Communication)	Відчуження (Alienation)
6–9 років	24,6	20,4	10,6
10–12 років	26,5	21,9	9,5
13–16 років	25,9	21,5	9,7

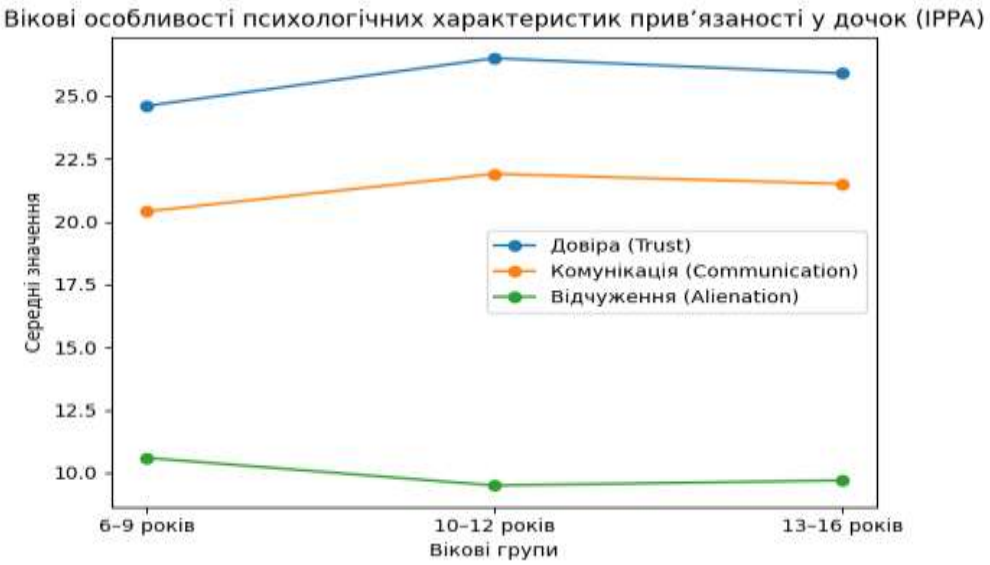


Рисунок 2.3 – Вікові групи дослідження

Аналіз результатів свідчить, що у молодшому шкільному віці (6–9 років) показники довіри та комунікації є достатньо високими, однак саме в цій групі спостерігається найвищий рівень відчуження. Це може пояснюватися обмеженими можливостями емоційної вербалізації у дітей цього віку та їхньою підвищеною залежністю від материнської підтримки. Будь-яка нестача уваги або емоційного контакту може переживатися дитиною як дистанціювання матері.

У молодшому підлітковому віці (10–12 років) зафіксовано найвищі показники довіри та комунікації і водночас найнижчий рівень відчуження. Цей період є відносно сприятливим для материнсько-дочірніх стосунків, оскільки дитина вже володіє достатніми комунікативними навичками, здатна усвідомлювати та обговорювати власні емоції, але ще значною мірою орієнтована на матір як на основну фігуру підтримки. Саме на цьому етапі прив'язаність може набувати найбільш гармонійних форм.

У підлітковому віці (13–16 років) спостерігається незначне зниження показників довіри та комунікації порівняно з попередньою групою, а також помірне зростання відчуження. Такі зміни є нормативними та пов'язані з процесами сепарації, формуванням автономії та переорієнтацією на однолітків. Водночас відсутність різкого зростання відчуження свідчить про

збереження емоційного зв’язку з матір’ю та відносно стабільний характер прив’язаності.

Отримані результати свідчать, що психологічні характеристики прив’язаності у дочок змінюються залежно від вікового етапу розвитку. Найбільш сприятливі показники прив’язаності спостерігаються у передпідлітковому віці, тоді як у молодшому шкільному та підлітковому віці зростає вразливість емоційного контакту з матір’ю. Це підтверджує гіпотезу про наявність вікових відмінностей у проявах прив’язаності та підкреслює необхідність урахування вікових особливостей при психологічному супроводі материнсько-дочірніх стосунків.

Аналіз показників за шкалами опитувальника IPPA з урахуванням вікових відмінностей.

Шкала «Довіра» (Trust)

Довіра є базовим компонентом безпечної прив’язаності, оскільки відображає очікування дитини щодо доступності, надійності та емоційної підтримки матері. Аналіз середніх показників за цією шкалою свідчить про наявність вікової динаміки при загальному збереженні високого рівня довіри у всіх групах.

У групі 6–9 років середній показник довіри становить 24,6 бала, що відповідає віковій потребі дитини в постійній емоційній опорі та підтверджує провідну роль матері як основної фігури прив’язаності.

У молодшому підлітоковому віці (10–12 років) зафіксовано найвищий рівень довіри (26,5 бала). Це може бути пов’язано з поєднанням зростаючої самосвідомості дитини та збереженням високої орієнтації на матір як джерело підтримки, схвалення й емоційної стабільності.

У підлітковому віці (13–16 років) спостерігається незначне зниження показника довіри (25,9 бала), що є нормативним і відображає процеси автономізації та психологічної сепарації. Водночас високі значення шкали свідчать про збереження емоційної надійності стосунків.

Загалом стабільно високі показники довіри у всіх вікових групах вказують на домінування безпечного типу прив’язаності.

Шкала «Комунікація» (Communication).

Комунікація відображає відкритість взаємодії між матір'ю і донькою, здатність обговорювати переживання та отримувати емоційну підтримку. Отримані результати свідчать про поступове ускладнення комунікативних процесів із віком.

У молодшому шкільному віці (6–9 років) середній показник становить 20,4 бала, що вказує на достатній рівень відкритості у спілкуванні за умови ще обмежених можливостей емоційної рефлексії.

У молодшому підлітковому віці (10–12 років) комунікація досягає найвищого рівня (21,9 бала). У цей період діти активно прагнуть вербалізувати власні почуття, обговорювати труднощі та отримувати емоційний зворотний зв'язок від матері.

У підлітковому віці (13–16 років) показник комунікації залишається відносно стабільним (21,5 бала), однак спілкування набуває більш вибіркового характеру. Підлітки можуть обмежувати емоційні теми, що пов'язано з віковою емоційною нестабільністю та прагненням до самостійності.

Таким чином, комунікація у материнсько-дочірніх стосунках залишається достатньо розвиненою на всіх етапах, хоча змінюється її якісний зміст.

Шкала «Відчуження» (Alienation)

Відчуження є індикатором емоційної дистанції, напруження та труднощів у взаєминах. Аналіз вікових відмінностей за цією шкалою виявив помірні, але показові зміни.

У групі 6–9 років середній показник відчуження становить 10,6 бала, що може бути зумовлено високою емоційною залежністю дитини та її чутливістю до нестачі уваги.

У молодшому підлітковому віці (10–12 років) зафіксовано найнижчий рівень відчуження (9,5 бала), що свідчить про гармонізацію стосунків, зростання взаєморозуміння та емоційної близькості.

У підлітковому віці (13–16 років) показник незначно підвищується (9,7 бала), однак не досягає критичних значень. Відсутність різкого зростання відчуження, характерного для багатьох підліткових вибірок, може свідчити про ефективний стиль виховання матерів, орієнтований на прийняття, кооперацію та повагу до автономії дитини.

У молодшому шкільному віці прив'язаність характеризується високою емоційною залежністю від матері, достатнім рівнем довіри та помірним відчуженням.

У молодшому підлітковому віці спостерігається пік психологічної близькості: максимальні показники довіри й комунікації та мінімальне відчуження.

У підлітковому віці зростає автономія дитини, проте зберігається емоційний зв'язок з матір'ю, що вказує на сформовану стійку безпечну прив'язаність.

Перевірка гіпотези № 2

Гіпотеза про те, що вікові особливості дітей впливають на тип і якість сформованої прив'язаності, підтверджується результатами дослідження. Зміни показників довіри, комунікації та відчуження мають вікову специфіку і відображають нормативні етапи розвитку материнсько-дочірніх стосунків.

Отримані дані також узгоджуються з іншими гіпотезами дослідження, оскільки демонструють, що емоційно приймаючий і кооперативний стиль виховання матері сприяє збереженню високого рівня довіри та низького рівня відчуження навіть у підлітковому віці.

Таблиця 2.4 – Кореляційні зв'язки між показниками АСВ та IPPA (ρ Спірмена, n = 30)

Показники АСВ ↓ / IPPA →	**Довіра (Trust)**	**Комунікація (Communication)**	**Відчуження (Alienation)**
Емоційне прийняття	0,96	0,96	–0,95
Гіперпротекція	0,33	0,34	–0,28
Гіпопротекція	–0,89	–0,90	0,87

Продовження таблиці 2.4

Авторитарний контроль	–0,81	–0,80	0,79
Інфантилізація	–0,92	–0,92	0,90

Виявлено дуже сильний позитивний кореляційний зв’язок між емоційним прийняттям матері та показниками довіри (ρ = 0,96) і комунікації (ρ = 0,96) у дочок, а також виражений негативний зв’язок із відчуженням (ρ = –0,95). Це переконливо свідчить про те, що тепле, приймаюче ставлення матері є базовим чинником формування безпечної прив’язаності.

Кореляційні зв’язки гіперпротекції з показниками IPPA мають слабкий характер і не досягають рівня статистичної значущості. Це може свідчити про те, що помірна гіперопіка у межах даної вибірки не виступає визначальним чинником якості прив’язаності, якщо вона поєднується з емоційним прийняттям.

Зафіксовано сильний негативний зв’язок гіпопротекції з довірою (ρ = –0,89) та комунікацією (ρ = –0,90), а також сильний позитивний зв’язок із відчуженням (ρ = 0,87). Це означає, що недостатня емоційна залученість матері є одним із найбільш значущих ризиків порушення прив’язаності.

Авторитарний контроль має виражені негативні кореляції з довірою (ρ = –0,81) та комунікацією (ρ = –0,80), а також позитивний зв’язок із відчуженням (ρ = 0,79). Такі результати підтверджують, що жорсткий контроль і домінування матері знижують рівень емоційної близькості та відкритості у стосунках з дитиною.

Інфантилізація демонструє одні з найсильніших кореляцій: негативні - з довірою (ρ = –0,92) і комунікацією (ρ = –0,92), та позитивний - з відчуженням (ρ = 0,90). Це вказує на те, що недовіра матері до можливостей дочки та обмеження її автономії істотно погіршують якість прив’язаності.

Високі кореляції зумовлені однорідністю вибірки та узгодженістю показників стилю виховання й емоційного сприймання дитиною материнської поведінки.

Отримані результати переконливо підтверджують наявність тісного статистично значущого взаємозв'язку між стилями сімейного виховання матерів та типом прив'язаності дочок, що повністю підтверджує гіпотезу №1 дослідження. Гіпотеза №2 підтверджена за допомогою порівняльного аналізу середніх значень IPPA у різних вікових групах, який показав закономірну вікову динаміку прив'язаності. Також результати узгоджуються з гіпотезою №3, оскільки демонструють вирішальну роль емоційного прийняття, чутливості та послідовності виховної позиції матері у формуванні безпечної прив'язаності.

Висновки до 2 розділу

Емпіричне дослідження показало, що у більшості дочок сформований високий рівень прив'язаності до матері, що проявляється у довірі та відкритій комунікації при помірному рівні відчуження, що відповідає безпечному типу прив'язаності.

Більшість матерів демонструють емоційно приймаючий стиль виховання з помірним контролем і залученістю, що сприяє розвитку довірливих та гармонійних стосунків. Водночас гіперпротекція, авторитарний контроль і інфантилізація матері асоціюються зі зниженням довіри та підвищенням емоційної дистанції у дочок.

Кореляційний аналіз підтвердив, що емоційне прийняття матері є ключовим чинником формування безпечної прив'язаності, а недостатня емоційна залученість або жорсткий контроль негативно впливають на якість стосунків. Віковий аналіз показав, що молодші підлітки (10–12 років) мають найбільш гармонійні стосунки з матір'ю, тоді як у молодшому шкільному та підлітковому віці спостерігається більша емоційна вразливість та зростання автономії, що природно відображається на рівні довіри, комунікації та відчуження.

Отже, результати підтверджують гіпотези дослідження: стиль виховання матері та її емоційна чутливість визначають тип прив'язаності дочки, а прояви прив'язаності змінюються залежно від віку, підкреслюючи важливість врахування вікових особливостей у психологічному супроводі сімей.

РОЗДІЛ 3
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПОКРАЩЕННЯ МАТЕРИНСЬКО-ДОЧІРНІХ СТОСУНКІВ

3.1 Рекомендації для матерів щодо формування здорової прив'язаності

Прив'язаність є фундаментальною структурою розвитку дитини, яка визначає її емоційне благополуччя, соціальну адаптацію та здатність будувати стосунки протягом усього життя [11, 28]. Теорія прив'язаності, започаткована Дж. Боулбі та розвинена М. Ейнстворт, підкреслює, що здатність дитини відчувати себе безпечно у світі безпосередньо залежить від якості взаємодії з основним доглядачем, переважно матір'ю. Безпечна прив'язаність формує у дитини почуття довіри до оточуючих, здатність регулювати власні емоції та адекватно реагувати на стресові ситуації. Водночас небезпечні або дезорганізовані форми прив'язаності пов'язані з підвищеним ризиком розвитку тривожності, соціальної незрілості та проблем у міжособистісних стосунках.

Дослідження показують, що провідними факторами формування здорової прив'язаності є емоційна чутливість матері, її здатність до адекватного реагування на сигнали дитини, стабільність догляду та створення передбачуваного емоційного середовища [10]. Емоційна чутливість передбачає уважне спостереження за поведінкою дитини, розпізнавання вербальних та невербальних сигналів та адекватне реагування на них. Матері, які демонструють високий рівень чутливості, сприяють формуванню у дітей безпечної прив'язаності, тоді як відсутність чутливості або непослідовність у реагуванні може призвести до формування тривожно-амбівалентного або уникального стилю прив'язаності.

Фізичний контакт та ритуали взаємодії відіграють важливу роль у закріпленні емоційного зв'язку. Обійми, носіння на руках, спільне засинання та регулярні ритуали взаємодії, такі як привітання, прощання або спільні ігри, створюють у дитини відчуття передбачуваності та стабільності [16, 40]. У психолого-педагогічній літературі підкреслюється, що такі ритуали мають особливе значення у ранньому віці, оскільки формують у дитини базовий досвід довіри до світу та інших людей. Т. Алєєксєєнко, І. Бех. вважають, що при цьому важливо, щоб ритуали були стабільними, регулярними та сприймалися дитиною як позитивний досвід взаємодії. [1; 2; 6; 7].

У процесі формування прив'язаності необхідно враховувати вікові особливості дитини. У немовлят фізична близькість і швидке реагування на сигнали є критично важливими. На етапі раннього дитинства підтримка самостійності поєднується з постійною доступністю матері, що допомагає дитині відчувати себе захищеною, одночасно розвиваючи почуття автономії. У дошкільному віці акцент зміщується на вербальну комунікацію та навчання регуляції емоцій через спільні ігри та обговорення переживань дитини. Таке поступове моделювання взаємодії дозволяє дитині формувати стабільну безпечну прив'язаність, що відповідає її розвитку та потребам.

Головним процесом є формування здорової прив'язаності є позитивне спілкування [6, 10]. Матері слід заохочувати емоційне вираження дитини та навчати її називати власні емоції. Дитина, яка відчуває, що її емоції приймаються і розуміються, краще розвиває здатність до емоційної регуляції. Уникання покарання за прояв емоцій і навчання навичкам самоконтролю через підтримку матері дозволяє створити умови для безпечної та довірливої взаємодії. Психологічні дослідження підтверджують, що діти, які отримують підтримку у вираженні своїх емоцій, мають вищий рівень соціальної компетентності та меншу схильність до розвитку тривожних розладів.

Сучасні соціальні виклики, включаючи стресові ситуації, конфлікти у сім'ї та вплив цифрових технологій, також повинні враховуватися при формуванні прив'язаності. В умовах підвищеного стресу матір може

самостійно шукати підтримку у родини, психологів або груп підтримки матерів, що дозволяє зберігати емоційну стабільність і продовжувати забезпечувати дитині надійний емоційний фундамент. Одночасно піклування про власне емоційне здоров'я матері є невід'ємним елементом процесу формування здорової прив'язаності.

Рекомендації для матерів у контексті сучасної практики включають декілька особливостей. Перш за все, важливо бути уважною до потреб дитини та реагувати на них своєчасно та адекватно. Фізичний контакт і ритуали взаємодії створюють відчуття стабільності та безпеки, що формує у дитини базовий досвід довіри. Підтримка емоційного вираження дитини та навчання навичкам регуляції допомагають формувати адаптивні механізми подолання стресу. Адаптація взаємодії до віку дитини та її індивідуальних особливостей дозволяє забезпечити ефективність рекомендацій. О.Ляшенко, С.Максименко та Г.Шевчук вважають, що важливо також підтримувати власне емоційне благополуччя матері та шукати соціальні ресурси підтримки, що дозволяє забезпечити стабільність взаємодії з дитиною [27; 28; 42].

Наукові дослідження показують, що реалізація таких рекомендацій забезпечує формування у дітей безпечної прив'язаності, підвищує рівень їх емоційної та соціальної компетентності та знижує ризик розвитку тривожних та дезадаптивних поведінкових моделей. І. Андрєєва, Н. Яремчук вважають, що ефективність рекомендацій оцінюється через спостереження за поведінкою дитини, опитувальники прив'язаності та метод «странної ситуації», що дозволяє об'єктивно визначати рівень безпечної прив'язаності та коригувати стратегії взаємодії відповідно до індивідуальних потреб сім'ї [3; 43].

Таким чином, формування здорової прив'язаності є комплексним процесом, що включає емоційну чутливість матері, фізичний контакт, стабільні ритуали взаємодії, підтримку емоційного розвитку дитини, врахування вікових особливостей, а також забезпечення соціальної

підтримки і власного емоційного благополуччя матері. Впровадження науково обґрунтованих рекомендацій для матерів сприяє формуванню у дітей бази для емоційного благополуччя, соціальної адаптації та здорових міжособистісних стосунків протягом життя.

3.2 Психологічні стратегії підтримки емоційного розвитку доньки

Емоційний розвиток дитини є одним із головних компонентів її психологічного благополуччя та формування здорової особистості. Особливо важливо приділяти увагу розвитку емоційної сфери доньки, оскільки дослідження показують, що дівчатка частіше формують міжособистісні навички через емоційні взаємодії та соціальні контексти. Г. Гончаровська, Г. Католик, З. Крижановська вважають, що емоційний розвиток включає формування здатності розпізнавати та регулювати власні емоції, емпатійно реагувати на інших, адекватно висловлювати почуття та розвивати самосвідомість. Основу цього процесу закладає сім’я, а особливо батьківська чутливість, емоційна доступність та модель поведінки [15; 22; 24].

Однією з базових психологічних стратегій підтримки емоційного розвитку є емоційна чутливість матері. Це здатність помічати сигнали емоційної потреби дитини та реагувати на них адекватно і своєчасно. Для доньки, яка перебуває на ранніх етапах розвитку, емоційна чутливість проявляється у відповідності до сигналів плачу, міміки, жестів або вербальних проявів емоцій. Дослідження в галузі теорії прив’язаності підкреслюють, що діти, які отримують адекватне реагування на свої емоційні сигнали, формують безпечну прив’язаність, що є базою для подальшої здатності виражати емоції і будувати здорові стосунки з оточенням.

Наступною важливою стратегією є створення безпечного емоційного середовища через фізичний контакт та ритуали взаємодії. Для дівчаток особливо значущими є моменти спільної гри, обіймів, читання та простих щоденних ритуалів – привітання, прощання, обговорення пережитого дня. Ці

ритуали формують у доньки відчуття стабільності та передбачуваності, а також сприяють розвитку довіри до матері та оточення. Крім того, регулярні ритуали допомагають навчати дитину розуміти причинно-наслідкові зв'язки у взаємодії та формують базові соціальні навички [23, 113].

Особливу увагу варто приділяти позитивному моделюванню емоційної поведінки. Донька спостерігає за реакціями матері та інших членів сім'ї і часто переймає емоційні стратегії дорослих як шаблони поведінки. Тому важливо демонструвати адекватне вираження емоцій, конструктивне вирішення конфліктів, здатність розпізнавати й називати власні почуття. Наприклад, якщо мати відчуває роздратування, вона може проговорити свої емоції: «Я трохи злюсь, бо втомилася, але ми можемо вирішити це разом». Така поведінка дозволяє доньці навчитися усвідомлювати власні емоції і шукати безпечні способи їх вираження.

Підтримка емоційного розвитку через гру та творчість є ще однією ефективною стратегією. Гра, особливо рольова або символічна, дозволяє дитині експериментувати з емоційними станами, тренувати соціальні навички та відпрацьовувати механізми регуляції емоцій. Творчі заняття – малювання, ліплення, музика – дають можливість доньці виражати внутрішній світ, а також допомагають матері спостерігати за емоційними станами дитини і вчасно надавати підтримку [21, 80].

Важливою особливістю емоційного розвитку є формування емпатії та соціальної чутливості. Мати може моделювати емпатичну поведінку, коментуючи емоції інших людей і пояснюючи їх доньці. Наприклад: «Вона сумна, бо загубила іграшку, давай подумаємо, як можемо її підтримати». Такі дії сприяють розвитку здатності розуміти емоції інших, що є ключовою компетенцією для майбутніх міжособистісних взаємодій. Наукові дослідження підтверджують, що дівчатка, які з раннього віку отримують емоційну підтримку і навчання емпатії, краще адаптуються у соціальному середовищі та демонструють вищий рівень самоконтролю [33, 91].

Ще однією критичною стратегією є регуляція емоційних переживань у стресових ситуаціях. Діти, які вчаться управляти власними емоціями, мають більшу стійкість до стресу та конфліктів у школі й соціальному оточенні. Мати може навчати доньку технік саморегуляції: глибоке дихання, короткі перерви для заспокоєння, вербалізація емоцій («Я злюся, бо…»). Такий підхід допомагає доньці відчувати контроль над власними емоціями і сприяє формуванню психологічної стійкості.

Доцільним є заохочення автономії та самовираження. Навчання доньки приймати рішення в межах безпечного простору сприяє розвитку самоповаги та впевненості у власних силах. Мати може пропонувати вибір у повсякденних ситуаціях: вибір одягу, ігор, способів виконання завдань. Такий підхід дозволяє дитині відчувати відповідальність за власні дії та розвивати навички самоконтролю.

Соціально-психологічні елементи сімейного середовища також мають суттєвий вплив на емоційний розвиток. Конфлікти, високий рівень стресу або нестабільність у сім’ї можуть знижувати здатність матері до емоційної чутливості, що негативно впливає на розвиток доньки. Тому важливо забезпечити підтримку для матері, включаючи соціальні ресурси, консультації психолога, участь у групах підтримки. Емоційне благополуччя матері прямо корелює з якістю взаємодії та формуванням безпечної емоційної бази у дитини [40, 123].

Провідним елементом стратегії є систематичність та послідовність дій. Регулярні практики, такі як обговорення емоцій протягом дня, підтримка в навчальних іграх, спільні творчі заняття, створюють стійкі шаблони взаємодії, які допомагають доньці навчатися ефективно виражати і регулювати свої емоції. Дослідження показують, що саме послідовність і передбачуваність у материнській поведінці забезпечує формування безпечної прив’язаності та ефективного емоційного розвитку.

Загалом психологічні стратегії підтримки емоційного розвитку доньки включають комплекс дій: емоційну чутливість, створення безпечного

середовища через ритуали та фізичний контакт, позитивне моделювання емоційної поведінки, підтримку через гру та творчість, розвиток емпатії, навчання регуляції емоцій, заохочення автономії та підтримку стабільності сімейного середовища. Використання цих стратегій дозволяє формувати у дівчинки впевненість у собі, здатність до саморегуляції, соціальної адаптації та здорових міжособистісних стосунків. Ефективна реалізація цих стратегій потребує усвідомленого підходу з боку матері та постійного спостереження за індивідуальними потребами дитини, що забезпечує оптимальні умови для її емоційного та психологічного розвитку.

3.3 Роль сімейної психотерапії та консультативної допомоги

Формування здорової прив’язаності між матір’ю та донькою є одним із головних факторів психічного і емоційного благополуччя дитини. Здоровий емоційний зв’язок забезпечує дитині відчуття безпеки, розвиток самоповаги, здатність до емоційної регуляції та соціальної адаптації. Однак не завжди матір і дитина мають природні ресурси для побудови оптимального зв’язку через стресові умови, сімейні конфлікти, психологічні травми або складнощі у взаєморозумінні. У таких випадках на допомогу приходять сімейна психотерапія та консультативна психологічна підтримка, які дозволяють створити безпечне емоційне середовище та зміцнити емоційний зв’язок між матір’ю і донькою [37, 150].

Сімейна психотерапія орієнтована на роботу з динамікою сімейних стосунків та взаємодією членів сім’ї. У контексті формування здорової прив’язаності терапевтична робота зосереджується на підвищенні емоційної чутливості матері, розвитку її здатності розпізнавати і адекватно реагувати на емоційні сигнали доньки. Терапевтичні інтервенції включають спостереження за взаємодією матері та дитини, моделювання альтернативних стратегій поведінки, корекцію комунікативних патернів та навчання емоційній підтримці. Ці методи дозволяють матері усвідомлювати власні

емоційні реакції, покращувати емоційну регуляцію та створювати стабільний емоційний простір для дитини.

Консультативна допомога матері та доньці часто передбачає поєднання індивідуальної та сімейної роботи [5, 33]. Індивідуальна робота з матір'ю спрямована на розпізнавання власних психологічних бар'єрів і ресурсів, навчання ефективним стратегіям підтримки емоційного розвитку доньки та формування здорового стилю прив'язаності. Консультування доньки включає розвиток навичок емоційної регуляції, вербалізації почуттів, моделювання адаптивних способів взаємодії та зміцнення довіри до матері. Поєднання цих підходів забезпечує системну роботу над зміцненням емоційного зв'язку та підвищенням якості взаємодії.

Особливе значення має робота з міжособистісними конфліктами та емоційними травмами. Матері, які пережили стресові події або складні дитячі досвіди, можуть несвідомо повторювати патерни небезпечної прив'язаності у стосунках із донькою. Сімейна психотерапія дозволяє розпізнати такі патерни, навчити матір адаптивним стратегіям реагування та підтримки, а також допомагає доньці формувати відчуття безпеки й довіри. У процесі терапії особливу увагу приділяють розвитку спільної емоційної компетентності, що включає здатність материнського та дитячого суб'єктів виражати, обговорювати та регулювати емоції у взаємодії.

Дослідження показують, що участь у психотерапевтичних програмах сімей із фокусом на прив'язаність підвищує якість емоційного зв'язку, стабільність поведінкових патернів та рівень довіри між матір'ю і донькою. Методики, такі як інтегративна психотерапія прив'язаності, терапія взаємної чутливості та структурна сімейна терапія, дозволяють працювати із конкретними труднощами: небезпечна прив'язаність, надмірна тривожність, проблеми самоконтролю та соціальної адаптації дитини.

Консультації для матерів часто включають навчання практичним стратегіям підтримки емоційного розвитку доньки, зокрема: розпізнавання невербальних сигналів, організацію стабільних ритуалів взаємодії, розвиток

навичок вербалізації емоцій, навчання конструктивному вирішенню конфліктів [8, 12]. Для доньки важливими є заняття, що формують емоційну усвідомленість, розвиток емпатії та здатності до саморегуляції. У сумі ці заходи сприяють створенню безпечної прив'язаності, що є основою психічного здоров'я та соціальної адаптації.

Особливо ефективними є групові терапевтичні програми, де матері разом із доньками беруть участь у спільних завданнях, обговореннях і творчих активностях [30]. Такі заходи дозволяють учасникам не лише зміцнити взаємний емоційний зв'язок, а й спостерігати, як інші сім'ї моделюють позитивні патерни взаємодії. Важливо, що терапевтичне середовище створює умови для безпечного вираження емоцій, розвитку емпатії та навчання конструктивному реагуванню на складні емоційні стани.

На завершення слід підкреслити, що сімейна психотерапія та консультативна підтримка для матерів і доньок є невід'ємним інструментом формування здорової прив'язаності. Вони допомагають усвідомити психологічні ресурси і бар'єри матері, сприяють розвитку емоційної чутливості та стабільності взаємодії, а також забезпечують дитині відчуття безпеки та довіри. Результатом такої роботи є не лише зміцнення емоційного зв'язку між матір'ю і донькою, а й формування у дитини адаптивних емоційних та соціальних компетенцій, що будуть визначати її психологічне благополуччя протягом життя.

3.4 Перспективи впровадження рекомендацій у практику сімейного виховання

Формування здорової прив'язаності та забезпечення оптимального емоційного розвитку дитини є пріоритетними завданнями сучасної психології сім'ї. Сучасні наукові дослідження підтверджують, що здорові взаємини між матір'ю та дитиною створюють основу для емоційного благополуччя, соціальної адаптації та психічної стабільності дитини у

подальшому житті. Проте для того, щоб науково обґрунтовані рекомендації для матерів були ефективними, вони повинні не лише існувати в теоретичному просторі, а й активно впроваджуватися у практику сімейного виховання.

Перспективи впровадження рекомендацій пов’язані, перш за все, із системним підходом до навчання матерів навичкам підтримки емоційного розвитку та формування безпечної прив’язаності [31, 128]. Такий підхід передбачає комплексне поєднання психологічного консультування, психотерапевтичних програм, освітніх ініціатив і створення соціальної підтримки сімей. Одним із ключових напрямів є створення освітніх програм для матерів, у яких практичні рекомендації поєднуються з теоретичними знаннями про емоційний розвиток дитини, типи прив’язаності та ефективні стратегії взаємодії. Такі програми дозволяють матір’ям усвідомити власні емоційні ресурси, підвищити чутливість до сигналів дитини та сформувати стабільні ритуали взаємодії.

Ще однією перспективою є інтеграція психологічних рекомендацій у сімейну практику через індивідуальні та групові консультації. Індивідуальна робота з матір’ю дозволяє розв’язувати конкретні труднощі взаємодії з донькою, усувати емоційні бар’єри та формувати адаптивні стратегії поведінки. Групові консультації та терапевтичні сесії надають можливість матері спостерігати за успішними моделями взаємодії інших сімей, обмінюватися досвідом та отримувати соціальну підтримку. Така інтеграція практичних рекомендацій сприяє більш ефективному закріпленню знань і навичок у повсякденному житті.

Перспективним напрямом впровадження є використання сучасних цифрових технологій та онлайн-ресурсів для навчання і підтримки матерів. Цифрові платформи дозволяють надавати консультації, організовувати вебінари, демонструвати відео-приклади ефективної взаємодії та проводити онлайн-тренінги з емоційної чутливості та формування прив’язаності. Цей підхід особливо важливий у умовах сучасного ритму життя, коли не всі

матері можуть регулярно відвідувати очні заняття, але прагнуть отримати науково обґрунтовані рекомендації та підтримку.

Особливу увагу варто приділити адаптації рекомендацій до вікових особливостей та індивідуальних потреб дитини. На кожному етапі розвитку доньки – від немовляти до підлітка – реалізація рекомендацій має враховувати фізіологічні, емоційні та соціальні зміни [32, 80]. Наприклад, у ранньому дитинстві акцент робиться на фізичний контакт і швидке реагування на сигнали дитини, у дошкільному віці – на навчання вербалізації емоцій та розвиток автономії, у підлітковому віці – на підтримку самосвідомості та конструктивного спілкування. Перспектива полягає в тому, щоб рекомендації були гнучкими та адаптивними, що дозволяє їм залишатися ефективними у різних сімейних і соціальних контекстах.

Доцільним є створення системи соціальної підтримки сімей, яка включає психологів, педагогів, соціальних працівників і групи взаємопідтримки. Дослідження показують, що сім’ї, які мають доступ до таких ресурсів, демонструють вищий рівень реалізації рекомендацій, більш стабільну емоційну взаємодію та меншу схильність дітей до тривожності та соціальних труднощів. Таким чином, інтеграція рекомендацій у практику виховання потребує не лише навчання матері, а й створення підтримуючого соціального середовища.

Перспективи впровадження також пов’язані з систематичним оцінюванням ефективності рекомендацій. Це передбачає використання опитувальників прив’язаності, психологічних тестів, спостережень та інших методів, які дозволяють оцінити рівень безпечної прив’язаності та емоційного розвитку дитини. На основі отриманих даних можна коригувати рекомендації, адаптувати їх до конкретної сім’ї та підвищувати ефективність практичної реалізації [36, 6-7].

Важливим процесом є професійна підготовка спеціалістів, які надають підтримку сім’ям. Психологи, психотерапевти, консультанти мають володіти сучасними знаннями з теорії прив’язаності, психодинаміки сімейних

взаємодій та методикою підтримки емоційного розвитку. Їхня компетентність визначає, наскільки ефективно рекомендації можуть бути впроваджені у конкретних сімейних умовах і наскільки вони сприятимуть формуванню безпечної прив'язаності.

Перспективним є і наукове поширення рекомендацій через масові медіа та освітні платформи, що дозволяє охопити широку аудиторію та популяризувати ефективні стратегії сімейного виховання [38]. Поширення інформації про важливість емоційного розвитку та безпечної прив'язаності допомагає формувати у суспільстві цінність емоційної підтримки та відповідальної материнської поведінки, що, у свою чергу, підвищує шанси на успішне впровадження рекомендацій у масовій практиці.

Отже, перспективи впровадження рекомендацій у практику сімейного виховання охоплюють комплексну роботу на рівні окремої сім'ї, професійної підготовки спеціалістів, соціальної підтримки та використання сучасних технологій [41, 278]. Інтеграція рекомендацій у повсякденне виховання дозволяє зміцнити емоційний зв'язок між матір'ю та донькою, формувати безпечну прив'язаність та створювати умови для оптимального емоційного і соціального розвитку дитини. Майбутні перспективи пов'язані з розробкою програм системної підтримки сімей, адаптацією рекомендацій до культурного та соціального контексту, а також науковою оцінкою ефективності практичних стратегій, що забезпечує довгостроковий позитивний ефект для сім'ї та суспільства в цілому.

Висновки до 3 розділу

Практичні рекомендації щодо покращення материнсько-дочірніх стосунків підкреслюють, що формування здорової прив'язаності є основою емоційного благополуччя та соціальної адаптації дитини.

Психологічні стратегії підтримки емоційного розвитку доньки включають позитивне моделювання емоційної поведінки, розвиток емпатії, навчання саморегуляції, підтримку автономії та творчі активності. Такі дії сприяють формуванню впевненості, здатності до самоконтролю та здорових міжособистісних стосунків.

Сімейна психотерапія та консультативна допомога допомагають усвідомити психологічні ресурси та бар’єри матері, коригувати взаємодію, зміцнювати емоційний зв’язок і формувати безпечну прив’язаність у дитини.

Таким чином, комплексне впровадження науково обґрунтованих рекомендацій створює основу для здорових материнсько-дочірніх стосунків, формування безпечної прив’язаності та довгострокового психологічного благополуччя сім’ї.

ВИСНОВКИ

Дослідження підтвердило, що формування здорової прив'язаності між матір'ю та донькою є основою емоційного, соціального та психологічного розвитку дитини. Безпечна прив'язаність забезпечує дитині відчуття безпеки, розвиток довіри до оточення, здатність регулювати власні емоції та конструктивно реагувати на стресові ситуації. Небезпечні або дезорганізовані форми прив'язаності пов'язані з підвищеним ризиком тривожності, соціальної незрілості та проблем у міжособистісних стосунках.

Головними факторами формування здорової прив'язаності є емоційна чутливість матері, адекватне реагування на сигнали дитини, фізичний контакт, стабільні ритуали взаємодії та створення передбачуваного емоційного середовища. Вікові особливості дитини визначають специфіку взаємодії: у ранньому дитинстві критично важлива фізична близькість і швидке реагування, у дошкільному віці акцент зміщується на вербальну комунікацію, розвиток самостійності та емоційної регуляції, а у підлітковому – на підтримку самосвідомості та конструктивного спілкування.

Психологічні стратегії підтримки емоційного розвитку доньки включають розвиток емпатії, навчання вербалізації почуттів, моделювання позитивних емоційних патернів, використання гри та творчості як інструментів емоційного навчання, а також заохочення автономії та самовираження. Регулярність, послідовність та передбачуваність у поведінці матері забезпечують стабільний емоційний простір для дитини і сприяють формуванню безпечної прив'язаності.

Сімейна психотерапія та консультативна підтримка є ефективними інструментами зміцнення взаємодії матері та доньки, особливо у випадках сімейних конфліктів, психологічних травм або підвищеного стресу. Психотерапевтична робота спрямована на підвищення емоційної чутливості матері, корекцію небезпечних патернів взаємодії, розвиток навичок

конструктивного вирішення конфліктів та підтримку емоційного благополуччя дитини. Індивідуальні та групові форми роботи дозволяють інтегрувати теоретичні знання у практичну діяльність сім'ї та забезпечують підтримку через соціальне середовище.

Впровадження науково обґрунтованих рекомендацій у сімейну практику виховання передбачає системний підхід, адаптацію до вікових та індивідуальних особливостей дитини, використання цифрових технологій, освітніх програм та груп підтримки матерів. Забезпечення доступу до соціальних ресурсів, консультацій психологів та психотерапевтів підвищує ефективність реалізації рекомендацій, зміцнює емоційний зв'язок у сім'ї та сприяє формуванню у дитини адаптивних емоційних і соціальних компетенцій.

Таким чином, реалізація комплексних рекомендацій з формування безпечної прив'язаності та підтримки емоційного розвитку доньки створює умови для її психологічного благополуччя, соціальної адаптації та здорових міжособистісних стосунків у майбутньому. Інтеграція цих підходів у практику сімейного виховання сприяє не лише зміцненню емоційного зв'язку матері та дитини, а й розвитку стабільної та гармонійної сімейної системи в цілому.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алєксєєнко Т. Ф. Тенденції розвитку і класифікація батьківськодитячих стосунків в умовах сучасної сім'ї. *Збірник наукових праць Української Академії державного Управління при Президентові України.* Київ : Вид-во УАДУ, 2001. Вип. 1А. 192 с.

2. Алєксєєнко Т. Ф. Умови позитивної соціалізації дитини у сім'ї. *Діти – батьки – сім'я*. 2005. Вип. 3. С. 4-9.

3. Андрєєва І. М. Психологія емоційних взаємин у сім'ї: монографія. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2018. 312 с.

4. Андрущенко В. П. Педагогіка сімейного виховання. Київ : Освіта, 2014. 304 с.

5. Берегова Н.П., Степанюк О. К., Кушнір І. М. Психологічні особливості самооцінки дітей старшого дошкільного віку. *Актуальні питання теорії і практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх спеціалістів.* Харків, ХНУ, 2020. С. 30-34.

6. Бех І. Д. Виховання особистості: сходження до духовності : наук. видання. Київ : Либідь, 2006. 272 с

7. Бех І.Д. Я як джерело духовного саморозвитку особистості. Педагогіка й психологія: *Науково-теоретичний та інформаційний журнал Академії педагогічних наук України,* 2011. С. 5-16.

8. Біла І.М. Психологія дитячої творчості. Київ : Фенікс, 2014. 28 с.

9. Борисенко З. П. Психологічні детермінанти розвитку дитячо-батьківських стосунків у сучасній сім'ї. *Психологія і особистість*. 2017. № 2 (12). С. 45–54.

10. Видра О.Г. Вікова і педагогічна психологія : навчальний посібник. 2011. URL : http://194.44.152.155/elib/local/r1.pdf (дата звернення: 12. 01. 2026).

11. Власова О.І., Жихарева Л.В. Психологічні особливості матері як чинник формування якості прихильності дитини. *Вісник Національного університету оборони України* : зб-к наук. праць. Київ : НУОУ, 2015. №45. 294 с.

12. Волинець Н. В. Психологічні умови формування безпечної прив'язаності у дітей молодшого шкільного віку. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія : Психологічні науки. 2019. Вип. 2. С. 88–94.

13. Ганіч Л. Психологія сім'ї: практична психологія». Т.1. Харків : Рідне слово, 2017. 216 с.

14. Ганіч Л. Психологія сім'ї : практична психологія». Т.2. Харків : Рідне слово, 2021. 216 с

15. Гончаровська Г.Ф. Соціально-психологічні чинники становлення самооцінки дитини дошкільного віку. *Проблеми сучасної психології.* 2010. №8. С. 200 – 208.

16. Горбатих В.В. Індивідуальні особливості самоставлення дітей старшого дошкільного віку. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. праць Кам`янець-Подільського національного університету імені І. Огієнка; Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за ред. С.Д. Максименка. Кам`янець-Подільський : Аксіома, 2011. Вип. 13. С. 39 − 47.

17. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія : навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2016. 424 с.

18. Жигарева Л.В. Дитячо-батьківські стосунки у контексті теорії прихильності. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова.* Серія 12 : Психологічні науки. 2013. Вип. 40. С. 292-294.

19. Жихарева Л.В. Особливості батьківського ставлення у контексті дитячо-батьківської прихильності. *Вісник Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна*. №1046. Харків, 2013. С. 234–238.

20. Заброцький М.М. Основи вікової психології : навч. посіб. Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2006. 112 с.

21. Кабанцева А. Підтримка дитини в умовах емоційного напруження. Київ : КВІЦ, 2018. 136 с.

22. Католик Г.В. Дитяча і юнацька психотерапія: теорія і практика у сучасних наукових дослідженнях / Вид. 2-ге, доповнене. Львів : Астролябія, 2012. 311 с.

23. Ковальчук О. С. Материнське ставлення як чинник емоційного розвитку дитини. *Вісник Одеського національного університету*. Серія : Психологія. 2015. Т. 20. Вип. 4. С. 112–118.

24. Крижановська З. Ю. Емоційні особливості жінки в процесі реалізації материнської ролі. *Психологічні перспективи*. 2014. Вип. 23. С. 148–159.

25. Литвинова Н. А. Формування прив'язаності та її роль як вітальної потреби. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. Серія : Педагогічні науки. 2021. № 1 (339). Ч. 2. С. 36-44.

26. Лук’янова К. А. Феномен батьківства у сучасному вимірі. *Соціальна робота*. *Соціальна педагогіка* : зб. наук. праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 11. 2016. Вип. 22. С. 71–77.

27. Ляшенко О. І. Психологічні аспекти формування довіри у системі «мати – дитина». *Проблеми сучасної психології*. 2018. Вип. 41. С. 198–210.

28. Максименко С. Д. Генеза особистості у контексті дитячо-батьківських взаємин. Київ : Академвидав, 2015. 292 с.

29. Малильо О. П., Корнієнко І. О. Опанувальна поведінка особистості в процесі розвитку сімейних відносин. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ. 2013. № 21. С. 399–410.

30. Марценюк М. О. Роль психологічного стресу в контексті сімейних труднощів. URL : http://appsychology.org.ua/data/jrn/v7/i36/29.pdf (дата звернення: 09.01.2026.)

31. Меднікова Г. І. Особистісна зрілість: сутність та критерії. *Вісник Харківського національного педагогічного університету ім. Г. Сковороди.* Серія : Психологія. 2012. № 44(2). С. 127–134.

32. Набільська Г. 15 хвилин для нас: діти + батьки. Київ : Колесо життя, 2021. 198 с.

33. Нероба М. Материнство як психологічний феномен. *Педагогічний процес: теорія і практика*. Вип. 3-4, 2015. С. 90–93.

34. Омельченко Я. М. Психологічні чинники емоційної безпеки дитини в сім'ї. *Соціальна психологія*.2014. № 3. С. 63–71.

35. Повалій Л.В. Специфіка бальківсько-дитячих взаємин у сучасній сім'ї. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей 46 та учнівської молоді*. Випуск 16, книга 1. 2012. С. 233-241.

36. Порушення дитячої прив`язаності – нова реальність сьогодення? *Соціальний педагог*. 2012. № 1 (61). С. 4-9.

37. Савчин М. В. Психологія відповідального батьківства. Івано-Франківськ, 2019. 256 с.

38. Сингаївська І., Страмоусова І. (2024). Чинники життєстійкості жінок під час війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*. Вип. 3(75). С. 231–245. DOI : https://doi.org/10.31732/2663-2209-2024-75-231-245

39. Соценко В.В. Опитувальник «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ). URL : https://xn----ftbomobdq1b9f.xn--j1amh/cpanel/test_u (дата звернення: 12.10.2025.)

40. Цуркан Т.Г. Взаємини дитини і батьків як визначальний фактор впливу на формування особистості. *Наука і освіта*. Серія : Психологія. № 3, 2015. С. 120-126.

41. Чепелєва Н. Чинники формування уявлень жінки про материнство та трансформація образу матері в період народження дитини. *Габітус*, 2023. Вип. 45. С. 278–283.

42. Шевчук Г.С. Материнська ідентичність у структурі Я–концепції жінки. *Проблеми сучасної психології*. 2010. №9. С. 765–777.

43. Яремчук,Н. Психологічні особливості готовності молодої жінки до майбутнього материнства. *Вісник післядипломної освіти*, 2008. Вип. 7, С. 234-239.

44. Ainsworth M. D. S., Blehar M. C., Waters E., Wall S. Patterns of Attachment. *A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum, 1978. 392 c.

45. Bowlby J. Attachment and Loss. Volume I: Attachment. New York : Basic Books, 1969/1982. 472 c.

46. Bretherton I. The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 1992, Vol. 28, No. 5. P. 759–775.

47. Cassidy J., Shaver P. R. (Eds.). Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications (2nd ed.). New York : Guilford Press, 2008. 211 p.

48. Crittenden P. M. Attachment and psychopathology. Handbook of Attachment: Theory, Research, and ClinicalApplications. New York : Guilford Press, 2008.P. 599–623.1020 p.

49. Fonagy P., Gergely G., Jurist E. L. Aect regulation, mentalization and the development of the self. *Routledge*, 2018. 453 p

50. Hoffman L.Family systems therapy: An integration of theory and practice. New York : Basic Books, 1981. 294 p.

51. Holmes J. John Bowlby and Attachment Theory. London & New York : *Routledge*, 2014. 248 c.

52. Main M., Hesse E. Parents' unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment statusAttachment in the Preschool Years: Theory, Research, and Intervention.Chicago : *University of Chicago Press*, 1990. P. 161–182.322 p.

53. Main M.Introduction to the special section on attachment and psychopathology. *Development and Psychopathology*. 1996. Vol. 8, No. 1.P. 1–12.

ДОДАТКИ

Додаток А
Методика «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ)

Інструкція для респондентів

Необхідно уважно прочитати кожне твердження та визначити, чи відповідає воно особливостям власної виховної поведінки.

У разі згоди з твердженням у бланку відповідей позначається відповідь «так», у разі незгоди «ні». У випадку труднощів із вибором допускається позначення «?», кількість таких відповідей не повинна перевищувати п’яти.

В опитувальнику відсутні «правильні» або «неправильні» відповіді. Важливо відповідати максимально щиро.

Структура методики. Опитувальник складається зі 130 тверджень, об’єднаних у 20 шкал, які відображають основні стилі сімейного виховання, особливості емоційного ставлення батьків до дитини, характер контролю, вимогливості та автономії.

Текст опитувальника

1. Усе, що я роблю, я роблю заради мого сина (дочки).

2. У мене часто бракує часу займатися із сином (дочкою) - поспілкуватися, пограти.

3. Мені доводиться дозволяти моїй дитині такі речі, які не дозволяють багато інших батьків.

4. Не люблю, коли син (дочка) приходить до мене з питаннями. Краще, щоб здогадався (здогадалася) сам(а).

5. Наша дитина має більше обов'язків - догляд за собою, підтримка порядку - ніж більшість дітей її віку.

6. Мою дитину дуже важко змусити зробити що-небудь, що вона не любить.

7. Завжди краще, якщо діти не думають про те, чи правильно вчиняють їхні батьки.

8. Мій син (дочка) легко порушують заборони.

9. Якщо хочеш, щоб твій(оя) син (дочка) став(ла) людиною, не залишай безкарним жодного його (її) поганого вчинку.

10. Якщо тільки можливо, я намагаюся не карати сина (дочку).

11. Коли я в гарному настрої, я нерідко прощаю своєму синові (дочці) те, за що іншим часом покарав(ла) би.

12. Я люблю свого сина (дочку) більше, ніж люблю (любила) чоловіка (дружину).

13. Молодші діти мені подобаються більше, ніж старші.

14. Якщо мій син (дочка) подовгу впирається або злиться, у мене буває почуття, що я вчинив(ла) стосовно нього (неї) неправильно.

15. У нас довго не було дитини, хоча ми її дуже чекали.

16. Спілкування з дітьми, взагалі ж, стомлююча справа.

17. У мого сина (дочки) є деякі якості, які виводять мене із себе.

18. Виховання мого сина (дочки) ішло б набагато краще, якби мій чоловік (моя дружина) не заважав(ла) мені.

19. Більшість чоловіків легковажніші за жінок.

20. Більшість жінок легковажніші за чоловіків.

21. Мій син (дочка) для мене - найголовніше в житті.

22. Часто буває, що я не знаю, що робить у цей момент моя дитина.

23. Якщо іграшка дитині подобається, я куплю її, скільки б вона не коштувала.

24. Мій син (дочка) нетямущий(а). Легше самому два рази зробити, ніж 1 раз пояснити йому (їй).

25. Моєму синові (дочці) нерідко доводиться (або доводилося раніше) доглядати за молодшим братом (сестрою).

26. Нерідко буває так: я кілька разів нагадую синові (дочці) про необхідність зробити що-небудь, а потім плюну й зроблю сам(а).

27. Батьки в жодному разі не повинні допускати, щоб діти помічали їхні слабкості й недоліки.

28. Мій син (дочка) сам(а) вирішує, з ким йому (їй) грати.

29. Діти повинні не тільки любити своїх батьків, але й боятися їх.

30. Я дуже рідко сварю сина (дочку).

31. У нашій суворості до сина (дочки) бувають великі коливання. Іноді ми дуже суворі, а іноді все дозволяємо.

32. Ми з дитиною розуміємо один одного краще, ніж ми із чоловіком.

33. Мене засмучує те, що мій син (дочка) швидко стає дорослим(ою).

34. Якщо дитина впирається через погане самопочуття, краще все зробити так, як вона хоче.

35. Моя дитина росте слабкою і хворобливою.

36. Якби в мене не було дітей, я б домігся (домоглася) у житті набагато більшого.

37. У мого сина (дочки) є слабкості, які не виправляються, хоча я завзято з ними борюся.

38. Нерідко буває, що коли я караю мого сина (дочку), мій чоловік (дружина) відразу починає дорікати мену в зайвій суворості й утішати його (її).

39. Чоловіки більше схильні до подружньої зради, ніж жінки.

40. Жінки більше схильні до подружньої зради, ніж чоловіки.

41. Турботи про сина (дочку) займають більшу частину мого часу.

42. Мені багато разів довелося пропускати батьківські збори.

43. Я прагну до того, щоб моя дитина була забезпечена краще, ніж інші діти.

44. Якщо певний час поспілкуватися з моїм сином (дочкою), можна сильно утомитися.

45. Мені часто доводилося давати синові (дочці) важкі для його (її) віку доручення.

46. Моя дитина ніколи не прибирає за собою іграшки.

47. Головне, чому батьки повинні навчити своїх дітей, - це слухатися.

48. Моя дитина сама вирішує, скільки, чого й коли їй їсти.

49. Чим суворіше батьки до дитини, тим краще для неї.

50. За характером я - м'яка людина.

51. Якщо моєму синові (дочці) щось від мене потрібно, він (вона) намагається вибрати момент, коли я в гарному настрої.

52. Коли я думаю про те, що коли-небудь мій син (дочка) виросте і я буду йому (їй) не потрібна, у мене псується настрій.

53. Чим старше діти, тим важче мати з ними справу.

54. Найчастіше впертість дитини буває викликана тим, що батьки не вміють до неї знайти підхід.

55. Я постійно переживаю за здоров'я сина (дочки).

56. Якби в мене не було дітей, моє здоров'я було б набагато краще.

57. Деякі дуже важливі недоліки мого сина (дочки) не зникають, незважаючи на всі мої заходи.

58. Мій син (дочка) недолюблює мого чоловіка (дружину).

59. Чоловік гірше розуміє почуття іншої людини, ніж жінка.

60. Жінка гірше розуміє почуття іншої людини, ніж чоловік.

61. Заради мого сина (дочки) мені від багато чого в житті довелося й доводиться відмовлятися.

62. Батьки, які занадто багато метушаться навколо своїх дітей, викликають у мене роздратування.

63. Я витрачаю на мого сина (дочку) значно більше грошей, ніж на себе.

64. Не люблю, коли син (дочка) щось просить. Я сам(а) краще знаю, чого йому (їй) треба.

65. У мого сина (дочки) дитинство важче, ніж у більшості його (її) однолітків.

66. Удома мій син (дочка) робить тільки те, що йому (їй) хочеться, а не те, що треба.

67. Діти повинні поважати батьків більше, ніж всіх інших людей.

68. Якщо моя дитина вчасно не лягає спати, я не наполягаю.

69. Я суворіше ставлюся до свого сина (дочки), ніж інші батьки до своїх дітей.

70. Від покарань мало пуття.

71. Члени нашої родини неоднаково суворі із сином (дочкою). Одні балують, інші, навпаки, - дуже суворі.

72. Мені б хотілося, щоб мій син (дочка) не любив(ла) нікого, крім мене.

73. Мені подобаються маленькі діти, тому я не хотів(ла) би, щоб мій син (моя дочка) занадто швидко дорослішав(ла).

74. Часто я не знаю, як правильно поводитися з моїм сином (дочкою).

75. У зв'язку з поганим здоров'ям сина (дочки) нам доводиться йому (їй) багато чого дозволяти.

76. Виховання дітей - важка й невдячна праця. Їм віддаєш все, а взамін не отримуєш нічого.

77. З моїм сином (дочкою) мало допомагає добре слово. Єдине, що на нього (неї) діє, - це постійні суворі покарання.

78. Мій чоловік (дружина) намагається настроїти сина (дочку) проти мене.

79. Чоловіки частіше, ніж жінки, діють нерозважливо, не обміркувавши наслідків.

80. Жінки частіше, ніж чоловіки, діють нерозважливо, не обміркувавши наслідків.

81. Я увесь час думаю про мого сина (дочку), про його (її) справи, здоров'я й т.д.

82. Так повелося, що про дитину я згадую, якщо вона щось накоїла або з нею щось трапилося.

83. Мій син (дочка) уміє домогтися від мене того, чого хоче.

84. Мені більше подобаються тихі й спокійні діти.

85. Намагаюся якомога раніше привчити дитини допомагати по господарству.

86. У мого сина (дочки) мало обов'язків по господарству.

87. Навіть якщо діти впевнені, що батьки не праві, вони повинні робити так, як говорять батьки.

88. У нашій родині так прийнято, що дитина робить те, що хоче.

89. Бувають випадки, коли краще покарання - ремінь.

90. Багато недоліків у поведінці моєї дитини пройдуть самі собою з віком.

91. Коли наш син (дочка) щось накоїть, ми беремося за нього (неї). Якщо все тихо, знову залишаємо його (її) у спокої.

92. Якби мій син не був моїм сином, а я б була молодшою, то напевно закохалася б у нього.

93. Мені цікавіше говорити з маленькими дітьми, ніж зі старшими.

94. У недоліках мого сина (дочки) винуватий(а) я сам(а), тому що не вмів(ла) його (її) виховувати.

95. Тільки завдяки нашим величезним зусиллям син (дочка) залишився(лась) жити.

96. Нерідко заздрю тим, хто живе без дітей.

97. Якщо надати моєму синові (дочці) волю, він (вона) негайно скористається нею на шкоду собі або оточуючим.

98. Нерідко буває, що якщо я говорю своєму синові (дочці) одне, то мій чоловік (дружина) спеціально говорить навпаки.

99. Чоловіки частіше, ніж жінки, думають тільки про себе.

100. Жінки частіше, ніж чоловіки, думають тільки про себе.

101. Я витрачаю на сина (дочку) більше сил і часу, ніж на себе.

102. Я досить мало знаю про справи сина (дочки).

103. Бажання мого сина (дочки) для мене - закон.

104. Мій син дуже любить спати із мною.

105. У мого сина (дочки) поганий шлунок.

106. Батьки потрібні дитині, лише поки вона не виросте. Потім вона усе рідше згадує про них.

107. Заради мого сина (дочки) я пішов би (пішла б) на будь-яку жертву.

108. Моєму синові (дочці) потрібно приділяти значно більше часу, ніж я можу.

109. Мій син (дочка) уміє бути таким милим, що я йому (їй) все прощаю.

110. Мені б хотілося, щоб син женився пізніше, після 30 років.

111. Руки й ноги мого сина (дочки) часто бувають дуже холодними.

112. Більшість дітей - маленькі егоїсти. Вони зовсім не думають про здоров'я й почуття своїх батьків.

113. Якщо не віддавати моєму синові (дочці) увесь час і сили, то все може погано скінчитися.

114. Коли все добре, я менше цікавлюся справами сина (дочки).

115. Мені дуже важко сказати своїй дитині: «Ні».

116. Мене засмучує, що мій син (дочка) усе менше має потребу в мені.

117. Здоров'я мого сина (дочки) гірше, ніж здоров'я більшості інших дітей.

118. Багато дітей відчувають занадто мало вдячності до батьків.

119. Мій син (дочка) не може обходитися без моєї постійної допомоги.

120. Більшу частину свого вільного часу син (дочка) проводить поза домом - у яслах, у дитячому саду, у родичів.

121. У мого сина (дочки) цілком вистачає часу на ігри й розваги.

122. Крім моєї дитини, мені більше ніхто на світі не потрібний.

123. У мого сина (дочки) переривчастий і неспокійний сон.

124. Нерідко я думаю, що занадто рано женився (вийшла заміж).

125. Усьому, що мій син (дочка) уміють, він(вона) навчився(лась) тільки завдяки моїй постійній допомозі.

126. Справами сина (дочки) в основному займається мій чоловік (дружина).

127. Я не можу згадати, коли востаннє відмовив(а) своїй дитині в покупці якої-небудь речі (морозиво, цукерки, пепсі-коли й т.д.).

128. Мій син говорив мені: «Виросту, женюся на тобі, мама».

129. Мій(оя) син (дочка) часто хворіє.

130. Родина не допомагає мені, а ускладнює моє життя.

Додаток Б

Опитувальник прихильності до батьків та однолітків (IPPA)

(М. Грінберг та Г. Армсден)

Нижче наведено висловлювання, які описують Ваші можливі почуття до матері. Будь ласка, прочитайте висловлювання та оцініть, використовуючи 5- ти бальну шкалу, наскільки воно відповідає Вашим почуттям. 1 – ні; 2 – скоріше ні; 3 - і так, і ні; 4 – скоріше так; 5 – так. ні; скоріше ні; і так, і ні;скоріше так; так.

1.Моя мати поважає мої почуття

2. Я вважаю, що моя мати добре справляється зі своїми материнськими обов'язками

3. Краще б у мене була інша мати

4. Моя мати приймає мене таким, яким я є

5. Мені подобається дізнаватися, що думає моя мати з питань, які мене турбують

6. Я відчуваю, що немає сенсу виявляти свої почуття до матері

7. Моя мати може відчути, що я чимось засмучений (а)

8. Нерозумно і соромно обговорювати свої проблеми з матір'ю

9. Моя мати чекає від мене занадто багато

10. Моя мати мене часто дратує

11. Я дратуюсь набагато частіше, ніж знає про це моя мати

12. Коли ми щось обговорюємо, моя мати враховує мою думку

13.Моя мати довіряє моєму рішенню

14. У моєї матері свої проблеми, тому я не турбую її своїми

15. Моя мати допомагає мені краще зрозуміти себе

16.Я ділюся з матір'ю своїми проблемами та переживаннями

17. Буває, я злюся на свою матір

18.Моя мати не приділяє мені достатньо уваги

19. Моя мати допомагає мені говорити про мої труднощі

20. Моя мати мене розуміє

21. Коли я на щось злюся, моя мати ставиться до цього з розумінням

22. Я довіряю своїй матері

23.Моя мати не розуміє, через що мені доводиться проходити зараз

24.Я можу розраховувати на свою матір, коли мені треба виговоритися/зняти вантаж із душі

25.Якщо моя мати знає, що мене щось турбує, вона запитує мене про це.

Оцінка результатів: Підраховується сумарний бал за позитивними та негативними твердженнями. Чим вищий бал за позитивними твердженнями, тим кращий рівень прихильності до матері, і навпаки, чим вищий бал за негативними твердженнями, тим нижчий рівень прихильності.

Додаток В

Кореляційні зв’язки

