

Дмитрієва А.О.

студентка,

Науковий керівник: Губа Н.О.

кандидат психологічних наук, доцент,

Запорізький національний університет

ЕМОЦІЙНА ПРИВ'ЯЗАНІСТЬ ДО МАТЕРІ ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ СТРАХІВ В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

Актуальність вибраної проблематики, перш за все, пояснюється впливом страхів на розвиток особистості дитини, її соціалізацію та навчання. Проблема страхів становить інтерес для психологічної науки, оскільки її розробка є надзвичайно актуальною та важливою для вирішення цілої низки питань в практиці, зокрема, пов'язаних з успішною адаптацією дитини до нових умов, а також попередженням виникнення в неї невротичних проявів, які можуть бути пов'язані з типом емоційної прив'язаності дитини до матері та кількістю сформованих в неї страхів.

Вивченням та дослідженням дитячих страхів займалися багато іноземних та вітчизняних психологів, серед яких: К. Хорні, Л. Божович, О. Захаров, В. Зеньківський, а також вчені Р. Шавер, М. Мейн, П. Емерсон, Д. Боулбі та К. Кернс, які вивчали емоційну прив'язаність дитини до матері.

Л. Божович та М. Неймарк трактують страх, як емоційний стан, в основі якого лежить невпевненість в своїх силах, вчинках, ситуаціях, які викликають тривожність. Л. Божович вважає, що всі страхи формуються ще в дитинстві і вони мають в майбутньому великий вплив на залежність дитини від інших та її самовідчуття в різних ситуаціях та суспільстві.

Є. Бистрова та Т. Митичева в своїй статті зазначають, що «багато вчених поняття страху трактують з різних точок зору, але все визначення даного поняття зводяться до єдиного розуміння того, що вони розглядаються з позиції вивчення особливостей різного виду неблагополуччя» [1]. Тобто, наприклад, у молодшому шкільному віці може спостерігатися невпевненість в своїй силі, через негативні відгуки вчителів, або батьків щодо успішності дитини.

На думку Ю. Щербатих страхи можуть бути трьох видів: природні, соціальні та внутрішні. Як і в попередніх класифікаціях – природні страхи характеризуються інстинктом самозбереження. Наприклад, дитина може боятися природних явищ або тварин. Тобто, це все те, що може загрожувати нашому життю. Соціальні страхи – це страхи, які включають в себе: страх самотності, страх бути неприйнятним суспільством та страх зниження свого соціального статусу. До соціальних страхів також можна віднести страх смерті близьких людей. І внутрішні страхи пов'язані з нашою уявою та фантазією, що «малюють» нам наші страхи. Це все те, що не несе ніякої реальної загрози для людини, але вона це собі навіяла [8, с. 135].

Прив'язаність прийнято трактувати як емоційний зв'язок з іншою людиною. Психолог Джон Боулбі був першим з усіх психологів, який описав прив'язаність як стійкий психологічний зв'язок між людьми [3].

Д. Боулбі вважав, що з самого раннього дитинства зв'язок дітей з тими, хто про них піклується, має величезний вплив, який триває протягом всього життя. Він притримувався думки про те, що прив'язаність є для того, щоб в ранньому віці утримати дитину біля матері, тим самим підвищуючи шанси цієї дитини на виживання.

Дослідники Р. Шавер, М. Мейн та П. Емерсон виділили чотири типи прив'язаності, на які донині опираються сучасні психологи: надійна безпечна прив'язаність, небезпечно-унікаюча прив'язаність, тривожно-амбівалентна прив'язаність та дезорганізована прив'язаність.

Найбільш важливий фактор для формування надійного типу прив'язаності – це емоційна доступність мами, її сенситивність та синхронізованість дій, ведення діалогу зі своєю дитиною.

Також, діти, як правило, з надійним типом емоційної прив'язаності до матері з більшою ймовірністю позитивно ставляться до інших і демонструють стійкість, беруть участь у складних іграх і більш успішні в класі та у взаємодії з іншими дітьми. Вони краще пристосовуються до нових обставин, подій і більше довіряють оточуючим.

Ненадійний тип емоційної прив'язаності виражається наявністю у дитини переживання ненадійності оточуючого соціуму і почуття власної вразливості. Дана категорія дітей характеризується підвищеною тривожністю, яка може сформуватися як відповідь на дистантність, холодність або відторгнення матер'ю. Вони дуже недовірливі в стосунках з іншими людьми. Можуть говорити відверто про себе і

сприймаються як відкриті, контактні особи, але насправді всередині такі не прагнуть встановлювати довірливі стосунки з оточуючими.

Куфтяк О.В. зазначає, що прийняття матір'ю дитини і її емоційна чуйність є значущим фактором просоціальної поведінки, а недостатня підтримка матір'ю своєї дитини і несформована потреба в присутності матері підвищують ймовірність емоційних порушень і проблем з поведінкою у дитини, що, в свою чергу, впливає на формування страхів в молодшому шкільному віці [6].

П. Кріттенден виділила основні якості матері, які формують безпечний тип прив'язаності у дитини [5]:

1. Емоційне прийняття дитини і здатність її висловлювати в реальному спілкуванні і взаємодії.

2. Чутливість, сенситивність до поведінки дитини та здатність виділяти ті особливості її поведінки, які сигналізують про її потреби та бажання.

3. Розуміння стану дитини та причин цього стану, а також адекватний когнітивний образ дитини.

4. Чуйність матері як вміння адекватно реагувати на стан і потреби дитини.

5. Сталість, послідовність і несуперечливість поведінки матері, що забезпечують дитині можливість орієнтуватися в поведінці матері і адекватно відповідати на неї.

6. Високий рівень суб'єктності спілкування.

Таким чином, тип емоційної прив'язаності дитини до матері відіграє важливу роль у становленні здорової особистості дитини. Емоційна прив'язаність впливає на: самооцінку дитину, формування певних видів страхів, стратегії взаємодії та спілкування з оточуючими, швидкість і якість адаптації до нових умов та обставин.

Список використаних джерел:

1. Быстрова Е.В., Митичева Т.И. Изучение особенностей проявления тревожности у детей младшего школьного возраста // Современные научные исследования и инновации. – 2015. – № 9. – Ч. 2.

2. Бриш Карл. Теория привязанности и воспитание счастливых людей / Карл Бриш. – М.: Теревинф, 2014. – 208 с.

3. Боулби Д. Привязанность [Текст] / Д. Боулби; Пер. с англ., под ред. Г.В. Бурменської. – М.: Гардарики, 2003. – 462 с.

4. Задорова Ю.А. Исследование привязанности матери и ребенка дошкольного возраста // Вестник КГУ. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2017. – Том 23. № 4. – С. 65–69.

5. Криттенден П. Трансформация отношений привязанности / Патрисия М. Криттенден // Журнал практической психологии и психоанализа: ежеквартальный научно-практический журнал электронных публикаций. – 2002. – № 1.

6. Куфтяк Е.В., Задорова Ю.А. Привязанность к матери и ее влияние на психическое здоровье // Клиническая и специальная психология. – 2020. – Том 9. № 1. – С. 169–185.

7. Симоненко И.А. Привязанность и ее влияние на здоровье и развитие ребенка. Психотерапия привязанности в детском возрасте. – Курск: изд-во КГМУ, 2014. – 242 с.

8. Щербатых Ю.В. Психология страха. – М.: ЭКСМО, 2000. – 512 с.

Олейник В.В.

студентка,

КВУЗ «Винницкая академия непрерывного образования»

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ПОЯВЛЕНИЯ ЛИШНЕГО ВЕСА У ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

В наше время активно развивается движение бодипозитива, средства массовой информации и интернет ресурсы все больше показывают разнообразие фигур, но тема лишнего веса для многих женщин по-прежнему остается болезненной. Перед тем как приступить к корректировке питания и образа жизни, целесообразно провести исследование психологических причин набора массы тела. Тема лишнего веса до сих пор остается малоизученной с точки зрения психосоматики, хотя об успокоении тревоги пищей и о психосоматической природе гормональных нарушений, которые также могут привести к ожирению упоминал еще Александер Ф. [1, с. 20–91]. Тему лишнего веса в психологии исследовали – Никитина Е.Д. и Федорова Н.В. (работа по выявлению психологических особенностей мужчин и женщин с избыточным весом), Вахмистров А.В и Вознесенская Т.Г. (работа по нормализации пищевого поведения