

емоційного виснаження. Це знижує рівень аналітичної дистанції та ускладнює збереження рефлексивної позиції, внаслідок чого експерт перебуває у напрузі між співпереживанням і необхідністю професійної відстороненості.

Психологічні упередження мають не лише пізнавальні, а й етичні наслідки. Вони загострюють проблему відповідальності експерта за результати експертизи, особливо у випадках, коли аналітичні висновки можуть бути використані для легітимації політичних рішень, виправдання насильства або ескалації конфлікту. У цьому контексті постає питання меж ціннісної нейтральності, необхідності усвідомлення власних світоглядних позицій і постійної методологічної рефлексії.

Отже, конфліктологічна експертиза збройних конфліктів потребує системного врахування когнітивних, емоційних та ідеологічних чинників експертного мислення. Усвідомлення механізмів психологічних упереджень, описаних у працях Д. Канемана, А. Тверські та Ф. Тетлока, є важливою умовою підвищення наукової обґрунтованості експертних оцінок і формування відповідального, рефлексивного підходу до аналізу сучасних збройних конфліктів.

Література:

1. Kahneman D. Thinking, fast and slow / D. Kahneman // The Canadian Journal of Program Evaluation. – 2011. – Vol. 26, № 2. – P. 111–113.

1. Tetlock P. E. Knowing the limits of one's knowledge: Foxes have better calibration and discrimination scores than hedgehogs / P. E. Tetlock // Expert political judgment: How good is it? How can we know? – Princeton : Princeton University Press, 2005. – Chapter 3. – P. 67–120.

2. Tversky A. Judgment under uncertainty: Heuristics and biases / A. Tversky, D. Kahneman // Science. – 1974. – Vol. 185, № 4157. – P. 1124–1131.

ІВАЩИШИН Б. Т., студентка МП-1 «Психологія», НаУКМА

СПІЛКУВАННЯ В ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ КОНФЛІКТАХ: СТРАТЕГІЇ КОПІНГУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Дитячо-батьківські конфлікти становлять невід'ємну частину процесу соціалізації дітей дошкільного віку та є важливим контекстом для формування комунікативних компетенцій і стратегій подолання стресу. Особливості спілкування під час конфліктних ситуацій у родині значною мірою визначають траєкторію емоційного та соціального розвитку дитини. У дошкільному віці діти активно засвоюють моделі поведінки, які згодом стануть основою їхніх копінг-стратегій у різноманітних життєвих ситуаціях. Актуальність дослідження комунікативних особливостей дітей у конфліктних ситуаціях посилюється в контексті сучасних викликів, зокрема в умовах воєнного стану в Україні, коли рівень стресу в сім'ях значно зростає, що впливає на якість батьківсько-дитячої взаємодії.

Конфлікт у дитячо-батьківських стосунках розглядається не лише як негативне явище, а як важлива площина для розвитку комунікативних навичок дитини, формування її особистісної ідентичності та автономії. За концепцією емоційної безпеки Каммінгса та Девіс (Cummings, Davies, 1994), реакції дітей на конфлікти значною мірою визначаються рівнем відчуття безпеки в родині. Дослідження Грін (Greene, 2014) демонструють, що переважна більшість дитячо-батьківських конфліктів виникає через недостатню комунікацію та нездатність дорослих врахувати вікові особливості когнітивного розвитку дітей.

Копінг-стратегії поділяються на проблемно-орієнтовані (спрямовані на зміну або усунення джерела стресу), емоційно-орієнтовані (спрямовані на регулювання емоційних реакцій) та стратегії уникнення (Frydenberg, 2017). У дошкільному віці спостерігається перехід від примітивних форм реагування до більш складних, когнітивно опосередкованих стратегій. Важливу роль у цьому процесі відіграє розвиток мови, здатності до рефлексії та саморегуляції. Дослідження Чалмерс та колег (Chalmers, Frydenberg, Deans, 2011) виявили, що вже у віці 3-4 років діти здатні використовувати різноманітні копінг-стратегії, хоча їхня ефективність залежить від підтримки дорослих.

Метою дослідження стало вивчення особливостей спілкування дітей дошкільного віку у конфліктних ситуаціях з батьками та ідентифікація стратегій подолання стресу, які використовують діти віком 3-6 років.

Основні гіпотези дослідження:

1. Активне адаптивне подолання стресових ситуацій формується у дошкільному віці та залежить від якості комунікації дитини з батьками.

2. Ефективна комунікація між батьками та дітьми під час конфліктів сприяє розвитку конструктивних копінг-стратегій.

3. Діти, які демонструють адаптивне подолання конфліктів, відзначаються вищим рівнем розвитку саморегуляції та комунікативних навичок.

Для дослідження комунікативних патернів та поведінки дітей у стресових ситуаціях використовувався метод спостереження на основі аналізу відеоматеріалів, які відображали поведінку дітей дошкільного віку у змодельованих конфліктних ситуаціях із батьками. Вибірку склали 45 дітей віком від 3 до 6 років. Аналіз здійснювався за критеріями: тип емоційної реакції, використані вербальні та невербальні комунікативні стратегії, здатність до саморегуляції, спроби вирішення конфлікту, характер взаємодії з батьками після конфлікту.

Результати дослідження засвідчили, що діти демонструють значне розмаїття комунікативних стратегій у відповідь на конфліктну ситуацію. Домінуючими реакціями виявилися фрустрація та агресивна поведінка, що узгоджується з результатами досліджень про вікові особливості емоційної регуляції у дошкільників. Водночас було зафіксовано випадки активного, проблемно-орієнтованого подолання конфлікту, що свідчить про потенціал розвитку конструктивних комунікативних навичок у цьому віці.

Особливо цінними виявилися спостереження за дітьми, які демонстрували адаптивне подолання конфліктів. Навіть діти 3-4 років виявляли здатність до цілісного, широко контекстуального сприйняття ситуації та пошуку конструктивного виходу. Такі діти відзначалися розвинутою саморегуляцією емоцій, уваги та поведінки, що вказує на ієрархічну впорядкованість їхньої психічної діяльності. Важливою характеристикою їхнього спілкування була здатність підтримувати гармонійні стосунки з батьками навіть після конфліктної взаємодії, формулювати власне розуміння ситуації та транслювати адекватну інтерпретацію подій.

Вербальна комунікація дітей з адаптивними стратегіями характеризувалася використанням конструктивних висловлювань, спробами пояснити власну позицію, запитаннями щодо почуттів батьків. Діти з неадаптивними стратегіями використовували звинувачувальну комунікацію, вимоги, плач як основний засіб комунікації. Невербальна комунікація також суттєво відрізнялася: діти з розвиненим копінгом демонстрували більш відкриту позу тіла, підтримували візуальний контакт, використовували жести для підкріплення вербальних повідомлень.

Аналіз батьківських комунікативних стратегій виявив зв'язок між стилем батьківського спілкування під час конфлікту та типом копінг-стратегій, які використовували діти. Діти, батьки яких практикували авторитетний стиль комунікації з елементами емпатійного слухання, валідації дитячих емоцій та спільного пошуку рішень, мали більш адаптивні стратегії подолання, натомість авторитарний стиль з домінуванням директив та ігноруванням емоційних потреб дитини корелював з розвитком агресивних або уникаючих стратегій.

Аналіз чинників виявив комплексну взаємодію генетичних (тип нервової системи, темперамент, дозрівання когнітивних структур) та соціальних факторів (якість сімейного спілкування, базові моделі поведінки, рівень емоційної підтримки). Особлива роль належить типу прив'язаності: діти з безпечним типом демонструють більшу готовність до відкритої комунікації та конструктивні спроби вирішення проблем (Groh et al., 2014).

Дослідження підтверджує, що відкрите спілкування між батьками та дітьми має вирішальне значення для формування ефективних стратегій подолання стресу та конфліктів. Батьки, які створюють безпечне комунікативне середовище, демонструють власні ефективні стратегії розв'язання конфліктів та надають позитивне підкріплення адаптивним «знахідкам» дітей, сприяють розвитку зрілих форм подолання вже у дошкільному віці. Концепція емоційного коучингу, запропонована Готтманом (Gottman, Katz, Hooven, 1996, p.250), підкреслює важливість батьківського усвідомлення та валідації дитячих емоцій як ключового елементу розвитку емоційної компетентності.

Загальні механізми подолання конфліктів у процесі розвитку збагачуються через додавання деталей когнітивних структур, покращення емоційної регуляції, розширення комунікативних готовностей та навичок. Розвиток мови, довільної поведінки та мета-пізнання здатні системно змінити структуру варіантів подолання конфліктів, яка функціонує під час зустрічі зі стресовими

ситуаціями. Ранні моделі комунікації в конфлікті та копінгу формують підґрунтя для майбутніх стратегій подолання складних ситуацій, що сприяє адаптивному розвитку особистості. Розвиток мовленнєвих навичок відіграє критичну роль у формуванні копінг-стратегій. Діти, які володіють більш розвиненим словниковим запасом для опису емоцій, краще справляються з регуляцією власних емоційних станів та ефективніше комунікують свої потреби під час конфліктів. Дослідження Денхем та колег (Denham, Bassett, Zinsser, 2012) показують, що цілеспрямований розвиток емоційного словника дітей сприяє зниженню рівня агресивної поведінки та покращенню якості стосунків з однолітками. Довільна поведінка, яка активно розвивається саме в дошкільному віці, є ключовою для здатності дитини свідомо обирати копінг-стратегії замість імпульсивного реагування. Розвиток виконавчих функцій, когнітивної гнучкості, дозволяє дітям стримувати первинні імпульси та шукати альтернативні шляхи вирішення конфліктної ситуації. Мета-пізнання, тобто здатність дитини рефлексувати власні думки та емоції, також поступово розвивається в дошкільному віці. Батьківські практики, що включають обговорення емоцій, спільну рефлексію над конфліктними ситуаціями, сприяють розвитку цієї важливої здатності.

В контексті сучасних викликів, з якими стикаються українські родини в умовах війни, особливо актуальним є розвиток стресостійкості та адаптивних копінг-стратегій у дітей. Підвищений рівень батьківської тривоги та стресу позначається на якості взаємодії та може призводити до зростання кількості конфліктів, тому програми психологічної підтримки сімей мають враховувати специфіку травматичного досвіду членів родин та надавати батькам інструменти для підтримки власного психологічного благополуччя, що є необхідною умовою для ефективної комунікації з дітьми.

Висновки проведеного дослідження. Особливості спілкування в дитячо-батьківських конфліктах мають критичне значення для формування копінг-стратегій у дітей дошкільного віку. Вже у ранньому віці діти здатні демонструвати конструктивні комунікативні патерни та проблемно-орієнтоване подолання конфліктів за умови підтримуючого сімейного середовища.

Ключовими чинниками розвитку адаптивних стратегій є якість батьківської комунікації, рівень емоційної безпеки в родині, розвиток мовленнєвих навичок та виконавчих функцій дитини.

Розвиток ефективних стратегій спілкування в конфліктних ситуаціях у дошкільному віці закладає основу для психологічної стійкості та успішної соціальної адаптації у майбутньому. Інвестиції в якість ранньої батьківсько-дитячої взаємодії є важливим напрямком профілактики емоційних та поведінкових розладів у дітей. Подальші дослідження мають зосередитися на розробці інтервенційних програм, адаптованих до українського контексту.

ЛІТЕРАТУРА

1. Chalmers K., Frydenberg E., Deans J. (2011) An exploration into the coping strategies of preschoolers: Implications for professional practice. *Children Australia*. 36(3). P. 120-127.

2. Cummings E. M., Davies P. T. (1994). Marital conflict and child adjustment: An emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin*, 116(3). P.387-405
3. Denham S. A., Bassett H. H., Zinsler K. (2012) Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early Childhood Education Journal*. 40(3). P. 137-143.
4. Frydenberg E. *Coping and the challenge of resilience*. London: Palgrave Macmillan, 2017. 255 p.
5. Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1996). Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. *Journal of Family Psychology*, 10(3). P. 243-268.
6. Greene R. W. *The explosive child: A new approach for understanding and parenting easily frustrated, chronically inflexible children*. New York: Harper Collins, 2014. 318 p.
7. Groh A. M., Fearon R. P., Bakermans-Kranenburg M. J., van IJzendoorn M. H., Steele R. D., Roisman G. I. (2014) The significance of attachment security for children's social competence with peers: A meta-analytic study. *Attachment & Human Development*. 2014. 16(2). P. 103-136.

КЛИМІНА КАТЕРИНА СЕРГІЇВНА, студентка МП-2 «Психологія» НаУКМА

ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ ТА АДАПТАЦІЯ ЖІНОК, ЯКІ ПЕРЕСЕЛИЛИСЯ ДО НІМЕЧЧИНИ ЧЕРЕЗ ВІЙНУ В УКРАЇНІ

Повномасштабне вторгнення Російської Федерації в Україну 24 лютого 2022 року спричинило одну з найбільших хвиль вимушеної міграції в Європі з часів Другої світової війни. Мільйони українців були змушені залишити свої домівки у пошуках безпеки, серед яких переважно більшість становлять жінки з дітьми. Гендерна специфіка цієї міграції зумовлена мобілізаційними обмеженнями для чоловіків та покладенням на жінок відповідальності за фізичну, емоційну й соціальну адаптацію сім'ї у новому середовищі.

Вимушене переселення в умовах війни не обмежується лише географічною зміною місця проживання. Воно супроводжується втратою дому, звичного способу життя, соціальних ролей, професійної ідентичності, а також тривалим станом невизначеності щодо майбутнього. Для багатьох жінок цей досвід поєднується з безпосереднім переживанням травматичних подій — обстрілів, втрати близьких, розлуки з партнерами, що істотно підвищує ризик розвитку депресивних і тривожних розладів.

Разом із тим, емпіричні та клінічні спостереження свідчать, що реакції жінок на подібні обставини є гетерогенними. Попри подібність зовнішніх умов, одні жінки демонструють високий рівень психологічної дезадаптації, тоді як інші зберігають функціональність, здатність до саморегуляції та поступової інтеграції у нове соціальне середовище. Це зумовлює зростаючий науковий інтерес до феномену психологічної резильєнтності як ключового ресурсу адаптації в умовах хронічного стресу та травми.