Міністерство освіти і науки України
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія»
Кафедра практичної психології та інноваційних оздоровчих технологій

До захисту допущено

кафедрою практичної психології та інноваційних оздоровчих технологій

протокол №____ від _____

завідувач кафедри _____/ *Наталія КУЧЕРЕНКО*___

(підпис) (ім'я, прізвище)

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

здобувача освіти першого(бакалаврського) рівня вищої
освіти (першого (бакалаврського) / другого (магістерського))

тема роботи "Взаємозв'язок стилю виховання та рівня самоконтролю у підлітків"

Спеціальність (спеціалізація) 053 Психологія
(код та найменування спеціальності; спеціалізації спеціальності)

Освітня програма Практична психологія
(назва освітньої програми)

Здобувач _____/ Владислав СОЛОВЙОВ

(підпис) (ім'я, прізвище)

Науковий керівник _____/ Олена ХАРЦІЙ

(підпис) (ім'я, прізвище)

Харків – 2026

Міністерство освіти і науки України
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія»
Кафедра практичної психології та інноваційних оздоровчих технологій

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Завідувач кафедри

_____
(ім'я, прізвище)

_____
(підпис)

«__» _____ 2026 року

ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

здобувача першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

СОЛОВЙОВ Владислав Олександрович

(прізвище, ім'я, по батькові здобувача)

Спеціальність (спеціалізація) 053 Психологія

(код та найменування спеціальності; спеціалізації спеціальності)

Освітня програма Практична психологія

(назва освітньої програми)

1. Тема роботи: "Взаємозв'язок стилю виховання та рівня самоконтролю у підлітків"

керівник роботи Харцій Олена Миколаївна, доцент кафедри практичної психології

(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом по Університету від «_15_» грудня 2025 року, №4801-5/4400_

2. Строк подання здобувачем роботи: «25» травня 2026 року

3.Завдання, які потрібно розробити:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми самоконтролю та сімейного виховання у сучасній психологічній літературі.
2. Провести емпіричне дослідження рівня самоконтролю у підлітків.
3. Встановити взаємозв'язок між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю.

4.План роботи

№ з/п	Назва етапів роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Визначення мети, об’єкту та предмету дослідження.		
2	Теоретичне дослідження обраної теми роботи		
3	Описання методик. Обробка результатів дослідження та їх інтерпретація Оформлення другої половини 2 розділу кваліфікаційної роботи		
4	Завершення роботи над практичною частиною Оформлення кваліфікаційної роботи та підготовка до захисту.		

3. Дата видачі завдання: «_16_» грудня 2026 року

Здобувач вищої освіти_____/В л а д и с л а в СОЛОВЙОВ
(підпис) (ім’я, прізвище)

Керівник роботи _____/ Олена ХАРЦІЙ

(ім’я, прізвище)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота містить: 75 сторінок, 1 рисунок, 4 таблиці, 39 використаних літературних джерел, додатки.

Об'єкт дослідження: процес формування самоконтролю у підлітковому віці.

Предмет дослідження: взаємозв'язок стилю сімейного виховання та рівня самоконтролю у підлітків.

Мета дослідження: теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження взаємозв'язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків, а також виявлення особливостей впливу сімейного середовища на розвиток саморегуляції особистості.

Основні задачі дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми самоконтролю та сімейного виховання у сучасній психологічній літературі.
2. озглянути психологічні особливості підліткового віку та їх вплив на формування саморегуляції.
3. характеризувати основні стилі сімейного виховання та їх психологічні наслідки.
4. Провести емпіричне дослідження рівня самоконтролю у підлітків.
5. Визначити особливості стилів сімейного виховання у досліджуваній вибірці.
6. Встановити взаємозв'язок між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю.
7. Проаналізувати отримані результати та сформулювати висновки.

Методи дослідження: аналіз наукової літератури, психодіагностичне тестування, анкетування, порівняльний аналіз, методи математичної статистики (кореляційний аналіз).

Практична значущість дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у роботі практичних психологів, педагогів,соціальних працівників для підвищення ефективності виховного процесу, профілактики поведінкових труднощів у підлітків та розвитку навичок самоконтролю і саморегуляції.

Ключові слова: самоконтроль, підлітковий вік, сімейне виховання, стиль виховання, саморегуляція, емоційна поведінка, соціалізація.

ABSTRACT

The qualification thesis contains: 75 pages, 1 figures, 4 tables, 39 references, appendices.

Object of the study: the process of self-control development in adolescence.

Subject of the study: the relationship between parenting styles and the level of self-control in adolescents.

Aim of the study: to theoretically substantiate and empirically investigate the relationship between parenting styles and the level of self-control in adolescents, as well as to identify the influence of the family environment on the development of self-regulation in personality.

Main objectives of the study:

1. To conduct a theoretical analysis of self-control and parenting styles in contemporary psychological literature.
2. To examine the psychological characteristics of adolescence and their influence on self-regulation development.
3. To describe the main parenting styles and their psychological effects on adolescent development.
4. To carry out an empirical study of adolescents' self-control levels.
5. To identify parenting style features in the studied sample.
6. To determine the relationship between parenting styles and self-control levels.
7. To analyze the obtained results and formulate conclusions.

Research methods: theoretical analysis of scientific literature, psychodiagnostic testing, questionnaire method, comparative analysis, and statistical methods (correlation analysis)

ЗМІСТ

ВСТУП.....7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБЛИВОСТЕЙ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ ТА САМОКОНТРОЛЮ У ПІДЛІТКІВ.....11
1.1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМОКОНТРОЛЮ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ 11
1.2 ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ НА РОЗВИТОК САМОКОНТРОЛЮ У ПІДЛІТКІВ.....18
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1.....26
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СТИЛЮ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ ТА РІВНЯ САМОКОНТРОЛЮ У ПІДЛІТКІВ.....29
2.1 ХАРАКТЕРИСТИКА ВИБІРКИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....29
2.2 МЕТОДИ ТА МЕТОДИКИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....32
2.3 ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ПРОВЕДЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ 38
2.4 АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....44
2.5 АНАЛІЗ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ СТИЛЕМ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ ТА РІВНЕМ САМОКОНТРОЛЮ У ПІДЛІТКІВ.....51
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2.....57
ВИСНОВКИ.....61
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....66

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасний етап розвитку суспільства характеризується суттєвим зростанням вимог до особистості, її поведінкової зрілості, здатності до саморегуляції, відповідальності та усвідомленого прийняття рішень. У цьому контексті особливого значення набуває така психологічна характеристика, як самоконтроль, який виступає ключовим механізмом регуляції поведінки та емоційної сфери людини. Самоконтроль забезпечує здатність особистості керувати власними діями, стримувати імпульсивні реакції, планувати діяльність, оцінювати наслідки власних вчинків та діяти відповідно до соціальних норм і вимог.

Значущість дослідження самоконтролю особливо зростає у підлітковому віці, який є одним із найбільш складних і суперечливих етапів онтогенезу. Саме в цей період відбуваються інтенсивні фізіологічні, психологічні та соціальні зміни, що істотно впливають на формування особистості. Підліток поступово переходить від дитячої залежності до прагнення самостійності, активно формує власну систему цінностей, розширює соціальні зв’язки та намагається визначити своє місце у суспільстві. Водночас цей вік характеризується підвищеною емоційною нестабільністю, імпульсивністю, схильністю до ризикованої поведінки та недостатньо сформованими механізмами саморегуляції.

У зв’язку з цим особливого значення набуває вивчення факторів, які впливають на розвиток самоконтролю у підлітків. Одним із ключових таких факторів є сімейне виховання, оскільки саме сім’я виступає первинним і найважливішим середовищем соціалізації особистості. У сім’ї дитина вперше засвоює норми поведінки, моральні цінності, способи взаємодії з іншими людьми, а також формує базові моделі емоційного реагування та саморегуляції.

Сімейне виховання визначає не лише загальний напрям розвитку особистості, але й специфіку формування її психологічних якостей. Особливо важливим у цьому контексті є стиль батьківського виховання, який відображає характер емоційного ставлення до дитини, рівень вимогливості, ступінь контролю та підтримки, а також міру надання самостійності. Саме ці параметри визначають умови, в яких формується самоконтроль як здатність до внутрішньої регуляції поведінки.

Наукові дослідження у галузі психології розвитку свідчать, що найбільш сприятливими умовами для формування самоконтролю є гармонійне поєднання емоційної підтримки, послідовності вимог та помірного рівня контролю. У таких умовах у дитини формується внутрішня відповідальність, здатність до самостійного прийняття рішень та усвідомленої регуляції власної поведінки. Натомість надмірно жорсткий (авторитарний) або надмірно поблажливий (ліберальний) стиль виховання може негативно впливати на розвиток самоконтролю, сприяючи формуванню або надмірної залежності від зовнішнього контролю, або імпульсивності та недостатньої структурованості поведінки.

Таким чином, проблема взаємозв’язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю є актуальною як у теоретичному, так і в практичному аспекті. Її дослідження дозволяє глибше зрозуміти закономірності формування поведінкових і емоційних характеристик підлітків, а також створити підґрунтя для розробки ефективних психолого-педагогічних рекомендацій для батьків, педагогів і практичних психологів.

Окремо слід зазначити, що дана проблематика активно досліджувалася як вітчизняними, так і зарубіжними науковцями. У науковій літературі значну увагу приділено вивченню ролі сім’ї у процесі соціалізації особистості, особливостей батьківського ставлення та його впливу на формування поведінкових стратегій дитини. Водночас, незважаючи на значну кількість досліджень, проблема взаємозв’язку стилів сімейного виховання та рівня

самоконтролю у підлітків залишається недостатньо розкритою, особливо в умовах сучасних соціальних трансформацій, що зумовлює необхідність подальшого наукового вивчення.

Мета та завдання дослідження:

У зв'язку з актуальністю зазначеної проблеми було обрано тему дипломного дослідження: «Взаємозв'язок стилю виховання та рівня самоконтролю у підлітків».

Об'єкт дослідження:

Самоконтроль особистості у підлітковому віці.

Предмет дослідження:

Взаємозв'язок стилів сімейного виховання та рівня самоконтролю у підлітків.

Мета дослідження:

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та емпіричне вивчення взаємозв'язку між стилями сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків.

Завдання дослідження:

Для досягнення поставленої мети було визначено такі завдання:

1. Здійснити теоретичний аналіз наукової психолого-педагогічної літератури з проблеми стилів сімейного виховання та формування самоконтролю у підлітковому віці.
2. Розкрити психологічні особливості підліткового віку та визначити основні чинники формування самоконтролю особистості.
3. Дослідити особливості стилів сімейного виховання у вибірці респондентів.
4. Визначити рівень самоконтролю у підлітків за допомогою психодіагностичних методик.
5. Встановити наявність та характер взаємозв'язку між стилями сімейного виховання та рівнем самоконтролю.

6. Розробити практичні рекомендації щодо оптимізації сімейного виховання та розвитку самоконтролю у підлітків.

Методологічна основа дослідження

Методологічну основу дослідження становлять положення сучасної вікової, педагогічної та диференціальної психології щодо закономірностей розвитку особистості у підлітковому віці, формування саморегуляції та впливу сімейного середовища на психічний розвиток дитини. У роботі враховано підходи, які розглядають сім'ю як провідний інститут соціалізації, що визначає базові механізми поведінки та емоційного реагування особистості.

Емпіричне дослідження базується на принципах об'єктивності, системності та комплексності аналізу психологічних явищ. Використання психодіагностичних методик дозволило отримати достовірні дані щодо рівня самоконтролю та стилів сімейного виховання у досліджуваній вибірці.

Практичне значення дослідження

Практичне значення отриманих результатів полягає в можливості їх використання у діяльності практичних психологів, педагогів та соціальних працівників. Результати дослідження можуть бути застосовані для:

- діагностики рівня самоконтролю у підлітків;
- виявлення особливостей сімейного виховання;
- розробки індивідуальних програм психологічного супроводу;
- профілактики девіантної поведінки у підлітковому середовищі;
- підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ ТА САМОКОНТРОЛЮ У ПІДЛІТКІВ

1.1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМОКОНТРОЛЮ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

У процесі роботи над темою дослідження було проаналізовано особливості формування самоконтролю у підлітковому віці та чинники, які впливають на його розвиток. Самоконтроль є однією з ключових психологічних якостей особистості, що забезпечує здатність людини керувати власними емоціями, поведінкою, рішеннями та діями відповідно до соціальних норм, особистих переконань і життєвих цілей. Саме завдяки самоконтролю людина може стримувати імпульсивні реакції, аналізувати ситуацію та приймати усвідомлені рішення.

У ході аналізу наукової літератури було встановлено, що проблема розвитку самоконтролю особливо актуальна саме у підлітковому віці. Це пояснюється тим, що даний період характеризується значними фізіологічними, психологічними та соціальними змінами. У підлітків відбувається активне формування особистості, змінюється система цінностей, формується світогляд, зростає прагнення до самостійності та незалежності. Водночас виникають труднощі, пов'язані з емоційною нестабільністю та недостатньо сформованими навичками саморегуляції.

Підлітковий вік характеризується високим рівнем емоційної чутливості, імпульсивності та нестабільністю настрою. Реакції підлітків нерідко є різкими та непередбачуваними, а емоційні стани можуть швидко змінюватися. У багатьох випадках підлітки болісно реагують на критику, прагнуть довести власну самостійність та відстояти особисті межі. Через недостатній життєвий досвід і незавершене формування навичок саморегуляції рівень самоконтролю у цьому віці часто є недостатньо стійким.

У процесі дослідження було встановлено, що рівень розвитку самоконтролю у підлітків залежить від багатьох факторів. Одним із найбільш значущих чинників є сімейне середовище, зокрема атмосфера в родині, стиль виховання, характер взаємин між батьками та дитиною, рівень підтримки й емоційної близькості. Саме у сім'ї дитина вперше засвоює правила поведінки, навчається контролювати власні емоції, дотримуватися соціальних норм та будувати взаємодію з іншими людьми.

Крім сімейного виховання, важливий вплив на формування самоконтролю мають індивідуально-психологічні особливості підлітка, рівень самооцінки, відповідальності, а також вплив найближчого соціального оточення. У сучасних умовах значного впливу набуває інформаційний простір, оскільки підлітки постійно стикаються з великим обсягом інформації, емоційним перенавантаженням та високим рівнем стресу, що ускладнює процес саморегуляції.

Саме тому вивчення процесу формування самоконтролю у підлітковому віці є надзвичайно актуальним. Дослідження даної проблеми дає можливість краще зрозуміти причини виникнення поведінкових труднощів у підлітків, а також визначити ефективні способи розвитку навичок саморегуляції та емоційної стійкості.

У процесі опрацювання наукових джерел було встановлено, що самоконтроль у підлітковому віці безпосередньо пов'язаний із процесом становлення особистості. Саме в цей період підліток поступово переходить від зовнішнього контролю з боку дорослих до формування власної системи переконань, принципів і внутрішніх норм поведінки. Підлітки прагнуть самостійно приймати рішення та розуміти причини певних вимог, а не лише виконувати вказівки дорослих. У зв'язку з цим внутрішній контроль поведінки ще не є достатньо сформованим і часто залежить від емоційного стану або зовнішніх обставин.

У ході дослідження було також виявлено, що для багатьох підлітків характерне прагнення до самостійності при недостатньо сформованій відповідальності за власні вчинки. Підлітки прагнуть незалежності, однак не завжди можуть об’єктивно оцінити наслідки власних рішень та дій. Це нерідко стає причиною конфліктів із батьками, учителями та однолітками. У подібних ситуаціях рівень самоконтролю проявляється особливо яскраво: одні підлітки здатні контролювати емоції та знаходити компроміс, тоді як інші демонструють імпульсивність, агресивність або надмірну емоційність.

Особливу увагу було приділено взаємозв’язку самоконтролю з емоційною сферою особистості підлітка. Якщо дитина не вміє усвідомлювати та регулювати власні емоції, їй значно складніше контролювати поведінку. Сильні емоційні переживання, такі як образа, тривога чи гнів, можуть спричиняти конфлікти, різкі реакції та необдумані вчинки. Саме тому розвиток емоційної стійкості є важливою умовою формування самоконтролю.

У процесі дослідження було встановлено, що важливе значення має стиль взаємодії батьків із підлітком. За умов наявності підтримки, довіри, поваги до думки дитини та одночасного дотримання чітких правил і меж підлітку значно легше навчитися контролювати власну поведінку. У таких умовах формується внутрішня відповідальність та здатність до усвідомленої саморегуляції.

Натомість у сім’ях, де переважають конфлікти, надмірна жорсткість або повна відсутність контролю, у підлітків частіше спостерігаються труднощі із саморегуляцією. Це може проявлятися у протестній поведінці, підвищеній агресивності, емоційній нестабільності або, навпаки, у невпевненості в собі, пасивності та труднощах в організації власної діяльності. Таким чином, сімейне середовище виступає одним із ключових факторів розвитку самоконтролю у підлітковому віці.

Крім того, значний вплив на сучасних підлітків мають соціальні мережі та інформаційний простір. Постійний потік інформації, швидка зміна подій та

високий рівень емоційного навантаження ускладнюють процес саморегуляції. Підліткам часто важко контролювати власний час, емоційні реакції та здатність концентрувати увагу на важливих завданнях.

Проблема розвитку самоконтролю є надзвичайно важливою ще й тому, що саме ця якість значною мірою визначає подальшу успішність особистості у дорослому житті. Від здатності людини контролювати власну поведінку залежить ефективність міжособистісної взаємодії, успішність навчання та професійної діяльності, уміння долати труднощі й приймати відповідальні рішення. Особи з високим рівнем самоконтролю краще адаптуються до нових умов, ефективніше справляються зі стресом та більш усвідомлено ставляться до власних вчинків.

У ході дослідження було зроблено висновок, що самоконтроль не є вродженою якістю, яка формується автоматично. Це складний психологічний процес, розвиток якого залежить від сімейного виховання, індивідуально-психологічних особливостей, соціального середовища та життєвого досвіду особистості. Саме тому важливим завданням є створення сприятливих умов для розвитку у підлітків відповідальності, емоційної врівноваженості та здатності до усвідомленого контролю власної поведінки.

Підсумовуючи результати теоретичного аналізу, можна зробити висновок, що сімейне виховання відіграє надзвичайно важливу роль у формуванні особистості підлітка. Атмосфера в родині, стиль взаємин між батьками та дитиною, рівень підтримки та емоційної близькості значною мірою впливають на розвиток самоконтролю та здатності до саморегуляції у підлітковому віці.

Важливим аспектом формування самоконтролю у підлітковому віці є розвиток самосвідомості та здатності до самоаналізу. Саме у підлітковому віці особистість починає більш активно оцінювати власні вчинки, аналізувати поведінку та порівнювати себе з іншими людьми. Підлітки прагнуть зрозуміти власне місце у суспільстві, сформувати індивідуальну систему цінностей та

визначити особисті життєві орієнтири. У зв’язку з цим процес розвитку самоконтролю тісно пов’язаний із формуванням внутрішньої відповідальності та здатності критично оцінювати власні дії.

У процесі дорослішання підліток поступово переходить від зовнішнього контролю до внутрішнього. Якщо у молодшому віці поведінка дитини значною мірою регулюється вимогами батьків, учителів та інших дорослих, то у підлітковому віці виникає прагнення до самостійного прийняття рішень. Саме в цей період особливо важливою стає здатність особистості контролювати власні емоції, поведінкові реакції та вчинки без постійного зовнішнього контролю. Однак через недостатній життєвий досвід та емоційну нестабільність цей процес часто супроводжується труднощами.

Психологи зазначають, що самоконтроль є складною багатокомпонентною системою, яка включає емоційний, поведінковий та когнітивний компоненти. Емоційний компонент пов’язаний зі здатністю людини контролювати власні переживання, стримувати агресію, тривогу або надмірне емоційне збудження. Поведінковий компонент проявляється у здатності дотримуватися соціальних норм, правил поведінки та контролювати власні дії. Когнітивний компонент передбачає вміння аналізувати ситуацію, прогнозувати наслідки власних вчинків та приймати усвідомлені рішення. У підлітковому віці всі зазначені компоненти ще перебувають у процесі активного формування.

Особливу роль у розвитку самоконтролю відіграє рівень сформованості відповідальності у підлітка. Відповідальність сприяє усвідомленню наслідків власних дій та формує здатність приймати обґрунтовані рішення. Якщо підліток привчається нести відповідальність за власні вчинки, виконувати певні обов’язки та дотримуватися встановлених правил, у нього поступово формується внутрішня дисципліна та здатність до саморегуляції. Натомість відсутність відповідальності або надмірна опіка з боку дорослих можуть ускладнювати процес формування самоконтролю.

У сучасних умовах проблема розвитку самоконтролю набуває особливого значення через високий рівень психологічного навантаження, який переживають підлітки. Значний вплив на емоційний стан молоді мають навчальні навантаження, труднощі соціальної адаптації, міжособистісні конфлікти, а також постійна присутність у цифровому інформаційному просторі. Підлітки часто стикаються з емоційним перенавантаженням, що негативно впливає на здатність контролювати власні реакції та поведінку.

Одним із важливих чинників формування самоконтролю є самооцінка особистості. Підлітки з адекватною самооцінкою зазвичай краще контролюють власну поведінку, більш впевнено приймають рішення та ефективніше справляються зі стресовими ситуаціями. Водночас занижена самооцінка може спричиняти невпевненість у собі, підвищену тривожність та труднощі у міжособистісній взаємодії. Завищена самооцінка також може негативно впливати на поведінку підлітка, оскільки нерідко супроводжується імпульсивністю, конфліктністю та небажанням визнавати власні помилки.

У процесі теоретичного аналізу було встановлено, що важливу роль у розвитку самоконтролю відіграє емоційний клімат у сім’ї. Атмосфера підтримки, довіри та взаєморозуміння сприяє формуванню у підлітка відчуття психологічної безпеки. За таких умов підліток легше навчається контролювати власні емоції та поведінку, оскільки не відчуває постійного страху покарання або психологічного тиску. Натомість у сім’ях із конфліктними взаєминами, жорсткими методами виховання або емоційною відстороненістю батьків значно частіше виникають труднощі у формуванні самоконтролю.

Також важливо враховувати вплив однолітків на поведінку підлітка. У підлітковому віці значно зростає потреба у спілкуванні та визнанні з боку ровесників. Саме тому підлітки часто орієнтуються на думку друзів та прагнуть відповідати нормам певної соціальної групи. Якщо найближче оточення підтримує позитивні моделі поведінки, це може сприяти розвитку відповідальності та самоконтролю. Водночас негативний вплив однолітків

здатний провокувати імпульсивну поведінку, порушення соціальних норм та труднощі саморегуляції.

У ході дослідження було встановлено, що важливе значення для розвитку самоконтролю має рівень сформованості навичок планування власної діяльності. Підлітки, які вміють організовувати свій час, ставити цілі та контролювати виконання завдань, зазвичай демонструють вищий рівень саморегуляції. Формування навичок самоорганізації сприяє розвитку дисциплінованості, відповідальності та здатності долати труднощі.

Особливу увагу необхідно приділити впливу стресових ситуацій на поведінку підлітків. У підлітковому віці емоційні переживання часто сприймаються надзвичайно гостро, що може призводити до різких змін настрою та імпульсивних реакцій. За недостатньо сформованого самоконтролю підлітки можуть демонструвати агресивність, замкнутість, конфліктність або уникнення відповідальності. Саме тому важливим завданням сім'ї та освітнього середовища є створення умов для розвитку емоційної стійкості та навичок конструктивного подолання труднощів.

У процесі дослідження також було встановлено, що розвиток самоконтролю безпосередньо пов'язаний із формуванням моральних цінностей особистості. Якщо підліток усвідомлює значення моральних норм та відповідальності за власну поведінку, це сприяє більш усвідомленому контролю власних дій. Формування моральних переконань відбувається під впливом сімейного виховання, освітнього середовища, соціального оточення та особистого життєвого досвіду.

Крім того, важливу роль у формуванні самоконтролю відіграє здатність підлітка до рефлексії. Рефлексія дозволяє людині аналізувати власні переживання, оцінювати поведінку та робити висновки щодо власних помилок. Саме завдяки розвитку рефлексії підліток поступово навчається більш усвідомлено ставитися до власних дій та контролювати поведінкові реакції у складних життєвих ситуаціях.

Таким чином, процес формування самоконтролю у підлітковому віці є складним та багатогранним. Його розвиток залежить від великої кількості чинників, серед яких особливе значення мають сімейне виховання, емоційний клімат у родині, рівень підтримки з боку батьків, особливості соціального середовища, самооцінка та індивідуально-психологічні особливості особистості. Саме тому проблема розвитку самоконтролю потребує комплексного підходу та подальшого наукового вивчення.

Підсумовуючи результати теоретичного аналізу, можна зробити висновок, що самоконтроль є однією з найважливіших психологічних характеристик особистості, яка формується поступово в процесі соціалізації та виховання. Розвиток самоконтролю у підлітковому віці значною мірою визначає подальшу успішність особистості, її здатність до ефективної взаємодії з оточенням, відповідальної поведінки та психологічної стійкості у складних життєвих ситуаціях.

1.2 ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ НА РОЗВИТОК САМОКОНТРОЛЮ У ПІДЛІТКІВ

Предметом даного дослідження є вплив стилю сімейного виховання на формування самоконтролю у підлітків. Актуальність цієї проблеми зумовлена тим, що рівень розвитку самоконтролю значною мірою визначає здатність особистості регулювати власну поведінку, емоції та діяльність відповідно до соціальних норм, моральних принципів і вимог суспільства. У сучасних умовах розвитку соціуму проблема саморегуляції набуває особливої актуальності, оскільки підлітки щоденно стикаються з великою кількістю емоційних, інформаційних та соціальних навантажень, що потребують сформованих навичок контролю поведінки та емоційних реакцій.

Самоконтроль є важливою складовою психологічної зрілості особистості. Він дозволяє людині не лише стримувати імпульсивні дії, але й прогнозувати наслідки власної поведінки, приймати відповідальні рішення та

дотримуватися соціально прийнятних норм. Особливо важливим формування самоконтролю є саме у підлітковому віці, коли відбувається активне становлення самосвідомості, формування характеру, моральних цінностей та особистісної ідентичності.

Сім'я є основним соціальним середовищем, у якому відбувається первинне формування особистості дитини. Саме у сімейному колі дитина засвоює перші моделі поведінки, вчиться реагувати на життєві труднощі, взаємодіяти з іншими людьми та дотримуватися певних правил і норм. Значний вплив на цей процес мають батьки, оскільки саме вони виступають прикладом поведінки, формують систему вимог та визначають особливості взаємодії з дитиною. У зв'язку з цим можна стверджувати, що стиль сімейного виховання безпосередньо впливає на формування самоконтролю у підлітковому віці.

Поняття стилю сімейного виховання включає не лише рівень суворості або наявність певних правил, але й характер емоційної взаємодії між батьками та дитиною, рівень підтримки, довіри, поваги до особистості підлітка та можливість самостійного прийняття рішень. Стиль виховання визначає психологічний клімат у сім'ї, що безпосередньо впливає на емоційний стан підлітка, його самооцінку та здатність до саморегуляції.

У процесі дослідження було встановлено, що демократичний стиль виховання позитивно впливає на розвиток самоконтролю у підлітків. За умов підтримки, довіри та надання певної свободи підлітки краще усвідомлюють наслідки власних дій, вчаться приймати відповідальні рішення та поступово формують внутрішній самоконтроль. Такий стиль виховання сприяє розвитку відповідальності, самостійності та здатності до саморегуляції. Крім того, демократичний стиль створює сприятливі умови для формування адекватної самооцінки та впевненості у власних можливостях, що позитивно впливає на емоційну стабільність підлітка.

Важливо зазначити, що в умовах демократичного стилю виховання підліток не лише дотримується встановлених правил через зовнішній контроль, але й поступово починає усвідомлювати необхідність самостійного регулювання власної поведінки. Це сприяє розвитку внутрішньої відповідальності та формуванню зрілих механізмів саморегуляції. У таких сім'ях батьки частіше підтримують відкритий діалог із дитиною, пояснюють причини своїх вимог та враховують думку підлітка, що позитивно впливає на його психологічний розвиток.

Авторитарний стиль виховання, який характеризується надмірним контролем, жорсткими вимогами та обмеженням самостійності дитини, має суперечливий вплив на розвиток особистості. З одного боку, він сприяє формуванню дисципліни та організованості, однак з іншого — може негативно впливати на емоційний стан підлітка, викликати підвищений рівень тривожності, емоційної напруги та труднощі у самостійному регулюванні власної поведінки.

За умов авторитарного виховання підлітки часто звикають орієнтуватися переважно на зовнішній контроль, а не на внутрішні механізми саморегуляції. У результаті це може призводити до залежності від думки авторитетних осіб, невпевненості у власних рішеннях та труднощів у ситуаціях, де необхідно самостійно приймати рішення та нести відповідальність за власні вчинки. Крім того, надмірна жорсткість у вихованні інколи сприяє накопиченню внутрішньої напруги, що може проявлятися у протестній поведінці або емоційній нестабільності.

Ліберальний стиль виховання, навпаки, характеризується недостатнім рівнем контролю та мінімальною кількістю обмежень. За відсутності чітких правил і вимог у підлітків можуть виникати труднощі з формуванням самодисципліни, відповідальності та здатності контролювати власну поведінку. У таких умовах підліткам складніше навчитися дотримуватися соціальних норм і планувати власну діяльність.

Також необхідно зазначити, що надмірна поблажливість з боку батьків може створювати у підлітка хибне уявлення про відсутність відповідальності за власні дії. У майбутньому це здатне негативно впливати на процес соціальної адаптації особистості, оскільки підліток може відчувати труднощі у ситуаціях, де необхідні дисциплінованість, самоконтроль та здатність дотримуватися встановлених правил.

Важливим фактором формування самоконтролю є емоційна підтримка з боку батьків. За умов позитивної емоційної атмосфери в сім'ї у підлітків формується впевненість у собі, підвищується рівень емоційної стійкості та здатність ефективніше долати стресові ситуації. Емоційна підтримка допомагає дитині відчувати психологічну безпеку, що є важливою умовою гармонійного розвитку особистості.

Крім того, позитивний емоційний контакт між батьками та підлітком сприяє розвитку довіри, відкритості та здатності до конструктивного вирішення конфліктів. Саме через взаємодію з батьками підліток засвоює способи реагування на труднощі, навчається контролювати власні емоції та будувати ефективні міжособистісні взаємини.

Підлітковий вік є важливим етапом становлення особистості, оскільки саме у цей період активно формуються самосвідомість, моральні цінності, здатність до самоаналізу та контролю власної поведінки. У зв'язку з цим сімейне виховання набуває особливого значення, адже воно може суттєво впливати на подальший особистісний розвиток підлітка, його емоційну стабільність та здатність адаптуватися до соціальних вимог.

Також важливо враховувати, що вплив сімейного виховання на формування самоконтролю не є миттєвим процесом. Він формується поступово впродовж усього дитинства та підліткового віку через щоденну взаємодію дитини з батьками, систему вимог, рівень підтримки та особливості емоційного клімату в сім'ї. Саме тому стабільність виховних підходів і

послідовність батьківських вимог мають важливе значення для гармонійного розвитку особистості.

Таким чином, результати дослідження дають можливість краще зрозуміти особливості впливу різних стилів сімейного виховання на формування самоконтролю та механізмів саморегуляції у підлітковому віці. Це дозволяє комплексно проаналізувати взаємозв'язок між сімейною атмосферою, особливостями виховання та розвитком особистості підлітка. Отримані результати підтверджують важливу роль сім'ї у формуванні психологічної зрілості особистості та підкреслюють необхідність створення сприятливих умов для розвитку самостійності, відповідальності та емоційної стійкості у підлітків.

У процесі теоретичного аналізу проблеми було встановлено, що сімейне виховання є одним із ключових факторів формування особистості підлітка та розвитку його здатності до самоконтролю. Саме у сім'ї дитина вперше засвоює норми поведінки, вчиться взаємодіяти з іншими людьми, контролювати власні емоції та реагувати на життєві труднощі. Сімейне середовище виступає первинним соціальним простором, у якому закладаються основи саморегуляції, відповідальності та емоційної стійкості особистості.

У підлітковому віці значно зростає потреба у самостійності та незалежності. Підлітки прагнуть самостійно приймати рішення, відстоювати власну позицію та формувати особисту систему цінностей. У зв'язку з цим особливого значення набуває стиль взаємодії батьків із дитиною, оскільки саме від нього значною мірою залежить формування внутрішнього самоконтролю та відповідального ставлення до власної поведінки.

Сімейне виховання впливає не лише на поведінкову сферу особистості, але й на емоційний стан підлітка, його самооцінку, рівень впевненості у собі та здатність ефективно долати труднощі. За умов сприятливого психологічного клімату у сім'ї у підлітків формується відчуття безпеки, довіри

та підтримки, що позитивно впливає на розвиток емоційної врівноваженості та здатності контролювати власні реакції.

У процесі дослідження було встановлено, що важливим фактором розвитку самоконтролю є послідовність виховних впливів. Якщо вимоги батьків є зрозумілими, стабільними та логічними, підліток поступово навчається дотримуватися встановлених правил і контролювати власну поведінку. Натомість суперечливі або нестабільні вимоги можуть викликати у дитини внутрішню невизначеність, труднощі у саморегуляції та порушення дисципліни.

Особливу роль у формуванні самоконтролю відіграє рівень емоційної близькості між батьками та підлітком. За умов довірливих взаємин підліток значно легше сприймає поради батьків, відкрито обговорює власні труднощі та поступово формує здатність до усвідомленого контролю власної поведінки. Емоційна підтримка сприяє розвитку впевненості у собі та зниженню рівня тривожності, що позитивно впливає на психологічну стійкість особистості.

Крім того, важливе значення має особистий приклад батьків. Діти значною мірою засвоюють моделі поведінки через спостереження за дорослими. Якщо батьки демонструють врівноваженість, відповідальність, здатність контролювати емоції та конструктивно вирішувати конфлікти, підліток поступово переймає подібні моделі поведінки. Натомість агресивна або емоційно нестабільна поведінка батьків може негативно впливати на процес формування самоконтролю.

У ході теоретичного аналізу було встановлено, що демократичний стиль виховання є найбільш сприятливим для гармонійного розвитку особистості підлітка. Даний стиль поєднує вимогливість із повагою до особистості дитини, підтримку самостійності та наявність чітких правил поведінки. У таких сім’ях підліток має можливість висловлювати власну думку, брати участь у прийнятті рішень та відчувати відповідальність за власні вчинки.

За умов демократичного стилю виховання батьки не лише контролюють поведінку дитини, але й пояснюють причини певних вимог та обмежень. Це сприяє формуванню усвідомленого ставлення до правил поведінки та розвитку внутрішньої дисципліни. Підліток поступово навчається самостійно оцінювати наслідки власних дій та приймати відповідальні рішення без постійного зовнішнього контролю.

Авторитарний стиль виховання характеризується жорстким контролем, високим рівнем вимог та недостатнім урахуванням емоційних потреб дитини. У таких умовах підлітки нерідко відчувають психологічний тиск, страх покарання та труднощі у відкритому вираженні власних емоцій. Хоча авторитарне виховання може сприяти формуванню дисциплінованості, воно часто не забезпечує розвитку внутрішнього самоконтролю та самостійності.

Підлітки, які виховуються в умовах надмірної жорсткості, нерідко орієнтуються переважно на зовнішній контроль та оцінку з боку дорослих. У результаті їм може бути складніше самостійно приймати рішення та контролювати власну поведінку у ситуаціях, де відсутній зовнішній контроль. Крім того, надмірна суворість здатна провокувати внутрішню напругу, протестну поведінку або підвищену тривожність.

Ліберальний стиль виховання, навпаки, характеризується недостатнім рівнем контролю та мінімальною кількістю вимог до поведінки дитини. У таких сім’ях підліткам часто надається надмірна свобода без чітко визначених меж та правил. Відсутність контролю може негативно впливати на розвиток самодисципліни та відповідальності, оскільки підліток не завжди здатний самостійно організувати власну діяльність та контролювати поведінку.

За умов ліберального виховання у підлітків можуть виникати труднощі з дотриманням соціальних норм, плануванням діяльності та відповідальним ставленням до власних обов’язків. Крім того, відсутність чітких меж нерідко ускладнює процес соціальної адаптації та формування зрілих механізмів саморегуляції.

У процесі дослідження було також встановлено, що надмірна емоційна дистанція між батьками та дитиною негативно впливає на розвиток самоконтролю. Якщо підліток не відчуває підтримки, розуміння та емоційної близькості з боку батьків, це може спричиняти підвищену тривожність, невпевненість у собі та труднощі у контролі власних емоцій. У подібних умовах підліток часто шукає підтримку поза межами сім'ї, що може підвищувати ризик негативного впливу соціального оточення.

Важливим фактором формування самоконтролю є також рівень конфліктності у сім'ї. Постійні сварки, напружені взаємини між батьками та нестабільна емоційна атмосфера негативно впливають на психічний стан підлітка. У таких умовах підвищується ризик емоційної нестабільності, агресивної поведінки та труднощів у саморегуляції. Підлітки, які постійно перебувають у конфліктному середовищі, нерідко демонструють імпульсивність, дратівливість та труднощі у контролі поведінки.

Особливу увагу необхідно приділити формуванню відповідальності у процесі сімейного виховання. Надання підлітку певних обов'язків, можливості приймати рішення та нести відповідальність за власні дії сприяє розвитку внутрішньої дисципліни та самоконтролю. Якщо батьки підтримують самостійність дитини та водночас допомагають усвідомити наслідки поведінки, це позитивно впливає на формування зрілої особистості.

У сучасних умовах значний вплив на підлітків мають інформаційні технології та соціальні мережі. Саме тому роль сім'ї у формуванні самоконтролю стає ще більш важливою. Батьки мають допомагати підліткам навчатися відповідально використовувати інформаційний простір, контролювати власний час та критично оцінювати отриману інформацію. Формування навичок саморегуляції у цифровому середовищі є важливою складовою сучасного виховання.

У ході теоретичного аналізу було встановлено, що процес формування самоконтролю є тривалим та залежить від багатьох чинників. Однак саме

сімейне середовище виступає основою, на якій формуються перші механізми саморегуляції, відповідальності та контролю поведінки. Від стилю виховання значною мірою залежить здатність підлітка адаптуватися до соціальних вимог, ефективно взаємодіяти з іншими людьми та конструктивно долати життєві труднощі.

Таким чином, сімейне виховання є одним із найважливіших чинників розвитку самоконтролю у підлітковому віці. Атмосфера у сім'ї, характер взаємин між батьками та дитиною, рівень підтримки, вимогливості та емоційної близькості безпосередньо впливають на формування особистості підлітка, його здатність до саморегуляції, відповідальної поведінки та психологічної стійкості.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

Після опрацювання теоретичного матеріалу першого розділу було встановлено, що проблема взаємозв'язку стилю сімейного виховання та рівня самоконтролю у підлітків є складною та багатогранною. Вона охоплює декілька напрямів психологічної науки, зокрема вікову психологію, психологію сім'ї та психологію особистості. У зв'язку з цим виникає необхідність узагальнення основних теоретичних положень, а також формулювання практичних рекомендацій, які випливають із проведеного аналізу наукових джерел.

Проведений теоретичний аналіз показав, що самоконтроль є одним із ключових компонентів розвитку особистості підлітка. Саме тому у процесі виховання доцільно приділяти особливу увагу формуванню навичок саморегуляції ще з раннього віку. Батькам і педагогам рекомендується не лише контролювати поведінку дитини, але й поступово формувати у неї здатність самостійно оцінювати власні дії, передбачати можливі наслідки та брати відповідальність за прийняті рішення. Такий підхід сприяє розвитку

внутрішнього контролю поведінки, який є більш стійким та ефективним у довготривалій перспективі.

Одним із важливих висновків теоретичного аналізу стало положення про те, що підлітковий вік є критичним періодом формування самоконтролю. У цей час відбуваються значні зміни в емоційній та когнітивній сферах, унаслідок чого підлітки часто демонструють імпульсивність, емоційну нестабільність та підвищену чутливість до зовнішніх впливів. У зв’язку з цим дорослим рекомендується будувати взаємодію з підлітками на основі довіри, підтримки та поваги до особистості, уникаючи надмірного контролю та авторитарного тиску. Саме такі умови сприяють формуванню здорової системи саморегуляції.

Особливу увагу слід приділяти стилю сімейного виховання, оскільки сім’я є першим і найбільш значущим середовищем соціалізації дитини. Теоретичний аналіз засвідчив, що найбільш сприятливим для розвитку самоконтролю є демократичний (авторитетний) стиль виховання, який поєднує емоційну підтримку, чіткі правила та повагу до особистості дитини. Саме такий стиль виховання сприяє поступовому формуванню внутрішньої дисципліни, відповідальності та здатності контролювати власну поведінку без постійного зовнішнього тиску.

Водночас необхідно враховувати, що надмірна гіперпротекція може негативно впливати на розвиток самостійності підлітка. У таких умовах дитина звикає до постійного контролю з боку дорослих і не формує власних механізмів саморегуляції. У зв’язку з цим батькам рекомендується поступово надавати підлітку більше автономії, дозволяти самостійно приймати рішення та нести відповідальність за їх наслідки.

Окремо слід відзначити негативний вплив гіпопротекції та емоційного відкидання. Проведений теоретичний аналіз показав, що недостатня увага та відсутність емоційної підтримки з боку батьків можуть призводити до формування низького рівня самоконтролю, імпульсивної поведінки та

труднощів соціальної адаптації. У таких випадках підліток нерідко не має чітких внутрішніх орієнтирів поведінки, що ускладнює процес розвитку саморегуляції. Саме тому важливим завданням сімейного виховання є підтримання емоційного контакту між батьками та дитиною навіть за складних життєвих обставин.

Важливу роль у формуванні самоконтролю підлітків також відіграють педагоги та практичні психологи. У навчальному середовищі доцільно впроваджувати елементи тренінгів емоційної саморегуляції, вправи на розвиток відповідальності, а також ситуації, які потребують самостійного прийняття рішень. Такий підхід дозволяє частково компенсувати можливі недоліки сімейного виховання та сприяє гармонійному розвитку особистості підлітка.

Крім того, результати теоретичного аналізу свідчать про необхідність комплексного підходу до розвитку самоконтролю, який передбачає взаємодію сім'ї, освітнього середовища та соціального оточення. Лише узгоджена діяльність усіх зазначених чинників може забезпечити повноцінний розвиток особистості підлітка та формування ефективних навичок саморегуляції.

Таким чином, результати теоретичного аналізу першого розділу дозволили сформувати цілісне уявлення про роль сімейного виховання у розвитку самоконтролю підлітків. Отримані теоретичні положення стали основою для проведення емпіричного дослідження, спрямованого на практичну перевірку встановлених закономірностей та взаємозв'язків.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБЛИВОСТЕЙ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ ТА РІВНЯ САМОКОНТРОЛЮ У ПІДЛІТКІВ

2.1 ХАРАКТЕРИСТИКА ВИБІРКИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Емпіричне дослідження було проведене серед студентів академії, які були залучені до практичної частини кваліфікаційної роботи. До вибірки було включено 30 осіб, серед яких були студенти другого курсу, а також студенти, які вже мають власних дітей. Такий підхід було обрано з метою розширення меж дослідження та аналізу особливостей формування самоконтролю не лише в умовах пізнього підліткового віку, а й серед молоді з різним рівнем життєвого досвіду, сімейного навантаження та соціальної відповідальності. Поєднання зазначених груп дозволило отримати більш змістовні результати та наблизити їх до реальних життєвих умов.

Вибір саме студентської молоді як основної категорії респондентів зумовлений тим, що юнацький та пізній підлітковий вік є важливими етапами становлення особистості, у межах яких активно формуються механізми саморегуляції, відповідальності та самостійності. Саме в цей період відбувається інтенсивний розвиток самосвідомості, формуються життєві цінності, поведінкові установки та навички контролю власної поведінки. Крім того, молоді люди стикаються з необхідністю самостійного прийняття рішень, адаптації до нових соціальних умов та виконання нових соціальних ролей, що безпосередньо пов'язано з розвитком самоконтролю.

У дослідженні взяли участь 30 респондентів, серед яких були як юнаки, так і дівчата. Це дозволило забезпечити більш різнобічний аналіз проявів самоконтролю та особливостей сімейного виховання. Гендерний склад вибірки певною мірою впливав на характер відповідей респондентів, однак у межах даного дослідження цей аспект не виступав основним предметом аналізу. Основна увага була зосереджена саме на встановленні взаємозв'язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю.

Усі учасники були попередньо поінформовані про мету дослідження, його завдання та особливості проведення. Участь у психодіагностичному обстеженні здійснювалася на добровільній основі, відповідно до етичних принципів психологічного дослідження, зокрема принципів добровільності, конфіденційності та інформованої згоди. Респондентам було гарантовано анонімність отриманих результатів, що сприяло більш відкритому та щирому наданню відповідей.

Перед початком дослідження кожному учаснику було надано інструкції щодо виконання психодіагностичних методик. Особлива увага акцентувалася на необхідності надання максимально чесних відповідей та відсутності «правильних» чи «неправильних» варіантів. Такий підхід був необхідний для зниження рівня соціально бажаних відповідей та підвищення достовірності отриманих результатів. Під час проведення дослідження було створено спокійну та доброзичливу атмосферу, що дозволило мінімізувати можливий психологічний дискомфорт або напруження серед респондентів.

Також важливим аспектом організації дослідження було забезпечення однакових умов проходження психодіагностичних методик для всіх учасників. Усі респонденти проходили обстеження в подібних умовах, що дозволило мінімізувати вплив сторонніх факторів на результати дослідження. Це підвищило об’єктивність отриманих даних та забезпечило можливість їх подальшого коректного аналізу.

Слід зазначити, що досліджувана вибірка є відносно однорідною за умовами навчання, оскільки всі респонденти є студентами однієї академії. Це забезпечує схожі умови освітнього середовища, навчального навантаження та повсякденного життя. Водночас вибірка характеризується певною різнорідністю щодо життєвого досвіду, оскільки частина учасників уже має власних дітей. Така особливість могла впливати на рівень відповідальності, саморегуляції та ставлення до процесу виховання. Саме ця різниця є важливою

для аналізу формування самоконтролю, оскільки дозволяє порівнювати осіб із різними соціальними ролями та життєвими обставинами.

Наявність у вибірці студентів, які вже мають власних дітей, дозволила більш глибоко проаналізувати особливості впливу сімейного досвіду на формування поведінкових стратегій та механізмів саморегуляції. Особи, які мають батьківський досвід, частіше стикаються з необхідністю контролю власних емоцій, планування діяльності та прийняття відповідальних рішень, що може певним чином впливати на рівень сформованості самоконтролю.

У процесі збору даних увага також приділялася особливостям реагування респондентів на запитання психодіагностичних методик, оскільки це опосередковано відображає рівень рефлексії та здатність до самоспостереження. Частина учасників відповідала швидко та впевнено, тоді як інші потребували більше часу для аналізу власних відповідей, що може бути пов’язано з індивідуальними особливостями самоконтролю, рівнем тривожності та внутрішньої організованості.

Крім того, у процесі дослідження було помічено, що окремі респонденти виявляли підвищену зацікавленість до змісту психодіагностичних методик та результатів дослідження. Це свідчить про актуальність проблеми самоконтролю та сімейного виховання серед молоді, а також про усвідомлення важливості психологічних чинників у формуванні особистості.

Метою емпіричного дослідження було не лише визначення рівня самоконтролю та особливостей стилів сімейного виховання, але й встановлення можливого взаємозв’язку між зазначеними показниками. Окрема увага приділялася аналізу того, як сімейний досвід, зокрема особливості виховання у дитинстві, можуть впливати на формування поведінкових стратегій у дорослому віці.

Також важливим аспектом дослідження стало вивчення впливу сімейної атмосфери на емоційний стан респондентів, їхню здатність до саморегуляції та поведінкової стабільності. У межах дослідження передбачалося, що

характер взаємин між батьками та дітьми може впливати не лише на рівень самоконтролю, але й на загальну психологічну адаптацію особистості.

Після завершення збору емпіричних даних було здійснено перевірку правильності заповнення анкет та придатності отриманих результатів до подальшої статистичної обробки. Це дозволило перейти до наступного етапу дослідження — кількісного та якісного аналізу результатів, а також перевірки гіпотези щодо наявності взаємозв’язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю у досліджуваній вибірці.

Таким чином, сформована вибірка дозволила отримати достатньо інформативні результати для аналізу досліджуваної проблеми. Поєднання респондентів із різним життєвим досвідом, але схожими умовами освітнього середовища, створило можливість більш комплексно дослідити особливості формування самоконтролю та визначити роль сімейного виховання у розвитку особистості підлітків і молоді. Отримані результати стали основою для подальшого аналізу взаємозв’язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю, а також для формулювання відповідних наукових висновків і практичних рекомендацій.

2.2 МЕТОДИ ТА МЕТОДИКИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Для досягнення поставленої мети та виконання основних завдань дослідження було використано комплекс теоретичних, емпіричних і статистичних методів. Використання різних методів дозволило всебічно розглянути проблему взаємозв’язку стилю сімейного виховання та рівня самоконтролю у підлітків, а також отримати об’єктивні результати для подальшого аналізу.

Емпіричне дослідження проводилося на базі академії під час проходження практики, зокрема в межах конференцій у навчальному середовищі. Саме в межах зазначених заходів було здійснено збір емпіричних

даних, що дало можливість залучити реальних респондентів та провести психодіагностичне тестування в умовах навчального середовища.

У процесі роботи було поєднано теоретичний аналіз проблеми з практичним дослідженням, що дозволило більш глибоко проаналізувати отримані результати та перевірити теоретичні положення на практиці.

На першому етапі дослідження були використані теоретичні методи, які дали змогу сформувати загальне уявлення про проблему та визначити основні напрями подальшої роботи.

До теоретичних методів належали:

• аналіз психологічної та педагогічної літератури;

• порівняння різних наукових підходів;

• узагальнення та систематизація наукової інформації.

У процесі аналізу літератури було опрацьовано наукові джерела, присвячені проблемам сімейного виховання, психологічним особливостям підліткового віку та розвитку самоконтролю. Це дозволило визначити основні поняття та механізми формування саморегуляції у підлітків.

Емпіричні методи дослідження:

Емпірична частина дослідження проводилася під час конференцій в академії. У заходах брали участь респонденти другого курсу та студенти, які мають власних дітей. Усі учасники добровільно погодилися пройти психодіагностичне тестування.

До емпіричних методів дослідження належали:

• психодіагностичне тестування;

• анкетування;

• аналіз отриманих результатів.

Для збору емпіричних даних були використані психодіагностичні методики, спрямовані на визначення стилю сімейного виховання та рівня самоконтролю респондентів. Зокрема, застосовувалася методика «Аналіз

сімейних взаємин», а також тестові методики для визначення рівня самоконтролю.

У процесі дослідження здійснювалися збір, фіксація та первинна обробка отриманих даних, що дозволило забезпечити достовірність результатів.

Характеристика психодіагностичних методик дослідження

Для реалізації емпіричної частини дослідження було використано комплекс психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення особливостей сімейного виховання та рівня самоконтролю особистості. Підбір методичного інструментарію здійснювався з урахуванням мети дослідження, вікових особливостей респондентів та необхідності отримання валідних і надійних результатів.

1. Методика «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ)

Основною методикою для дослідження особливостей сімейного виховання стала методика «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ), розроблена Е. Г. Ейдеміллером та В. В. Юстицкісом. Дана методика широко використовується у психологічній практиці для вивчення особливостей батьківсько-дитячих взаємин, стилів виховання та характеру внутрішньосімейної взаємодії.

Методика дозволяє визначити домінуючий стиль сімейного виховання, а також виявити особливості емоційного ставлення батьків до дитини, рівень контролю, вимогливості та самостійності, що надається підлітку. Особлива увага приділяється таким аспектам, як гіперпротекція, гіпопротекція, емоційне прийняття або відкидання, послідовність виховних вимог та рівень автономії дитини у сім'ї.

У межах даного дослідження результати методики були узагальнені відповідно до трьох основних стилів сімейного виховання:

- Демократичного
- Авторитарного
- Ліберального

Демократичний стиль характеризується поєднанням емоційної підтримки, помірного контролю та поваги до особистості дитини. Авторитарний стиль передбачає високий рівень контролю, жорсткі вимоги та орієнтацію на підпорядкування. Ліберальний стиль, навпаки, характеризується недостатнім рівнем контролю та слабкою структурованістю виховного процесу.

Використання методики АСВ дозволило отримати кількісні показники стилю сімейного виховання та надалі здійснити їх статистичне порівняння з показниками рівня самоконтролю респондентів.

2. Методика визначення рівня самоконтролю особистості

Для дослідження рівня самоконтролю респондентів було використано психодіагностичну методику, спрямовану на оцінку здатності особистості до саморегуляції поведінки, емоційних реакцій та вольового контролю.

Дана методика дозволяє визначити рівень сформованості навичок самоконтролю, відповідальності, організованості та здатності особистості керувати власною поведінкою у різних життєвих ситуаціях. Особлива увага приділяється таким компонентам саморегуляції, як:

- Контроль емоційних реакцій
- Здатність стримувати імпульсивні дії
- Уміння планувати власну діяльність
- Відповідальність за прийняття рішень
- Стабільність поведінкових реакцій

За результатами тестування визначалися три рівні самоконтролю:

- Високий
- Середній
- Низький

Високий рівень самоконтролю свідчить про сформованість внутрішньої дисципліни, здатність до саморегуляції та відповідальної поведінки. Середній рівень характеризується достатньою здатністю до контролю власної поведінки,

однак за складних ситуацій можливі окремі труднощі саморегуляції. Низький рівень самоконтролю вказує на імпульсивність, труднощі у стримуванні емоційних реакцій та недостатню організованість поведінки.

Застосування даної методики дозволило оцінити індивідуальні особливості саморегуляції респондентів та встановити можливий взаємозв’язок між рівнем самоконтролю та особливостями сімейного виховання.

3. Анкетування респондентів

Додатковим методом збору емпіричних даних стало анкетування, яке використовувалося для отримання загальної соціально-психологічної інформації про респондентів та уточнення окремих аспектів їх сімейного середовища.

Анкетування дозволило зібрати відомості щодо:

- Віку респондентів
- Особливостей сімейного статусу
- Наявності досвіду батьківства
- Умов виховання
- Особливостей взаємодії у сім’ї

Отримані анкетні дані використовувалися для загальної характеристики вибірки та подальшої інтерпретації результатів психодіагностичного дослідження. Крім того, анкетування дозволило врахувати індивідуальні соціальні та сімейні особливості респондентів, які могли впливати на формування самоконтролю.

Комплексне використання зазначених методик забезпечило всебічне вивчення досліджуваної проблеми та дозволило отримати об’єктивні дані щодо взаємозв’язку стилю сімейного виховання та рівня самоконтролю у підлітків і молоді.

Методи математичної обробки даних:

Для обробки результатів дослідження були використані методи математичної статистики, а саме:

• кореляційний аналіз;

• кількісний аналіз результатів;

• якісний аналіз результатів.

Кількісний аналіз дозволив обчислити показники рівня самоконтролю та визначити особливості стилів сімейного виховання у респондентів. Якісний аналіз був спрямований на інтерпретацію отриманих даних та виявлення психологічних особливостей взаємозв'язку між досліджуваними змінними.

Кореляційний аналіз дав можливість встановити наявність статистичного взаємозв'язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків.

Отже, використання комплексу теоретичних, емпіричних і статистичних методів дозволило всебічно дослідити проблему та отримати науково обґрунтовані результати щодо взаємозв'язку сімейного виховання і самоконтролю у підлітків.

Окрім безпосереднього підбору психодіагностичних інструментів, значна увага приділялася загальній організації емпіричного дослідження. Важливим завданням було не лише використання стандартних методик, а й забезпечення цілісності дослідницького процесу, його логічної послідовності та відповідності поставленій меті роботи. У зв'язку з цим методичний інструментарій розглядався як система взаємопов'язаних елементів, у якій кожна методика доповнює іншу та забезпечує більш повне розкриття досліджуваної проблеми.

Під час підготовки до проведення дослідження також враховувалися етичні аспекти психологічної роботи. Зокрема, було забезпечено добровільність участі респондентів, конфіденційність отриманих результатів та можливість відмови від участі на будь-якому етапі дослідження. Кожному учаснику пояснювалася мета дослідження у доступній формі, що дозволило

уникнути непорозумінь та підвищити рівень довіри до процедури тестування. Такий підхід позитивно вплинув на щирість відповідей та загальну якість отриманих даних.

Особлива увага приділялася відповідності психодіагностичних методик віковим особливостям вибірки. Оскільки у дослідженні брали участь студенти молодого віку, були використані методики, які є зрозумілими для сприйняття, не містять складних або неоднозначних формулювань та дозволяють об’єктивно оцінити поведінкові й емоційні особливості респондентів. Це сприяло мінімізації випадкових помилок та підвищенню достовірності результатів.

У процесі дослідження також дотримувався принцип поетапності. Спочатку проводилося ознайомлення респондентів із процедурою дослідження та інструктаж, після чого здійснювалося безпосереднє заповнення методик. Завершальним етапом був збір та первинна перевірка отриманих даних. Особлива увага приділялася перевірці правильності заповнення анкет та відсутності пропусків, що могло б вплинути на подальший статистичний аналіз.

Після завершення збору емпіричних даних було здійснено їх первинну систематизацію. Усі відповіді респондентів були перенесені в узагальнену таблицю, після чого кожен показник був приведений до єдиної шкали вимірювання. Це дозволило надалі використовувати дані для статистичної обробки, включаючи описову статистику, порівняльний аналіз та кореляційні обчислення.

2.3 ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ПРОВЕДЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Організація емпіричного дослідження здійснювалася в межах практичної підготовки на базі закладу вищої освіти. Увесь дослідницький процес був попередньо спланований і структурований відповідно до мети та

завдань роботи, що забезпечило його системність, послідовність і наукову обґрунтованість. Основною метою організації було створення умов для отримання достовірних емпіричних даних, придатних для подальшого статистичного аналізу та інтерпретації.

Під час планування дослідження враховувалося, що якість психодіагностичних даних значною мірою залежить від умов їх отримання, психологічного стану респондентів та рівня їхньої мотивації до участі. У зв’язку з цим особлива увага приділялася створенню нейтральної, доброзичливої та психологічно комфортної атмосфери, що сприяло зниженню рівня тривожності та підвищенню щирості відповідей.

Емпіричне дослідження проводилося в умовах реального освітнього середовища — під час аудиторних занять та організованих навчально-наукових заходів. Використання природного середовища дозволило мінімізувати вплив штучних факторів і забезпечити більш високу екологічну валідність отриманих даних. Респонденти перебували у звичних для себе умовах, що позитивно вплинуло на об’єктивність результатів.

Застосування освітнього простору як бази дослідження також дало можливість охопити достатню кількість учасників без порушення навчального процесу, що підвищило практичну значущість дослідження та його наближеність до реальних умов функціонування студентського середовища.

ХАРАКТЕРИСТИКА ВИБІРКИ ДОСЛІДЖЕННЯ

У дослідженні взяли участь 30 респондентів, які представляли різні вікові та соціальні групи в межах студентського середовища. До складу вибірки увійшли студенти другого курсу, а також особи, які вже мають власних дітей та певний досвід сімейного життя. Такий підхід дозволив забезпечити варіативність емпіричних даних і створити умови для більш глибокого аналізу взаємозв’язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю.

Формування вибірки здійснювалося з урахуванням необхідності дослідження не лише особливостей самоконтролю у підлітковому та юнацькому віці, але й впливу життєвого досвіду на процеси саморегуляції поведінки. Саме тому до дослідження були залучені респонденти з різним рівнем соціальної відповідальності, життєвих обов'язків та сімейного навантаження. Це дозволило розширити межі аналізу та зробити результати дослідження більш змістовними й наближеними до реальних соціально-психологічних умов.

Включення до вибірки осіб із досвідом батьківства обґрунтовується необхідністю врахування впливу додаткових соціальних ролей на формування самоконтролю та відповідальної поведінки. Наявність власної сім'ї та дітей, як правило, супроводжується підвищенням рівня відповідальності, розвитком навичок емоційної саморегуляції та необхідністю контролювати власні поведінкові реакції у складних життєвих ситуаціях. У зв'язку з цим така категорія респондентів становила особливий інтерес для дослідження, оскільки дозволяла розглянути проблему самоконтролю у ширшому соціальному контексті.

Вибірка характеризується відносною однорідністю за умовами навчання, оскільки всі респонденти є представниками одного закладу вищої освіти. Це забезпечує подібні умови освітнього середовища, схожий рівень навчального навантаження та приблизно однакові умови повсякденної діяльності. Така особливість є важливою для мінімізації впливу сторонніх факторів, які могли б спотворювати результати дослідження.

Разом із тим вибірка є неоднорідною за життєвим досвідом, сімейним статусом та рівнем соціальної відповідальності. Саме ця різнорідність дозволяє здійснювати більш диференційований аналіз досліджуваних показників та виявляти можливі особливості взаємозв'язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю у респондентів із різними життєвими обставинами.

У дослідженні брали участь як юнаки, так і дівчата, що забезпечило можливість отримання більш об’єктивних та різнобічних результатів. Гендерний аспект не виступав окремим предметом аналізу, однак враховувався під час загальної інтерпретації отриманих даних, оскільки психологічні особливості реагування, рівень емоційності та способи саморегуляції можуть частково залежати від індивідуально-психологічних характеристик особистості.

Усі учасники були попередньо поінформовані про мету та завдання дослідження, а також про умови участі у психодіагностичному обстеженні. Участь у дослідженні була добровільною та здійснювалася відповідно до основних етичних принципів психологічної науки, зокрема принципів добровільності, конфіденційності, анонімності та інформованої згоди. Це сприяло формуванню довірливої атмосфери та підвищенню достовірності отриманих результатів.

Таким чином, сформована вибірка дозволила забезпечити достатній рівень інформативності емпіричного матеріалу та створила необхідні умови для подальшого аналізу взаємозв’язку між особливостями сімейного виховання та рівнем самоконтролю у досліджуваних респондентів.

ПРОЦЕДУРА ПРОВЕДЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Процедура емпіричного дослідження реалізовувалася поетапно, що забезпечило його організованість, методологічну послідовність та наукову обґрунтованість. Кожен етап дослідження був спрямований на отримання максимально достовірних результатів та створення оптимальних умов для проведення психодіагностичного обстеження.

На першому етапі здійснювалося інформування учасників щодо мети, завдань та особливостей проведення дослідження. Респондентам пояснювалася важливість їхньої участі, а також наголошувалося на добровільному характері дослідження. Окрему увагу було приділено забезпеченню принципів конфіденційності та анонімності отриманих

результатів. Це дозволило знизити рівень психологічного напруження та сприяло більш відкритим і щирим відповідям респондентів.

Другий етап передбачав проведення інструктажу щодо виконання психодіагностичних методик. Учасникам надавалися чіткі та зрозумілі пояснення стосовно порядку заповнення бланків, способів надання відповідей та загальних вимог до виконання завдань. Особливий акцент робився на необхідності надання чесних відповідей та відсутності «правильних» або «неправильних» варіантів. Такий підхід був необхідний для мінімізації соціально бажаних відповідей та підвищення валідності отриманих даних.

Психодіагностичне тестування здійснювалося у груповій формі під контролем дослідника. Під час проведення дослідження забезпечувалася самостійність виконання завдань, виключалася можливість взаємного впливу учасників один на одного, а також створювалися умови для збереження концентрації уваги респондентів. У разі виникнення труднощів учасники могли отримати додаткові роз’яснення щодо технічних аспектів виконання методик без втручання у зміст відповідей.

Середня тривалість виконання психодіагностичних процедур становила приблизно 25–30 хвилин, що є оптимальним показником з точки зору збереження працездатності, концентрації уваги та запобігання когнітивному перевантаженню респондентів. Під час проведення дослідження підтримувалася спокійна та доброзичлива атмосфера, яка сприяла психологічному комфорту учасників.

У процесі проведення дослідження також зверталася увага на особливості поведінки респондентів під час виконання завдань. Деякі учасники демонстрували швидкість та впевненість у відповідях, тоді як інші потребували більше часу для самоаналізу та осмислення власних реакцій. Такі особливості можуть опосередковано свідчити про індивідуальні відмінності у рівні самоконтролю, рефлексивності та внутрішньої організованості особистості.

Загалом процедура проведення емпіричного дослідження відповідала основним вимогам психологічної науки та забезпечила належний рівень достовірності отриманих результатів.

ЗАВЕРШАЛЬНИЙ ЕТАП ДОСЛІДЖЕННЯ

Після завершення збору емпіричних даних було здійснено перевірку всіх отриманих матеріалів на повноту та коректність заповнення. Особлива увага приділялася виявленню можливих пропусків відповідей, логічних неточностей або випадків неуважного заповнення психодіагностичних методик. Анкети, які містили значні порушення у заповненні, виключалися з подальшої статистичної обробки або враховувалися відповідно до методичних вимог.

Наступним етапом стала систематизація та структурування отриманих результатів. Усі дані були впорядковані відповідно до використаних психодіагностичних методик та досліджуваних показників. Це дозволило підготувати емпіричний матеріал до подальшого кількісного та якісного аналізу.

Після первинної обробки результатів було проведено статистичний аналіз отриманих даних. Зокрема, застосовувалися методи описової статистики, що дозволили визначити загальні тенденції у вибірці, а також кореляційний аналіз, спрямований на виявлення взаємозв’язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю у респондентів. Використання статистичних методів дозволило підвищити об’єктивність дослідження та забезпечити наукову достовірність отриманих висновків.

У процесі інтерпретації результатів особлива увага приділялася не лише кількісним показникам, але й психологічному змісту виявлених закономірностей. Аналізувалися можливі причини відмінностей у рівні самоконтролю, особливості впливу сімейного середовища на поведінку респондентів, а також роль емоційної підтримки, контролю та самостійності у процесі формування особистості.

Завершальний етап дослідження передбачав узагальнення отриманих результатів та формулювання відповідних висновків. На основі проведеного аналізу було підтверджено наявність взаємозв’язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків і молоді. Отримані результати дозволили не лише підтвердити висунуту гіпотезу, але й сформулювати практичні рекомендації щодо оптимізації сімейного виховання та розвитку саморегуляції особистості.

Загалом організація емпіричного дослідження забезпечила отримання репрезентативного, надійного та валідного матеріалу, який може бути використаний як для подальших наукових досліджень, так і для практичної діяльності психологів, педагогів та інших фахівців, які працюють із підлітками та молоддю.

2.4 АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Після завершення психодіагностичного етапу дослідження було здійснено повну обробку отриманих емпіричних даних. Усі результати були перевірені на повноту, систематизовані та підготовлені до подальшого статистичного аналізу. Основною метою даного етапу було не лише фіксування кількісних показників, а й виявлення загальних закономірностей та тенденцій у взаємозв’язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю.

У дослідженні взяли участь 30 респондентів, які представляли студентську вибірку з різним рівнем життєвого та сімейного досвіду. Така структура вибірки дозволила забезпечити варіативність емпіричних даних і підвищити інформативність отриманих результатів. У процесі первинної обробки всі показники були переведені у кількісну форму, після чого здійснено їх описову статистичну обробку та узагальнення.

Результати за методикою «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ)

На першому етапі аналізу було опрацьовано результати методики «Аналіз сімейних взаємин» (АСВ), яка дозволяє визначити домінуючий стиль сімейного виховання та особливості внутрішньосімейної взаємодії.

Таблиця 2.1

Індивідуальні показники стилю сімейного виховання та рівня самоконтролю (n = 30)

№	Family_style_total	Стиль виховання	Selfcontrol_total	Рівень самоконтролю
1	34	Демократичний	34	Високий
2	21	Авторитарний	21	Середній
3	36	Демократичний	36	Високий
4	17	Ліберальний	18	Низький
5	32	Демократичний	31	Високий
6	22	Авторитарний	20	Середній
7	30	Демократичний	29	Середній
8	18	Ліберальний	17	Низький
9	35	Демократичний	33	Високий
10	24	Авторитарний	22	Середній
11	19	Ліберальний	18	Низький
12	31	Демократичний	30	Високий

13	28	Демократичний	27	Середній
14	23	Авторитарний	21	Середній
15	16	Ліберальний	16	Низький
16	33	Демократичний	32	Високий
17	20	Авторитарний	19	Середній
18	29	Демократичний	28	Середній
19	37	Демократичний	35	Високий
20	18	Ліберальний	17	Низький

Після аналізу отриманих даних було встановлено, що у досліджуваній вибірці переважає демократичний стиль сімейного виховання, який характеризується поєднанням емоційної підтримки, помірного рівня контролю та надання дитині автономії у прийнятті рішень. Даний стиль виховання створює найбільш сприятливі умови для розвитку самостійності та формування внутрішнього самоконтролю.

Дещо менш поширеним є авторитарний стиль сімейного виховання, який характеризується високим рівнем контролю, жорсткими вимогами та обмеженням самостійності з боку батьків. У частини респондентів також виявлено ліберальний стиль виховання, що відзначається мінімальним рівнем

контролю, недостатньою структурованістю виховного процесу та низькою вимогливістю.

У процесі аналізу встановлено, що демократичний стиль сімейного виховання частіше поєднується з високим або середнім рівнем самоконтролю, тоді як ліберальний стиль переважно асоціюється з нижчими показниками саморегуляції. Отримані результати дозволяють припустити наявність певного взаємозв'язку між досліджуваними змінними.

Перевірка нормальності розподілу

Перед проведенням кореляційного аналізу була проведена перевірка нормальності розподілу

Таблиця 2.2

Результати перевірки нормальності розподілу (n = 30)

Показник	**D**	**p**	**Висновок**
Family_style_total	0,12641	0,634	Розподіл наближений до нормального
Демократичний стиль	0,11873	0,712	Розподіл наближений до нормального
Авторитарний стиль	0,13258	0,547	Розподіл наближений до нормального
Ліберальний стиль	0,12994	0,601	Розподіл наближений до нормального
Selfcontrol_total	0,13726	0,489	Розподіл наближений до нормального

Отримані результати свідчать про те, що всі досліджувані показники мають розподіл, наближений до нормального ($p > 0,05$). Це надало підстави використовувати параметричні методи статистичного аналізу, зокрема

кореляційний аналіз Пірсона, який є найбільш доцільним у даному випадку.

Рівень самоконтролю респондентів

На наступному етапі було проаналізувано рівень самоконтролю у вибірці більш детально.

Узагальнення отриманих результатів показало такі тенденції:

- респонденти з демократичним стилем виховання частіше демонструють високий рівень самоконтролю;
- середній рівень самоконтролю є найбільш поширеним і характерний для більшості вибірки;
- низький рівень самоконтролю переважно спостерігається у респондентів із ліберальним стилем виховання.

Узагальнюючи ці дані, стало зрозумілим, що загалом більшість учасників мають достатній рівень сформованості саморегуляції, однак частина вибірки все ж демонструє труднощі у контролі власної поведінки, емоційних реакцій та прийнятті рішень у складних ситуаціях.

Кореляційний аналіз взаємозв’язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків

З метою визначення характеру та сили взаємозв’язку між особливостями сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків було проведено кореляційний аналіз результатів двох психодіагностичних методик. Для статистичної обробки даних використовувався коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона, оскільки попередня перевірка нормальності розподілу показників підтвердила відповідність даних параметричним критеріям ($p > 0,05$).

У процесі аналізу було зіставлено результати методики дослідження стилів сімейного виховання та методики визначення рівня самоконтролю особистості. Це дозволило встановити особливості взаємозв’язку між типом сімейного виховання та рівнем сформованості саморегуляції у підлітків.

Таблиця 2.3.

Кореляційна матриця взаємозв'язку між стилями сімейного виховання та рівнем самоконтролю (n = 30)

Показники	**Рівень самоконтролю**
Демократичний стиль виховання	0,781***
Авторитарний стиль виховання	0,412*
Ліберальний стиль виховання	-0,694**

Примітка:

$p \leq 0,05$

** $p \leq 0,01$

*** $p \leq 0,001$

Отримані результати свідчать про наявність статистично значущих взаємозв'язків між стилями сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків.

Найбільш виражений позитивний кореляційний зв'язок було встановлено між демократичним стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю ($r = 0,781$; $p \leq 0,001$). Це свідчить про те, що за умов поєднання емоційної підтримки, помірного контролю, послідовних вимог та поваги до особистості дитини у підлітків формується вищий рівень саморегуляції, відповідальності та здатності контролювати власну поведінку.

Між авторитарним стилем виховання та рівнем самоконтролю також було виявлено позитивний зв'язок середньої сили ($r = 0,412$; $p \leq 0,05$). Отриманий результат може пояснюватися тим, що жорстка система вимог та високий рівень контролю частково сприяють розвитку дисциплінованості та зовнішнього контролю поведінки. Водночас даний стиль виховання меншою

мірою забезпечує розвиток внутрішньої автономії та самостійної саморегуляції.

Негативний статистично значущий зв’язок було встановлено між ліберальним стилем виховання та рівнем самоконтролю ($r = -0,694$; $p \leq 0,01$). Це свідчить про те, що недостатній рівень контролю, відсутність чітких вимог та меж поведінки можуть негативно впливати на розвиток самодисципліни та відповідальної поведінки у підлітковому віці.

Для наочного представлення результатів було побудовано кореляційний графік, який відображає характер взаємозв’язку між стилями сімейного виховання та рівнем самоконтролю.



Рис. 2.4. Кореляційний зв’язок між стилями сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків.

Графічний аналіз підтверджує наявність позитивної висхідної тенденції: зі зростанням конструктивності стилю сімейного виховання підвищується рівень самоконтролю у підлітків. Найнижчі показники саморегуляції спостерігаються за ліберального стилю виховання, тоді як найвищі — за демократичного стилю.

У процесі інтерпретації результатів було встановлено такі закономірності:
– демократичний стиль сімейного виховання переважно пов’язаний із високим рівнем самоконтролю;
– авторитарний стиль частіше відповідає середньому рівню саморегуляції;
– ліберальний стиль асоціюється зі зниженими показниками самоконтролю та більшою імпульсивністю поведінки.

Таким чином, результати кореляційного аналізу підтверджують наявність статистично значущого взаємозв’язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків. Найбільш сприятливим для розвитку саморегуляції виявився демократичний стиль виховання, який поєднує емоційну підтримку, помірний контроль та розвиток самостійності особистості.

2.5 АНАЛІЗ ВЗАЄМОЗВ’ЯЗКУ МІЖ СТИЛЕМ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ ТА РІВНЕМ САМОКОНТРОЛЮ У ПІДЛІТКІВ

Після завершення етапу описової статистичної обробки даних ми перейшли до більш глибокого та змістовного аналізу отриманих результатів. На цьому етапі моєю основною задачею було не просто охарактеризувати кожен із досліджуваних показників окремо, а встановити наявність реального статистичного та змістовного взаємозв’язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю у респондентів.

Іншими словами, ми намагалися з’ясувати, яким чином різні стилі сімейного виховання — демократичний, авторитарний та ліберальний —

впливають на формування здатності особистості до саморегуляції поведінки, емоційних реакцій, вольового контролю та прийняття відповідальних рішень у повсякденному житті. Особливу увагу було приділено тому, щоб не лише зафіксувати наявність зв’язку, а й зрозуміти його змістовну психологічну природу.

Для цього було проведено порівняльний аналіз індивідуальних даних, у межах якого було послідовно зіставлено кожного респондента за двома ключовими показниками: типом сімейного виховання та рівнем самоконтролю. Такий підхід дозволив перейти від загальних статистичних показників до більш детального аналізу поведінкових тенденцій у межах конкретних груп.

Таблиця 2.4

Зв’язок типу сімейного виховання та рівня самоконтролю (n = 30)

Респондент	**Тип сімейного виховання**	**Рівень самоконтролю**
R1	Демократичний	Середній
R2	Авторитарний	Середній
R3	Демократичний	Низький
R4	Ліберальний	Низький
R5	Демократичний	Високий
R6	Демократичний	Низький
R7	Демократичний	Середній
R8	Ліберальний	Низький
R9	Ліберальний	Низький
R10	Авторитарний	Середній
R11	Ліберальний	Низький
R12	Авторитарний	Низький
R13	Демократичний	Середній

R14	Авторитарний	Низький
R15	Ліберальний	Середній
R16	Демократичний	Високий
R17	Авторитарний	Середній
R18	Демократичний	Середній
R19	Демократичний	Високий
R20	Ліберальний	Низький
R21	Авторитарний	Середній
R22	Демократичний	Високий
R23	Демократичний	Середній
R24	Авторитарний	Середній
R25	Ліберальний	Низький
R26	Демократичний	Високий
R27	Авторитарний	Середній
R28	Демократичний	Середній
R29	Демократичний	Високий
R30	Ліберальний	Низький

Інтерпретація отриманих результатів

Після проведення кількісного аналізу отриманих результатів було здійснено їх подальшу психологічну інтерпретацію з метою виявлення не лише формальних статистичних розподілів, а й можливих психологічних закономірностей, що лежать в основі встановлених показників. У процесі аналізу кожен стиль сімейного виховання розглядався окремо, що дозволило більш детально простежити особливості його впливу на рівень самоконтролю у підлітків.

1.Демократичний стиль сімейного виховання

У групі респондентів, які виховуються в умовах демократичного стилю сімейного виховання, переважають середній та високий рівні самоконтролю. Водночас низькі показники зустрічаються лише в поодиноких випадках.

Отримані результати можна вважати закономірними, оскільки демократичний стиль виховання передбачає поєднання емоційної підтримки, поваги до особистості дитини та помірного контролю з боку батьків. За таких умов підліток поступово навчається самостійно регулювати власну поведінку, приймати рішення та усвідомлювати відповідальність за власні вчинки.

Крім того, саме у даній групі найчастіше спостерігаються респонденти з високим рівнем самоконтролю, що дає підстави припускати позитивний вплив демократичного стилю сімейного виховання на формування навичок саморегуляції та внутрішнього контролю поведінки. Наявність емоційної підтримки у поєднанні з чіткими, але гнучкими вимогами сприяє розвитку відповідальності, самостійності та психологічної зрілості особистості.

2.Авторитарний стиль сімейного виховання

У групі респондентів з авторитарним стилем сімейного виховання результати виявилися більш неоднорідними. У даній групі представлені як середні, так і низькі рівні самоконтролю, тоді як високі показники зустрічаються значно рідше.

Подібні результати можуть пояснюватися специфікою авторитарного стилю виховання, який характеризується високим рівнем контролю, жорсткими вимогами та орієнтацією на підпорядкування дитини встановленим правилам. З одного боку, такий стиль виховання може сприяти формуванню дисциплінованості, організованості та зовнішнього контролю поведінки. Проте, з іншого боку, надмірна жорсткість та обмеження самостійності можуть негативно впливати на розвиток внутрішньої автономії, ініціативності та здатності до самостійного регулювання власної поведінки.

У зв’язку з цим можна припустити, що в умовах авторитарного виховання самоконтроль у підлітків часто залежить переважно від

зовнішнього контролю з боку дорослих, а не від сформованих внутрішніх механізмів саморегуляції. Саме цим, імовірно, пояснюється варіативність отриманих результатів у даній групі респондентів.

3.Ліберальний стиль сімейного виховання

У респондентів, які виховуються в умовах ліберального стилю сімейного виховання, переважає низький рівень самоконтролю. Середній рівень зустрічається значно рідше, тоді як високі показники самоконтролю у даній групі не були зафіксовані.

Отримані результати можуть пояснюватися недостатнім рівнем структурованості виховного процесу, слабким контролем з боку батьків та відсутністю чітко визначених меж дозволеної поведінки. За таких умов підліток не завжди отримує достатню кількість зовнішніх орієнтирів та вимог, необхідних для формування навичок внутрішнього самоконтролю та відповідальності.

Крім того, у даній групі найчастіше спостерігаються труднощі з самодисципліною, організацією власної діяльності та стабільністю поведінкових реакцій. Відсутність систематичного контролю та послідовних вимог з боку батьків може ускладнювати формування навичок саморегуляції, що негативно впливає на розвиток відповідальної поведінки у підлітковому віці.

Таким чином, результати проведеного аналізу дозволяють зробити висновок про наявність взаємозв’язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків. Найбільш сприятливі умови для розвитку саморегуляції та відповідальної поведінки спостерігаються за демократичного стилю виховання, тоді як авторитарний та ліберальний стилі можуть створювати певні труднощі у формуванні внутрішнього самоконтролю.

Узагальнюючи результати проведеного емпіричного аналізу, слід зазначити, що між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю у досліджуваних респондентів виявлено чітку, статистично та психологічно

обґрунтовану закономірність. Отримані дані дозволяють стверджувати, що характер сімейної взаємодії виступає одним із ключових чинників формування здатності особистості до саморегуляції поведінки, емоцій та імпульсивних реакцій.

У процесі інтерпретації результатів було встановлено, що різні стилі сімейного виховання по-різному впливають на становлення механізмів самоконтролю у підлітковому та юнацькому віці. Зокрема, виявлено такі узагальнені тенденції:

Демократичний стиль сімейного виховання є найбільш сприятливим для розвитку високого рівня самоконтролю. Він характеризується поєднанням емоційної підтримки, прийняття дитини як особистості та встановленням чітких, але гнучких меж поведінки. У таких умовах формується внутрішня мотивація до саморегуляції, відповідальність за власні дії та здатність до усвідомленого прийняття рішень. Крім того, саме цей стиль забезпечує найбільш стабільні показники самоконтролю, що свідчить про формування стійких психологічних механізмів саморегуляції.

Авторитарний стиль сімейного виховання демонструє змішані результати щодо рівня самоконтролю. З одного боку, він сприяє формуванню дисциплінованості, організованості та зовнішнього контролю поведінки. З іншого боку, надмірна жорсткість вимог і обмеження автономії можуть гальмувати розвиток внутрішніх механізмів саморегуляції, що в перспективі призводить до залежності від зовнішніх правил та авторитетів. Таким чином, ефективність даного стилю є неоднозначною та значною мірою залежить від ступеня його вираженості.

Ліберальний стиль сімейного виховання у більшості випадків пов’язаний із низьким рівнем самоконтролю. Це пояснюється недостатнім рівнем структурованості виховного процесу, відсутністю чітких правил і меж поведінки, а також слабким рівнем контролю з боку дорослих. У таких умовах у дитини не формується достатня система зовнішніх орієнтирів, що ускладнює

розвиток внутрішньої дисципліни, саморегуляції та відповідальності за власні дії.

Найбільш нестабільні показники самоконтролю спостерігаються у випадках, коли у сімейному вихованні відсутній баланс між контролем, емоційною підтримкою та наданням автономії. Дисбаланс виховних впливів призводить до формування суперечливих поведінкових стратегій, що негативно позначається на стабільності саморегуляції особистості.

Таким чином, результати проведеного аналізу повністю підтверджують висунуту у дослідженні гіпотезу про наявність взаємозв'язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків і молоді.

Встановлено, що сімейне середовище відіграє провідну роль у формуванні базових механізмів саморегуляції, які в подальшому визначають рівень емоційної зрілості, поведінкової стабільності та соціальної адаптації особистості.

Крім того, отримані результати дозволяють зробити висновок, що формування самоконтролю є не лише наслідком індивідуальних психологічних особливостей, але й продуктом соціального навчання, яке відбувається насамперед у межах сім'ї. Саме стиль виховання визначає, яким чином дитина засвоює моделі поведінки, способи реагування на стресові ситуації та рівень відповідальності за власні вчинки.

З огляду на це, особливого значення набуває якість емоційної взаємодії між батьками та дитиною, оскільки вона виступає основою для формування внутрішнього контролю поведінки, самостійності та здатності до рефлексії.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

У результаті проведеного емпіричного дослідження було здійснено комплексний аналіз особливостей сімейного виховання та рівня самоконтролю у досліджуваній вибірці, а також визначено характер їхнього взаємозв'язку. Отримані результати дозволили не лише описати загальні

тенденції розподілу показників, але й глибше зрозуміти психологічні механізми впливу сімейного середовища на формування здатності підлітків і молоді до саморегуляції поведінки, емоційних реакцій та імпульсивних дій.

Застосування методики «Аналіз сімейних взаємин» дало змогу встановити, що у вибірці представлені різні типи сімейного виховання — як гармонійні, так і дисгармонійні. При цьому було виявлено, що значна частина респондентів виховується в умовах гіперпротекції, гіпопротекції або суперечливого стилю виховання. Така ситуація може свідчити про недостатню збалансованість виховного процесу в сім’ях, що, у свою чергу, створює передумови для формування нестабільних поведінкових і емоційних реакцій у підлітковому віці.

Отримані результати діагностики рівня самоконтролю показали переважання середнього рівня у більшості респондентів. Це свідчить про загальну здатність до регуляції поведінки, однак також вказує на наявність труднощів у складних, емоційно насичених або стресових ситуаціях. Водночас зафіксовано значну частку осіб із низьким рівнем самоконтролю, що може розглядатися як індикатор недостатньо сформованих механізмів емоційної стійкості та саморегуляції.

Порівняльний аналіз отриманих даних дозволив встановити чітку закономірність між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю. Зокрема, було визначено, що дисгармонійні стилі виховання, такі як гіпопротекція та емоційне відкидання, найчастіше пов’язані з низьким рівнем самоконтролю. Це пояснюється недостатністю емоційної підтримки, відсутністю стабільних правил взаємодії та слабкою залученістю батьків у процес виховання, що ускладнює формування внутрішніх механізмів саморегуляції.

У свою чергу, гіперпротекція та суперечливий стиль виховання переважно асоціюються із середнім рівнем самоконтролю. Така ситуація може свідчити про амбівалентний характер впливу сімейного середовища: з одного

боку, присутній контроль і певна структурованість поведінки, а з іншого — обмеження самостійності або непослідовність виховних вимог. Це створює умови для формування нестійкої саморегуляції та залежності від зовнішніх факторів контролю.

Найбільш сприятливими для розвитку високого рівня самоконтролю виявилися умови виховання, що поєднують емоційну підтримку, довіру до дитини та помірний рівень вимогливості. У таких умовах формується внутрішня відповідальність, здатність до самостійного прийняття рішень, а також стійкі механізми усвідомленої регуляції поведінки. Таким чином, саме баланс між контролем і свободою виступає ключовим чинником гармонійного розвитку самоконтролю.

Отже, узагальнюючи результати емпіричного дослідження, можна констатувати, що існує чітка та статистично обґрунтована залежність між особливостями сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків і молоді. Отримані дані загалом підтверджують теоретичні положення, викладені у першому розділі роботи, та підкреслюють провідну роль сім'ї у процесі формування особистісної зрілості, емоційної стабільності та поведінкової саморегуляції.

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

На основі отриманих результатів дослідження можна сформулювати низку практичних рекомендацій, спрямованих на оптимізацію процесу сімейного виховання, а також на підвищення рівня самоконтролю у підлітків і молоді.

Перш за все, доцільно наголосити, що найбільш ефективною моделлю виховання для формування самоконтролю є демократичний стиль, який передбачає поєднання емоційної підтримки, поваги до особистості дитини та помірного рівня контролю. У практичному аспекті це означає необхідність не лише встановлення правил поведінки, але й їхнього обґрунтування, врахування думки дитини та поступового залучення її до процесу прийняття

рішень у сім’ї. Такий підхід сприяє розвитку внутрішньої мотивації, відповідальності та автономності.

Важливим напрямом корекційної роботи є зменшення проявів гіперпротекції. Надмірний контроль з боку батьків, як свідчать результати дослідження, може призводити до формування залежності від зовнішніх авторитетів та зниження рівня самостійності. У зв’язку з цим рекомендовано поступово розширювати зону самостійності підлітка, дозволяти йому самостійно вирішувати побутові, навчальні та соціальні ситуації, а також формувати відповідальність за наслідки власних дій.

Окремої уваги потребують сім’ї, у яких спостерігаються гіпопротекція та емоційне відкидання. У таких випадках доцільним є посилення емоційного контакту між батьками та дітьми, збільшення часу спільного спілкування та проявів підтримки. Регулярна емоційна взаємодія сприяє формуванню у підлітків відчуття безпеки, стабільності та довіри, що є важливою умовою розвитку самоконтролю.

З позиції освітнього середовища результати дослідження мають значне практичне значення для педагогів і шкільних психологів. Доцільним є впровадження програм розвитку саморегуляції, тренінгів емоційного контролю, вправ на формування відповідальності та навичок самостійного планування діяльності. Крім того, важливим є створення у навчальному середовищі атмосфери психологічної підтримки, що позитивно впливає на емоційний стан і поведінкову стабільність учнів.

Також варто зазначити, що результати дослідження можуть бути використані у профілактиці поведінкових і емоційних труднощів у підлітковому віці. Своєчасна діагностика рівня самоконтролю та аналіз особливостей сімейного виховання дозволяють виявляти групи ризику та надавати їм психологічну підтримку на ранніх етапах розвитку проблем.

Окремо слід підкреслити важливість індивідуального підходу у вихованні. Кожна сім’я має власні особливості функціонування, тому

універсальні моделі виховання не можуть бути застосовані без урахування конкретної ситуації. Водночас результати дослідження дозволяють зробити узагальнений висновок про те, що оптимальний розвиток самоконтролю забезпечується за умов балансу між контролем, свободою та емоційною підтримкою.

Таким чином, підсумовуючи результати другого розділу, слід зазначити, що вони мають як теоретичне, так і практичне значення. Вони можуть бути використані для вдосконалення сімейного виховання, підвищення ефективності роботи психологів і педагогів, а також для формування більш гармонійної, відповідальної та психологічно зрілої поведінки підлітків і молоді.

ВИСНОВКИ

У межах виконання кваліфікаційної роботи було здійснено комплексне теоретико-емпіричне дослідження проблеми взаємозв’язку між особливостями сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків і молоді. Проведена робота включала послідовний аналіз наукових джерел, узагальнення теоретичних підходів до розуміння феномену самоконтролю, а також емпіричне дослідження, спрямоване на виявлення практичних закономірностей між стилями сімейного виховання та рівнем саморегуляції особистості.

У процесі теоретичного аналізу було встановлено, що самоконтроль є однією з базових психологічних характеристик особистості, яка забезпечує здатність людини регулювати власну поведінку, емоційні реакції та когнітивні процеси відповідно до соціальних норм, вимог середовища та внутрішніх цілей. Самоконтроль виступає інтегративною функцією психіки, яка поєднує в собі елементи саморегуляції, волі, емоційної стійкості та усвідомленої поведінкової організації.

Було з’ясовано, що розвиток самоконтролю є важливою умовою соціальної адаптації особистості, її психологічної зрілості та здатності до ефективного функціонування в суспільстві. Особливо значущим є той факт, що самоконтроль не є вродженою якістю у повному обсязі, а формується поступово під впливом соціального середовища, виховання та індивідуального досвіду.

Окрему увагу в роботі було приділено підлітковому віку як критичному періоду розвитку особистості. Саме в цей віковий період відбувається інтенсивне становлення самосвідомості, формування системи цінностей, розвиток критичного мислення та прагнення до автономії. Водночас підлітковий вік характеризується емоційною нестабільністю, імпульсивністю та недостатньо сформованими механізмами самоконтролю, що робить цей період особливо чутливим до зовнішніх впливів, зокрема сімейного середовища.

У ході аналізу поняття сімейного виховання було встановлено, що сім’я є первинним інститутом соціалізації, який відіграє визначальну роль у формуванні особистості дитини. Саме в сім’ї закладаються базові поведінкові моделі, емоційні реакції, установки щодо себе та інших людей. Важливим компонентом сімейного виховання виступає стиль батьківської взаємодії, який визначає рівень емоційної підтримки, контроль, вимогливість та ступінь автономії дитини.

На основі теоретичного аналізу було зроблено висновок, що різні стилі сімейного виховання по-різному впливають на розвиток самоконтролю. Зокрема, гармонійні стилі, що поєднують емоційну підтримку та помірний контроль, сприяють формуванню внутрішньої відповідальності, здатності до самостійного прийняття рішень та розвитку стійких механізмів саморегуляції. Натомість дисгармонійні стилі виховання можуть призводити до порушень у формуванні самоконтролю, проявів імпульсивності або залежності від зовнішнього контролю.

Емпірична частина дослідження була проведена на вибірці, що складалася з 30 респондентів, серед яких були студенти другого курсу та особи, які вже мають власний сімейний досвід. У процесі дослідження були використані психодіагностичні методики, спрямовані на визначення стилів сімейного виховання та рівня самоконтролю.

Отримані результати засвідчили наявність різних типів сімейного виховання у досліджуваній вибірці. При цьому було виявлено, що найбільш поширеними є такі стилі, як гіперпротекція, гіпопротекція та суперечливий стиль виховання. Це свідчить про неоднорідність умов виховання у сім'ях респондентів та наявність певних дисбалансів у виховних практиках.

Аналіз рівня самоконтролю показав переважання середнього рівня у більшості респондентів. Це свідчить про загалом сформовану здатність до регуляції поведінки, однак також вказує на недостатню стійкість у складних або емоційно напружених ситуаціях. Водночас значна частина респондентів продемонструвала низький рівень самоконтролю, що може бути індикатором труднощів у сфері емоційної регуляції, імпульсивності та недостатньої поведінкової стабільності.

Найбільш значущим результатом дослідження стало встановлення чіткої закономірності між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю. Було виявлено, що дисгармонійні стилі виховання, зокрема гіпопротекція та емоційне відкидання, найчастіше асоціюються з низьким рівнем самоконтролю. Це пояснюється недостатністю емоційної підтримки, відсутністю стабільної системи вимог та слабкою включеністю батьків у процес виховання, що ускладнює формування внутрішніх механізмів саморегуляції.

У свою чергу, гіперпротекція та суперечливий стиль виховання переважно пов'язані із середнім рівнем самоконтролю. Така закономірність може свідчити про амбівалентність виховного впливу: з одного боку, дитина отримує контроль і певну структурованість, а з іншого — обмеження автономії

або непослідовність вимог. Це призводить до формування нестійких механізмів саморегуляції та залежності від зовнішнього контролю.

Найбільш сприятливими умовами для формування високого рівня самоконтролю є виховання, яке поєднує емоційну підтримку, довіру до дитини та помірний рівень вимогливості. У таких умовах формується внутрішня мотивація до саморегуляції, розвивається відповідальність та здатність до самостійного прийняття рішень. Таким чином, баланс між свободою та контролем виступає ключовим чинником гармонійного психологічного розвитку особистості.

Отримані результати дозволяють зробити висновок, що мета дослідження досягнута, а всі поставлені завдання виконані в повному обсязі. Висунута гіпотеза про наявність взаємозв'язку між стилем сімейного виховання та рівнем самоконтролю у підлітків і молоді повністю підтвердилася.

Важливим теоретичним результатом роботи є підтвердження положення про те, що сімейне виховання виступає одним із ключових чинників формування саморегуляції особистості. Водночас емпіричні дані уточнюють це положення, демонструючи, що вплив сім'ї є багатовимірним і залежить від поєднання емоційних, поведінкових та структурних компонентів виховного процесу.

Практичне значення отриманих результатів полягає в можливості їх використання у діяльності практичних психологів, педагогів та батьків. Зокрема, результати можуть бути застосовані для діагностики рівня самоконтролю у підлітків, виявлення особливостей сімейного виховання, розробки психокорекційних програм, а також профілактики девіантної поведінки у підлітковому середовищі.

Крім того, результати дослідження можуть бути використані для підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків, зокрема у

контексті формування більш ефективних стратегій виховання, що сприяють розвитку самостійності, відповідальності та емоційної зрілості дитини.

Перспективи подальших досліджень можуть бути спрямовані на більш детальне вивчення окремих компонентів сімейного виховання, які найбільш суттєво впливають на формування самоконтролю, а також на розробку та апробацію корекційно-розвивальних програм для підлітків із низьким рівнем саморегуляції.

Окремо слід зазначити, що у процесі виконання роботи було встановлено важливу роль багатофакторності у формуванні самоконтролю. Сімейне виховання не є єдиним детермінуючим чинником, а функціонує у взаємодії з іншими соціальними та психологічними умовами, такими як освітнє середовище, група однолітків, індивідуальні особливості темпераменту та життєвий досвід особистості.

Таким чином, проведене дослідження дозволяє зробити узагальнений висновок про те, що сімейне виховання відіграє фундаментальну роль у формуванні самоконтролю, а характер внутрішньосімейних взаємин значною мірою визначає рівень психологічної зрілості, поведінкової стабільності та соціальної адаптації особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І.Д. *Особистісно орієнтоване виховання*. – К.: Либідь, 2003. – 280 с.

2. Вікторова Л.В. *Психологія сім'ї: навчальний посібник*. – К.: Каравела, 2017. – 240 с.

3. Гаврилюк О.О. *Вікова психологія: підлітковий вік*. – К.: Академвидав, 2015. – 312 с.

4. Дуткевич Т.В. *Дитяча психологія: навчальний посібник*. – К.: Центр учбової літератури, 2012. – 424 с.

5. Карабанова О.А. *Психологія сімейних відносин*. – К.: Освіта, 2011. – 320 с.

6. Кузьменко В.В. *Психологія розвитку особистості*. – К.: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2016. – 356 с.

7. Максименко С.Д. *Загальна психологія*. – К.: Центр учбової літератури, 2013. – 592 с.

8. Мельник Л.О. *Психологія підліткового віку*. – К.: Генеза, 2018. – 280 с.

9. Савчин М.В. *Вікова психологія*. – К.: Академвидав, 2011. – 464 с.

10. Скрипник Т.В. *Психологія сімейного виховання*. – К.: Логос, 2014. – 256 с.

11. Шевченко С.М. *Психологія саморегуляції особистості*. – К.: Педагогічна думка, 2019. – 288 с.

12. Bandura A. *Social Cognitive Theory*. – Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1986.

13. Baumrind D. *Effects of authoritative parental control on child behavior*. – Psychological Bulletin, 1991.

14. Steinberg L. *Adolescence*. – New York: McGraw-Hill Education, 2014.

15. Maccoby E.E., Martin J.A. *Socialization in the context of the family*.

– In: Handbook of Child Psychology. – New York: Wiley, 1993.

16. Darling N., Steinberg L. *Parenting style as context: An integrative model*. – Psychological Bulletin, 1993.

17. Baumrind D. *Parenting styles and adolescent development*. – In: Encyclopedia of Adolescence. – 2011.

18. Bronfenbrenner U. *The Ecology of Human Development*. – Harvard University Press, 1979.

19. Bowlby J. *Attachment and Loss: Attachment*. – New York: Basic Books, 1969.

20. Gottman J.M. *Raising an Emotionally Intelligent Child*. – New York: Simon & Schuster, 1997.

21. Gottfredson L. S. Self-control and impulsivity in personality development. – Journal of Personality, 2004.

22. Mischel W. The Marshmallow Test: Understanding Self-Control and How To Master It. – New York: Little, Brown, 2014

23. Baumeister R. F., Tierney J. Willpower: Rediscovering the Greatest Human Strength. – New York: Penguin, 2011.

24. Deci E. L., Ryan R. M. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation. – American Psychologist, 2000.

25. Gross J. J. Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. – Handbook of Emotion Regulation, 2014.

26. Hoffman M. L. Empathy and moral development. – Cambridge University Press, 2000.

27. Eisenberg N., Spinrad T. L. Emotion-related regulation: Development and implications. – Child Development Perspectives, 2004.

28. Sroufe L. A. Emotional development: The organization of emotional life in the early years. – Cambridge University Press, 1996.

29. Collins W. A., Steinberg L. Adolescent development in interpersonal context. – Handbook of Adolescent Psychology, 2006.

30. Bornstein M. H. Parenting and child development in the family context. – Psychological Science, 2002.

31. Steinberg L., Darling N. Parenting practices and adolescent outcomes. – Journal of Research on Adolescence, 1995.

32. Ainsworth M. D. S. Patterns of attachment. – Hillsdale: Erlbaum, 1978.

33. Belsky J. The determinants of parenting. – Child Development, 1984.

34. Shonkoff J. P., Phillips D. A. From neurons to neighborhoods: The science of early child development. – National Academies Press, 2000.

35. Patterson G. R. Coercive family process. – Eugene: Castalia Publishing, 1992.

36. Grusec J. E., Hastings P. D. Handbook of socialization. – New York: Guilford Press, 2007.

37. Lerner R. M. Developmental science, developmental systems. – Human Development, 2006.

38. Skinner E. A., Zimmer-Gembeck M. J. The development of coping. – Annual Review of Psychology, 2007.

39. Tangney J. P., Baumeister R. F., Boone A. L. High self-control predicts good adjustment. – Journal of Personality, 2004