

ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.942.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2025.3/25>**Мітіна С. В.**

Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського

ВПЛИВ РОЗЛУЧЕННЯ БАТЬКІВ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДИТИНИ

Стаття присвячена дослідженню психоемоційного стану дітей, які пережили розлучення батьків. Зауважується, що ситуація розлучення вкрай негативно позначається на психоемоційному розвитку дитини, ускладнюючи процес соціалізації та може бути чинником невротичних розладів, що обумовлює актуальність даної проблеми. Мета статті – теоретичне осмислення і емпіричне дослідження особливостей впливу розлучення батьків на психоемоційний стан дитини. Методи – теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення наукової літератури) та емпіричні (констатуючий експеримент, тестування, математико-статистичні методи). Вибірку склали 60 дітей молодшого шкільного віку: 30 дітей, батьки яких розлучилися та 30 дітей з повних сімей. Результати. На основі теоретичного аналізу наукових джерел з'ясовано, що розлучення батьків здійснює психотравмуючий вплив на розвиток дитини. Негативними наслідками розлучення є прояви деструктивних емоцій у дітей, а саме: гніву, агресії, тривоги, страхів, почуття провини, образи, які вони переживають впродовж тривалого часу після розпаду сім'ї, що може бути причиною девіантної поведінки, невротичних розладів і психосоматичних захворювань. За результатами емпіричного дослідження визначено, що у дітей, які пережили розлучення батьків, у порівнянні з однолітками з повних сімей, низька стресостійкість, високий рівень тривожності, особливо у ситуації шкільного навчання, вони переживають фрустрацію потреби у досягненні успіху, відчують страх у ситуації перевірки знань, страх самовираження, страх не відповідати очікуванням оточуючих, що ускладнює їх стосунки з однокласниками та вчителями. Висновки. Розлучення батьків деструктивно впливає на розвиток і психоемоційний стан дітей. Тривога у них має генералізований характер і спрямована на безліч життєвих обставин, що ускладнює процес соціалізації та надалі побудову адекватних відносин у власній сім'ї. Необхідною умовою подолання негативних почуттів та адаптації дитини до нової життєвої ситуації є вміння батьків побудувати конструктивні стосунки один з одним, надати дитині можливість зберегти взаємини з обома батьками, що допоможе їй пережити кризу розлучення.

Ключові слова: діти, розлучення батьків, психоемоційний стан, тривожність.

Постановка проблеми. Розлучення подружжя є гострою проблемою сучасного суспільства і наша країна не є винятком. За статистичними даними біля половини браків в нашої країні закінчуються розпадом, при цьому більша кількість розлучень відбувається у період тривалості шлюбу до 15 років, тобто в сім'ях, де є неповнолітні діти. Згідно із даними Мінюсту, у довоєнному 2021 році в Україні було зареєстровано 214,01 тис. шлюбів та 29,59 тис. розлучень, тоді як у рік початку війни (2022 р.) кількість шлюбів зросла до 222,89 тис., а кількість розлучень зменшилася до 17,89 тис. Проте зараз тенденція розі-

рвання шлюбу знову набирає обертів. У 2024 році в Україні шлюбів було зареєстровано на 19,3% менше, ніж попереднього року, водночас кількість розлучень стрімко зросла на 42,2% у порівнянні з 2023 роком, і на 18% більш ніж у 2021 році. Отже, за даними статистики кількість сімей, що розпадаються невпинно зростає протягом останніх років [2].

На думку науковців, психічні травми, які переживаються у дитинстві, стають чинником появи симптомів невротичних розладів у підлітковому, юнацькому та дорослому віці. Трагедія розлучення батьків переноситься дитиною далі у життя

ускладнюючи побудову адекватних відносин у власній сім'ї. Дослідження психоемоційного стану дітей, які пережили розлучення батьків є вкрай актуальним, для подальшої розробки програм психологічної допомоги сім'ї, що дасть можливість знизити наслідки негативного впливу розлучення на розвиток дитини та попередити появу невротичних розладів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Аналіз сучасних наукових джерел свідчить про психотравмуючий вплив розлучення на розвиток дитини, що може викликати такі важкі наслідки, як неврози, депресивні стани і різні порушення у поведінці. У працях О. Б. Бовть, І. В. Гречешнюк, Н. Онищенко, Н. Подлеснова, І. Сіданіч, І. М. Хоржевської розкриваються різні аспекти впливу негативної сімейної ситуації перед розлученням на особистість дітей. Вплив деструктивних стосунків батьків на дитину, її життєдіяльність і розвиток після розлучення досліджуються А. С. Іващенко, Н. Ю. Максимової, О. М. Максимович, К. П. Радзівіл, І. М. Руденко, К. Є. Суятиної. Процес розлучення, що супроводжується дестабілізацією емоційних взаємин між подружжям, призводить до різноманітних переживань у дітей: тривожності, відчуття самотності, замкнутості, емоційної вразливості, беззахисності, агресивності та може бути причиною психосоматичних захворювань [5, с. 6].

Результати дослідження І. М. Руденко свідчать, що розлучення батьків зумовлює появу у дітей деструктивних емоцій (провини, образи, невпевненості, роздратування, тривожності, страху), які вони переживають впродовж тривалого часу після розпаду сім'ї. Агресивні прояви молодших школярів, які пережили розлучення батьків, на думку авторки, є прийомами психологічного захисту від негативних почуттів. Відчуття сили та захисту молодші школярі пов'язують з роллю батька, тому відсутність батька у сім'ї не дає можливості повною мірою задовольнити потребу дитини у безпеці, що може бути причиною депресивних та астенічних проявів [5, с. 16].

Максимова Н. Ю. також відзначає вкрай негативний вплив розлучення батьків на розвиток дітей, що може бути чинником психосоматичних розладів і девіантної поведінки. У дітей дошкільного віку відбувається регрес у розвитку, зокрема, повертається нічний енурез, знижується саморегуляція. У школярів погіршується навчальна успішність, дисципліна, підвищується агресивність, можуть з'явитися втечі з дому, крадіжки, хуліганство. Часто у дітей виникають психосо-

матичні розлади: безсоння, головні болі, фобії, загальна збудженість і рухова розгальмованість або, навпаки, депресія, апатія. Батьки рідко усвідомлюють, що погіршення поведінки чи здоров'я дитини пов'язане з їх розлученням. Вони пояснюють це поганим характером дитини, й намагаються «переламати» її поведінку, що призводить до нових проблем.

Серед симптомів, які можуть сигналізувати про гостре переживання дитиною процесу розлучення батьків може бути: негативізм, почуття провини, аутоагресія, емоційна нестабільність, прояви тривоги, страхів. Разом з тим, як зауважує Н. Ю. Максимова, не всі діти реагують на розлучення батьків так яскраво, проте відсутність поведінкових порушень не означає, що дитина не відчуває негативних переживань. Відсутність негативних проявів зумовлює уявлення дорослих про те, що розлучення зовсім не вплинуло на дитину, що вона цілком спокійно або байдуже сприйняли зміну своєї життєвої ситуації. Проте це є наслідком включення механізму витіснення, що надалі призводить до глибоких внутрішньоособистісних конфліктів дитини, навіть до невротичних розладів чи психосоматичних захворювань [1, с. 103].

Після розлучення спостерігається послаблення емоційного зв'язку дитини з батьком внаслідок відсутності спільного життєвого (сімейного) досвіду, наявності емоційно-напружених стосунків колишнього подружжя або появою у батька нової сім'ї. У складі більшості неповних сімей відсутні родичі чоловічої статі, що зумовлює брак взірця чоловічої ролі. У дітей не має зразку статево-рольових взаємин чоловіка і жінки у сімейних стосунках, це ускладнює соціалізацію та формування гендерної ідентичності [5, с. 14].

Для формування гармонійної, функціональної гендерної ідентичності необхідні близькі, емоційне насичені відносини як із матір'ю, так із батьком. Статево-рольова ідентифікація відбувається як через наслідування аналогічної ролі дорослого, так і шляхом протиставлення, через протилежну роль батька іншої статі. Відсутність батька для хлопчиків – це втрачена можливість досягти статево-рольової ідентичності шляхом ідентифікації з батьком. У дівчат, які виросли без участі батька, ускладнюється процес формування статевої самосвідомості, надалі вони можуть зазнавати труднощів у взаєминах із представниками протилежної статі. Результати нашого попереднього дослідження показують, що підлітки з неповних сімей мають суперечливі, нестійкі уявлення про ген-

дерні ролі, низький рівень соціалізації в системі інтимне-особистісного спілкування, що свідчить про ускладнення процесу формування гендерної ідентичності дитини після розлучення батьків [3, с. 43].

Результати дослідження І. М. Хоржевської, І.В.Гречешнюк свідчать, що більшість дітей із розлучених сімей мають низьку самооцінку, підвищену самокритичність, вони невпевнені у власних силах і в собі, тому у будь-якої діяльності орієнтовані на невдачу, проявляють високу тривожність, агресію. Такі діти невпевнено почувають себе у взаєминах із іншими, у них часто виникають проблеми у навчанні, у спілкуванні з однолітками, внаслідок відсутності підтримки з боку обох батьків виникає відчуття небезпеки, що ускладнює процес адаптації та соціалізацією дитини [7, с. 187].

Дослідження американських вчених також свідчать, що розлучення батьків пов'язане з підвищеним ризиком проблем адаптації дітей та підлітків, включаючи академічні труднощі, деструктивну поведінку, вживання наркотиків, пригнічений настрій. У дорослому віці вони часто виявляють схильність до ризикованої сексуальної поведінки, відчувають нестабільність стосунків у власній сім'ї. При цьому, навіть якщо діти не виявляють очевидних психологічних проблем у ситуації розлучення батьків, проте у подальшому житті відчувають підвищену тривожність, занепокоєння при важливих подіях, як випускні або весілля, на яких мають бути присутні обидва батьки [8, с. 101].

Слід зазначити, що нерідко жінка у розлученні звинувачує батька, виховує у дітей почуття ненависті до нього, яке може обернутися потім проти неї й інших. Травма дитини посилюється тим, що безпорадність і труднощі, які переживає після розлучення мати, роблять її непослідовною, емоційне нестійкою і часто несправедливою до дитини. К. Є. Суятинова зазначає, що найбільш ускладнюється процес соціалізації та розвиток дитини, коли мати інтенсивне займається влаштуванням особистого життя, приводить у дім «нового батька». Дитина стає замкнутою, відчуває себе нікому не потрібною, часто погіршуються стосунки з мамою, можливі втечі з дому. Крім того, матеріальні труднощі в розлучених сім'ях важко переносяться дитиною, породжують невдоволення, заздрість, приниження, злість [6, с. 198].

Отже, розлучення батьків призводить до серйозних негативних наслідків, деструктивне впливає на психоемоційний розвиток дитини, що

супроводжується проявами гніву, почуття провини, тривожності, страху, може спровокувати девіантну поведінку та психосоматичні розлади.

Постановка завдання. Мета статті – теоретичне осмислення і емпіричне дослідження особливостей впливу розлучення батьків на психоемоційний стан дитини.

Виклад основного матеріалу. Розлучення батьків це подвійна психотравматична подія у житті дитини, що супроводжується напруженою психологічною атмосферою в сім'ї внаслідок дестабілізації емоційних стосунків між батьками, а також порушенням дитяче-батьківських взаємин після розлучення. Процес пристосування дітей до нових умов життя після розлучення залежить значною мірою від емоційного стану батьків, характеру їх стосунків, специфіки побудови взаємин дитини з обома батьками.

К. П. Радзівіл зазначає, що одним із несприятливіших чинників, що перешкоджає адаптації дитини до обставин розлучення, є наявність у матері психопатології, що призводить до втягнення дітей у конфліктні стосунки між нею та батьком. За Міжнародною класифікацією хвороб стан дитини, спричинений деструктивними формами взаємодії батьків, уналежнено до психіатричних відхилень [4, с. 169].

Болісні переживання дітей під час розлучення батьків, як зауважує Н. Ю. Максимова підсилюються ще тим, що вони реагують не стільки на об'єктивні обставини, скільки на свої страхи й фантазії. Дитина переживає ситуацію не лише як розлучення мами й тата, а насамперед як своє розлучення з батьком. Усвідомлення дитиною своєї другорядності в житті батька, призводить до того, що почуття суму перетворюється на лють, гнів, розпач, які можуть бути спрямовані на обох батьків. Крім того, важно розуміти, що дитина сприймає настрій і поведінку батьків насамперед як оцінку своєї особистості, що спонукає вважати сварки батьків як прояв їх незадоволення саме дитиною, що сприймається нею як справжня причина їх розлучення [1, с. 99].

Науковці наголошують, що найгірші наслідки розлучення є для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, які збільшуються з часом. Лонгitudне дослідження J.Wallerstein дозволило встановити, що навіть через п'ять років після розлучення батьків у 37% дітей спостерігалися ознаки клінічної депресії, у 30% – психологічний розвиток був зафіксовано на тому віковому проміжку, в якому сталося розлучення батьків. Повторна діагностика, що була проведена через 25 років,

дозволила констатувати, що навіть у дорослому житті діти розлучених батьків відчували потребу в турботі, переживали тривожність, смуток, почуття втрати, змарнованого дитинства, виявляли агресію, схильність до зловживання алкоголем [9, с. 256].

З метою визначення на скільки суттєвим є вплив ситуації розлучення батьків на психоемоційний стан дитини нами було проведено емпіричне дослідження тривожності дітей молодшого шкільного віку, батьки яких розлучилися. При виборі даної вікової категорії ми враховували той факт, що саме діти молодшого шкільного віку найбільш уразливі в ситуації розлучення батьків. Навчальна діяльність, перебудова системи взаємин з дорослими і однолітками, посилюють необхідність підтримки обох батьків, якої позбавляється дитина після їх розлучення. Тривожність може посилюватися внаслідок складності при засвоєнні матеріалу та напруженими відносинами з однокласниками та вчителями. Для збереження валідності результатів емпіричного дослідження було визначено дві групи: експериментальна група 30 молодших школярів віком 8–9 років, батьки яких нещодавно розлучилися (15 дівчат і 15 хлопчиків); контрольна група 30 молодших школярів, які живуть повних сім'ях і виховуються обома батьками (15 дівчат і 15 хлопчиків).

В ході емпіричного дослідження були застосовані наступні методики: шкала явної тривожності (СМАС) Дж. Тейлора, тест шкільної тривожності Б. Філіпса, які дозволили нам оцінити рівень загальної тривожності, страх і тривогу, що пов'язані з навчальною діяльністю.

Отримані результати за методикою Дж. Тейлора показують, що у більшості дітей, які пере-

жили ситуацію розлучення батьків, спостерігаються прояви тривоги, в порівнянні у контрольній групі немає дітей з явно вираженою тривожністю (див.рис.1). Слід зауважити, що у 10% дітей розлучених батьків дуже високий рівень тривожності, що може свідчити про наявність сильного особистісного конфлікту та бути симптомом неврозу.

Аналіз результатів показав статистично значущі відмінності у рівні прояву тривожності молодших школярів, які пережили розлучення батьків, в порівнянні з дітьми, які живуть у повній сім'ї (тем_p = 2.39, $p \leq 0,05$).

За допомогою методики Б. Філіпса було досліджено рівень і характер тривожності дітей, яка пов'язано з шкільним навчанням. Статистичний аналіз отриманих результатів показав достовірність відмінностей у прояві високого рівня шкільної тривожності учнів, батьки яких розлучилися, у порівнянні зі школярами з повних сімей, за шкалами страх самовираження, страх ситуації перевірки знань (фемп. = 1.99, $p \leq 0,05$); та відмінності у прояві підвищеного рівня за всіма показниками, а саме: загальна тривожність у школі (фемп. = 2.64, $p \leq 0,01$), переживання соціального стресу (фемп. = 2,91, $p \leq 0,01$), фрустрація потреби у досягненні успіху (фемп. = 4.71, $p \leq 0,01$), страх ситуації перевірки знань (фемп. = 2.09, $p \leq 0,05$), страх самовираження (фемп. = 2.18, $p \leq 0,05$), страх не відповідати очікуванням оточуючих (фемп. = 2.64, $p \leq 0,01$), низький фізіологічний опір стресу (фемп. = 3.81, $p \leq 0,01$), страхи у відносинах із вчителями (фемп. = 4.42, $p \leq 0,01$). Отримані результати свідчать, що розлучення батьків вкрай негативно впливає на навчальну діяльність дітей, ускладнює їх стосунки з однолітками та вчителями, що може призвести до шкільної дезадаптації.

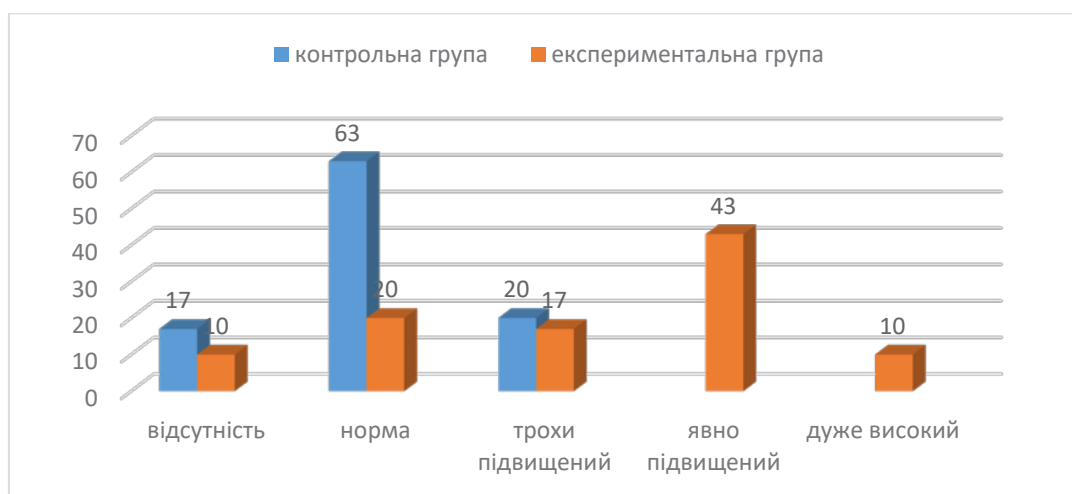


Рис. 1. Рівень прояву тривожності за методикою Дж. Тейлора (%)

Результати дослідження І. М. Руденко також свідчать, що навчальна діяльність молодших школярів впродовж поточного року після розлучення батьків погіршується, характеризується нестабільністю, характерне зниження працездатності психічних процесів: уваги, пам'яті, мислення, наслідком чого є зниження початкової успішності, у порівнянні з учнями із повних сімей, також виникають складнощі у взаєминах з однокласниками та вчителями [5, с. 14].

Для з'ясування того чи різняться емоційні переживання розлучення батьків залежно від статі дитини, ми провели порівняння рівня тривожності у дівчат і хлопців. Результати діагностики показують, що для більшості дівчат характерні підвищений і високий рівень тривожності, тривожних хлопчиків трохи менше (див. рис. 2). Однак, статистично значущих відмінностей у прояві явної тривожності в групі дівчаток і хлопчиків не виявлено.

Слід зазначити, що по-різному впливає розлучення на прояви шкільної тривожності у дівчаток і хлопчиків. Порівняльний аналіз результатів показав, що у дівчат вище загальний рівень тривожності у школі (фемп. = 2.07, $p \leq 0,05$), вони більш переживають фрустрацію потреби у досягненні успіху (фемп. = 1.7, $p \leq 0,05$), відчувають страх не відповідати очікуванням оточуючих (фемп. = 2.07, $p \leq 0,05$), мають низьку фізіологічну стресостійкість (фемп. = 1.92, $p \leq 0,05$), а хлопчики більш проявляють тривожність і страхи у відносинах з вчителями (фемп. = 3.05, $p \leq 0,01$). Отже ситуації, що обумовлюють високу шкільну тривожність істотно відрізняються у хлопчиків і дівчаток, які пережили розлучення батьків.

Загалом, можна стверджувати, що розлучення батьків деструктивно впливає на психоемоційний стан дітей, тривога у них має генералізований характер, може бути постійною та спрямована на безліч життєвих обставин, що ускладнює процес соціалізації та взаємодію з оточуючими.

Висновки. Підсумовуючи вищевикладене, необхідно зазначити, що розлучення батьків негативно позначається на розвитку і психоемоційному стані дитини та далі переноситься у подальше життя ускладнюючи побудову адекватних відносин у власній сім'ї. Відсутність підтримки обох батьків призводить до емоційної нестабільності дитини, що може викликати такі важкі наслідки, як психосоматичні розлади та порушення поведінки. Результати емпіричного дослідження свідчать, що діти розлучених батьків, у порівнянні зі школярами з повних сімей, відчувають підвищену тривожність, особливо у ситуації шкільного навчання. Необхідною умовою подолання негативних почуттів та поступової адаптації дитини до нової життєвої ситуації є вміння батьків побудувати конструктивні стосунки один з одним після розлучення, надати дитини можливість зберегти взаємини з обома батьками, що допоможе їй пережити кризу розлучення.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо в розробці корекційно-профілактичних програм, спрямованих на оптимізацію сімейних стосунків і програм психологічної допомоги сім'ї у подоланні кризової ситуації, що дасть можливість знизити психотравмуючий вплив розлучення на розвиток дитини та попередити появу невротичних розладів.

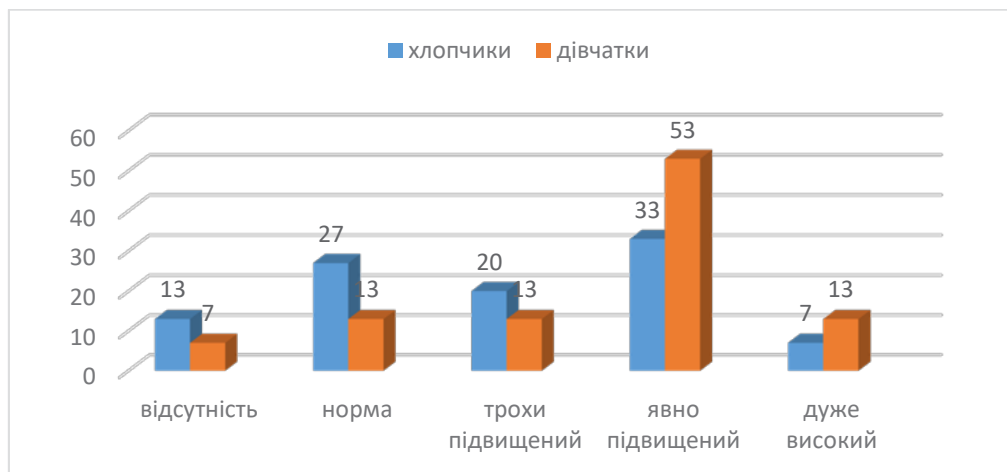


Рис. 2. Рівень прояву тривожності у дівчат і хлопців (%)

Список літератури:

1. Максимова Н.Ю. Розлучення батьків як фактор девіантної поведінки дітей. Актуальні проблеми психології [Текст]: зб. наук. праць. Том 11. *Психологія особистості. Психологічна допомога особистості*. Вип. 13. / За ред. С. Д. Максименка; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. Київ: Гнозис, 2015. С. 97–104.
2. Малик О.В. Статистика розлучень та причини розірвання шлюбу в Україні. URL: <https://www.simeinyi-advokat.com.ua/news/statystyka-rozluchen-v-ukraini>.
3. Мітіна С.В. Проблема формування гендерної ідентичності підлітків в умовах неповної сім'ї. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*. Серія: Психологія. 2019. Том 30 (69). № 1 С. 37–45. URL: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/1_2020/7.pdf
4. Радзівіл К.П. Відчуження дитиною одного з батьків як психологічний феномен: науково-теоретичне обґрунтування. *Вісник Львівського університету*. Серія психологічні науки. 2021. Випуск 11. С. 167–172. DOI: <https://doi.org/10.30970/PS.2021.11.21>
5. Руденко І.М. Вплив розлучення батьків на життєдіяльність дитини молодшого шкільного віку: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01. Національний педагогічний уні.-т імені М.П. Драгоманова. Київ, 2009. 21 с.
6. Суянтинова К.Є. Особливості впливу неповної сім'ї на соціалізацію дитини дошкільного віку. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи*. 2013. Випуск 47. С. 194–199.
7. Хоржевська І.М., Гречешнюк І.В. Емоційний стан дитини в ситуації розлучення батьків. *Габітус*. 2021. Вип. 30. С. 185–190. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/habit_2021_30_34.
8. Brian D'Onofrio, Robert Emery Parental divorce or separation and children's mental health. *World Psychiatry*: Volume 18, Issue 1. 2019. P. 100–101.
9. Wallerstein J.S., Lewis J.M., Blakeslee S. The unexpected legacy of divorce. N.Y.: Hyperion, 2000. 347 p.

Mitina S. V. THE INFLUENCE OF PARENTAL DIVORCE ON THE CHILD'S PSYCHO-EMOTIONAL STATE

The article is devoted to the study of the psycho-emotional state of children who have experienced parental divorce. It is noted that the situation of divorce has an extremely negative impact on the psycho-emotional development of the child, complicating the process of socialization and can be a factor of neurotic disorders, which makes this problem relevant. Purpose – the theoretical reflection and the empirical study of the specifics of impact of parental divorce on the psycho-emotional state of the child. Methods – theoretical (analysis, synthesis, generalization of scientific literature) and empirical (pilot study, testing, mathematical-statistical methods). The sample consisted of 60 children of primary school age: 30 children whose parents had recently divorced; 30 children from complete families. Results: On the basis of theoretical analysis of the psychological literature it was found that parental divorce has a psychotraumatic effect on the development of a child. The negative consequences of divorce are the manifestations of destructive emotions in children: anger, aggression, anxiety, fear, feelings of guilt, resentment, which they experience for a long time after the family breakdown, which can be the cause of deviant behavior, neurotic disorders and psychosomatic diseases. Based on the results of an empirical study, it was determined that the children who have experienced of their parents' divorce, compared to their peers from complete families, have a low stress resistance, a high level of anxiety, especially in the situation of schooling, they experience the frustration of the need to achieve success, feel fear in the situation knowledge tests, fear of self-expression, fear of not meeting the expectations of others, which complicates their relationships with peers and teachers and can provoke school maladaptation. Conclusions. Parental divorce has a destructive effect on the development and psycho-emotional state of the child. Anxiety is generalized and directed at many life circumstances, which complicates the process of socialization and further building of adequate relationships in one's own family. A necessary condition for overcoming negative feelings and gradual adaptation of the child to a new life situation is the ability of the parents to build constructive relationships with each other, to provide the child the opportunity to maintain relationships with both parents, which will help him to survive the crisis of divorce.

Key words: children, parents' divorce, psychoemotional state, anxiety.