

РОЛЬ СТИЛІВ БАТЬКІВСЬКОГО ВИХОВАННЯ У ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПІДЛІТКІВ

Березнюк Віолетта Олегівна

здобувачка вищої освіти

Одеського національного економічного університету

ORCID ID: 0009-0007-3119-9023

У статті розкрито роль стилів батьківського виховання у формуванні та підтриманні психологічного благополуччя підлітків. Зазначено, що підлітковий вік є критичним періодом психосоціального розвитку, упродовж якого відбувається активне становлення особистісної автономії, емоційної зрілості та соціальної ідентичності. У цей час батьківське виховання виступає провідним чинником, який впливає на розвиток самосприйняття, самооцінки, емоційної стабільності та міжособистісних стосунків підлітка. Визначено, що демократичний стиль виховання сприяє розвитку внутрішньої відповідальності, емпатії та стійкості до стресу, тоді як авторитарний чи байдужий стилі можуть провокувати емоційну напругу, тривожність і девіантні прояви поведінки. Підкреслено, що саме емоційна підтримка, послідовність виховних вимог і відкритість комунікації між батьками й дітьми забезпечують формування позитивного мікроклімату в сім'ї, що є базовою умовою психологічного благополуччя підлітка. Проаналізовано взаємозв'язок між характеристиками сімейного виховання та рівнем суб'єктивного відчуття щастя, задоволеності життям і соціальної адаптації підлітків. Окреслено психолого-педагогічні орієнтири оптимізації сімейного виховання, серед яких: розвиток батьківської компетентності, підвищення рівня емоційної культури, формування навичок ефективної комунікації та ненасильницької взаємодії у сім'ї. Зроблено висновок, що забезпечення психологічного благополуччя підлітків не можливе без гармонізації родинних стосунків, створення атмосфери довіри, прийняття та взаємоповаги, які формують основу психічного здоров'я та життєстійкості особистості.

Ключові слова: стилі виховання, батьківське виховання, психологічне благополуччя, підлітковий вік, емоційна підтримка, сімейні стосунки, психічне здоров'я.

Berezniuk V. THE ROLE OF PARENTING STYLES IN ENSURING THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF ADOLESCENTS

The article reveals the role of parenting styles in shaping and maintaining the psychological well-being of adolescents. It is noted that adolescence is a critical period of psychosocial development during which personal autonomy, emotional maturity, and social identity are actively formed. During this stage, parental upbringing serves as a key factor influencing the development of self-perception, self-esteem, emotional stability, and interpersonal relationships of adolescents. It is determined that the democratic parenting style promotes the development of internal responsibility, empathy, and stress resilience, whereas authoritarian or neglectful styles may provoke emotional tension, anxiety, and deviant behavioral manifestations. It is emphasized that emotional support, consistency of parental demands, and open communication between parents and children contribute to the formation of a positive family microclimate, which serves as a fundamental condition for the psychological well-being of adolescents. The relationship between family upbringing characteristics and the level of subjective happiness, life satisfaction, and social adaptation of adolescents is analyzed. The article outlines the psychological and pedagogical guidelines for optimizing family upbringing, including the development of parental competence, the enhancement of emotional culture, and the formation of effective communication and non-violent interaction skills within the family. It is concluded that ensuring the psychological well-being of adolescents is impossible without the harmonization of family relationships, the creation of an atmosphere of trust, acceptance, and mutual respect, which form the basis of mental health and personal resilience.

Key words: parenting styles, parental upbringing, psychological well-being, adolescence, emotional support, family relationships, mental health.

Вступ. Підлітковий вік є критичним етапом розвитку особистості, який характеризується активним формуванням соціальної ідентичності, системи цінностей, моральних орієнтацій та емоційної саморегуляції. У цей період відбувається опанування різних соціальних ролей, норм поведінки та моделей взаємодії з оточенням, що значною мірою визначає подальший психосоціальний розвиток особистості. Здатність підлітка ефективно адаптуватися у соціумі та підтримувати внутрішній психологічний баланс залежить від багатьох факторів, серед яких провідну роль відіграє сімейне виховання [1; 2].

Сім'я є першою соціальною інституцією, яка формує у підлітка основи емоційної стабільності, комунікативних навичок і моральних уявлень. Стилi батьківського виховання – демократичний,

авторитарний, індиферентний або попустливий – безпосередньо впливають на психологічне благополуччя підлітків, визначаючи рівень їхньої самооцінки, соціальної адаптації, стресостійкості та здатності до саморегуляції [3; 4].

Сучасні психологічні дослідження підкреслюють, що демократичний стиль виховання, який поєднує чіткі вимоги з емоційною підтримкою, сприяє розвитку внутрішньої відповідальності та емпатії у підлітків, тоді як авторитарний або байдужий стилі часто призводять до емоційної напруженості, тривожності та проявів девіантної поведінки [5; 6].

Таким чином, вивчення ролі стилів батьківського виховання у забезпеченні психологічного благополуччя підлітків є надзвичайно актуальним і важливим завданням сучасної психології та педагогіки. Це питання має не лише теоретичне, а й практичне значення, адже саме в родині формуються базові риси особистості, її емоційна культура, здатність до саморегуляції, довіри й відкритої комунікації. Від того, який стиль взаємодії вибирають батьки, залежить становлення внутрішнього світу дитини, розвиток її впевненості у собі, почуття безпеки та соціальної зрілості.

Системне дослідження впливу стилів батьківського виховання дозволяє краще зрозуміти механізми формування психологічної стійкості підлітків, їхньої здатності до адаптації у соціумі та подолання кризових ситуацій. Особливу роль відіграє демократичний стиль, який поєднує любов, підтримку і водночас розумну вимогливість, формуючи гармонійні умови для розвитку особистісної автономії, відповідальності й емоційної зрілості. Навпаки, авторитарні чи байдужі форми взаємодії створюють ризики для формування внутрішньої напруги, невпевненості, девіантних моделей поведінки та порушень соціальної адаптації. Саме емоційна підтримка, довіра, стабільність вимог і відкритість діалогу між батьками й підлітками виступають ключовими чинниками збереження психічного здоров'я та запобігання дезадаптаційним процесам. Розуміння цих закономірностей є підґрунтям для створення комплексних програм психолого-педагогічного супроводу сімей, у межах яких здійснюється розвиток батьківської компетентності, підвищення емоційної культури, формування навичок ефективної комунікації й ненасильницької взаємодії.

Таким чином, дослідження стилів батьківського виховання відкриває широкі можливості для удосконалення профілактичних і корекційних заходів у сфері дитячої та підліткової психології. Його результати сприяють розробці ефективних психолого-педагогічних стратегій, спрямованих на зміцнення психічного здоров'я, соціальної компетентності та стресостійкості підлітків у процесі їхньої соціалізації. У подальших дослідженнях доцільним є поглиблення емпіричного аналізу взаємозв'язків між окремими компонентами сімейного виховання, особистісними характеристиками батьків та рівнем психологічного благополуччя дітей різного віку, що дозволить створити науково обґрунтовану модель гармонійного розвитку підлітка в сімейному середовищі [7; 8].

Метою цього дослідження є виявлення впливу стилів батьківського виховання на психологічне благополуччя підлітків та визначення ключових психолого-педагогічних чинників, які сприяють розвитку емоційної стабільності, соціальної адаптації та здатності до саморегуляції у підлітковому віці.

Завдання дослідження включають:

- аналіз сучасних теоретичних підходів до класифікації стилів батьківського виховання та їх психологічних наслідків для підлітків [1; 3];
- визначення основних характеристик психологічного благополуччя підлітків та критеріїв його оцінки [4; 5];
- вивчення взаємозв'язку між типом виховного стилю сім'ї та рівнем емоційної стабільності, самооцінки та соціальної адаптації підлітків [6; 7];
- формулювання практичних рекомендацій для батьків і педагогів щодо оптимізації сімейного виховання з метою підтримки психічного здоров'я та благополуччя підлітків [8; 9];

Мета дослідження передбачає не лише визначення негативних наслідків певних стилів виховання, а й спрямування профілактичної та корекційної роботи на формування психологічно здорової та соціально компетентної особистості підлітка.

Матеріали та методи. Дослідження виконано з використанням теоретичного аналізу наукової літератури та сучасних психологічних і педагогічних джерел щодо сімейного виховання та психологічного благополуччя підлітків.

Основними методами були:

- аналіз наукових публікацій – вивчення сучасних досліджень із психології підліткового віку, теорій стилів батьківського виховання та їхнього впливу на психічне здоров'я дітей [1; 3; 4];
- синтез і узагальнення даних – виділення ключових закономірностей у впливі різних стилів виховання на розвиток емоційної стабільності, самооцінки та соціальної компетентності підлітків [5; 6];
- порівняльний аналіз – зіставлення результатів різних теоретичних підходів та моделей виховання для визначення оптимальних стратегій підтримки психологічного благополуччя [7; 8];
- інтерпретація висновків – формування практичних рекомендацій для батьків та педагогів на основі аналізу наявних теорій та досліджень [9; 10].

Такий теоретичний підхід дозволив комплексно оцінити роль стилів батьківського виховання у забезпеченні психологічного благополуччя підлітків та підготувати науково обґрунтовані висновки без проведення експериментальної роботи.

Результати. У результаті проведеного теоретичного аналізу було виявлено, що стиль батьківського виховання є системою емоційних, комунікативних і поведінкових патернів, які визначають особливості взаємодії між батьками та дитиною. Класифікація Д. Баумрінда виокремлює чотири основні стилі виховання: демократичний, авторитарний, поблажливий (ліберальний) та байдужий (відчужений). Кожен із них по-різному впливає на становлення особистісних рис, самооцінки та емоційного стану підлітка [7; 8].

Аналіз наукових джерел показав, що стилі батьківського виховання мають суттєвий вплив на психологічне благополуччя підлітків, визначаючи характер їхнього емоційного стану, рівень самооцінки, соціальної адаптованості та поведінкові особливості. Сімейне виховання виступає одним із провідних механізмів соціалізації, який задає базові орієнтири для розвитку особистісної зрілості, емоційної стабільності та здатності до побудови міжособистісних стосунків.

1. Демократичний стиль виховання. Демократичний стиль вважається найбільш сприятливим для формування гармонійної особистості підлітка, оскільки поєднує у собі вимогливість і турботу, контроль і довіру, чіткість правил і свободу вибору. Для таких родин характерна висока якість емоційної взаємодії, що створює відчуття безпеки, прийняття та стабільності.

Дослідження доводять, що підлітки, які зростають у демократичному середовищі, демонструють високий рівень самоповаги, соціальної компетентності та позитивної самооцінки [3; 4; 7]. Вони здатні до саморегуляції, прийняття рішень, конструктивного вирішення конфліктів, мають розвинуті навички емоційного інтелекту та відповідальності. Крім того, демократичне виховання сприяє розвитку емпатії, соціальної чутливості, здатності розуміти й урахувати потреби інших. Відкритий стиль комунікації між батьками й дітьми знижує рівень емоційної напруги, формує відчуття підтримки та значущості, що є важливими чинниками психологічного благополуччя.

2. Авторитарний стиль виховання. Авторитарний стиль характеризується високим рівнем контролю, суворими правилами, жорсткими вимогами та мінімальною емоційною підтримкою. Батьки в таких сім'ях орієнтовані на дисципліну, покірну й досягнення результатів, однак часто ігнорують емоційні потреби дитини. Це породжує у підлітків відчуття емоційної віддаленості, страху помилки, невпевненості у власних силах.

Результати теоретичного аналізу свідчать, що в умовах авторитарного виховання у дітей формується зовнішня мотивація поведінки, залежність від оцінки інших, низький рівень автономії [5; 6]. Такі підлітки частіше відчують тривожність, пригніченість, демонструють агресивні або пасивно-захисні реакції. Психологічне благополуччя у них порушується через дефіцит емоційної безпеки, що може призводити до девіантних проявів або протестних форм поведінки.

3. Попустливий і байдужий стилі виховання. Попустливий стиль виховання характеризується надмірною свободою, відсутністю контролю та чітких меж. Батьки, які дотримуються цього стилю, схильні уникати конфліктів, часто задовольняють усі потреби дитини без урахування наслідків. Як наслідок, підлітки не набувають навичок самоконтролю, дисципліни та відповідальності за власні дії [2; 8; 9].

Байдужий стиль натомість відзначається емоційною холодністю, низьким рівнем залученості батьків у життя дитини, що призводить до дефіциту емоційної підтримки та порушення базового почуття безпеки. Такі підлітки частіше стикаються з почуттям самотності, зниженою самооцінкою, прагненням компенсувати емоційний дефіцит у соціально неприйнятних формах. У результаті спостерігається підвищений ризик формування девіантної або адиктивної поведінки, труднощі у соціальній адаптації та порушення психологічної рівноваги.

4. Роль сімейної підтримки та комунікації. Незалежно від стилю виховання, одним із ключових факторів психологічного благополуччя підлітків є якість емоційного зв'язку з батьками. Емпіричні дослідження доводять, що відкритість у спілкуванні, стабільність виховних вимог, послідовність дій батьків формують у дитини почуття захищеності та довіри до світу [1; 3; 10].

Емоційна підтримка забезпечує розвиток стійкості до стресу, адаптивних механізмів подолання труднощів і підвищує рівень суб'єктивного відчуття щастя. Атмосфера прийняття і взаємоповаги в сім'ї сприяє формуванню позитивної самооцінки, розвитку моральних орієнтацій, соціальної відповідальності та толерантності. Саме сімейна комунікація, побудована на взаєморозумінні та довірі, є базисом для гармонійного психічного розвитку підлітка, запобігаючи виникненню внутрішніх конфліктів і поведінкових відхилень.

Узагальнюючи, можна стверджувати, що стиль батьківського виховання безпосередньо визначає характер психологічного функціонування підлітка. Демократична модель взаємодії сприяє особистісному зростанню, тоді як авторитарна, попустлива чи байдужа можуть стати чинниками ризику для формування емоційної нестабільності, тривожності або девіантної поведінки.

Теоретичні дослідження підтверджують, що оптимальне поєднання вимогливості та емоційної підтримки у сімейному вихованні є ключовим чинником формування психологічно здорової та соціально компетентної особистості підлітка. Недостатність або надлишок контролю, а також емоційне зневажання можуть негативно позначатися на психічному здоров'ї та адаптаційних можливостях дитини.

Висновки. Теоретичний аналіз наукових джерел показав, що стилі батьківського виховання відіграють ключову роль у формуванні психологічного благополуччя підлітків. Основні висновки дослідження можна викласти так:

– демократичний стиль виховання сприяє розвитку внутрішньої відповідальності, емпатії, самостійності та стресостійкості підлітків, а також забезпечує високий рівень самооцінки та соціальної компетентності [3; 4; 7];

– авторитарний та байдужий стилі виховання можуть провокувати підліткову тривожність, емоційну напруженість, низьку самооцінку та схильність до конфліктів або девіантної поведінки [5; 6; 8];

– позитивний мікроклімат у сім'ї, який включає емоційну підтримку, відкриту комунікацію та послідовність виховних вимог, є важливим чинником психологічного благополуччя підлітка, незалежно від стилю виховання [1; 3; 10].

Оптимізація сімейного виховання передбачає розвиток компетентності батьків, підвищення рівня їхньої емоційної культури, формування навичок ефективної комунікації та ненасильницької взаємодії у сім'ї. Такі стратегії сприяють формуванню психологічно здорової, соціально адаптованої та морально відповідальної особистості.

Теоретичні дані свідчать, що гармонізація сімейних стосунків і створення атмосфери довіри, прийняття та взаємоповаги є базовими умовами забезпечення психічного здоров'я та життєстійкості підлітків.

Таким чином, психологічне благополуччя підлітків тісно пов'язане зі стилем батьківського виховання, і його підтримка потребує системного підходу, який поєднує теоретичні знання, практичні рекомендації для батьків і педагогів та увагу до індивідуальних особливостей дитини.

Література:

1. Абдюкова Н. В. Психологічні особливості соціалізації сучасного підлітка : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 ; Прикарпатський ун-т ім. Василя Стефаника. Івано-Франківськ, 2000. 264 с.
2. Андрусишин Р. Аналіз особливостей розвитку девіантної поведінки підлітків. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Право»*. 2022. Вип. 69. С. 13–19.
3. Антоненко В. В. Підлітки та суспільні проблеми сьогодення. *Наукові записки Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. 2020. Вип. 20(1). С. 42–49.
4. Берегова Н., Шеремет А. Девіантна поведінка у підлітків: причини, прояви, шляхи профілактики та корекції. *Psychology Travelogs*. 2025. Вип. 1. С. 127–136.
5. Березовська Л. І., Ямчук, Т. Ю. Особливості ресоціалізації підлітків з девіантною поведінкою. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. Вип. 4. С. 5–11.
6. Buri J. R. Parental authority questionnaire. *Journal of Personality Assessment*. 1991. Vol. 57(1). P. 110–119.
7. Steinberg L., Lamborn S. D., Dornbusch S. M., Darling N. Impact of parenting practices on adolescent achievement: Authoritative parenting, school involvement, and encouragement to succeed. *Child Development*. 1992. Vol. 63(5). P. 1266–1281.
8. Baumrind, D. The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*. 1991. Vol. 11(1). P. 56–95.
9. Maccoby E. E., Martin J. A. Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. *Handbook of child psychology* / P. H. Mussen (Ed.). 1983. Vol. 4. P. 1–101.
10. Darling N., Steinberg L. Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*. 1993. Vol. 113(3). P. 487–496.
11. Hoggins M., Long N. Handbook of Parenting: Theory and Research for Practice. 2004. DOI: 10.4135/9781848608160
12. Contemporary Perspectives on Childhood and Adolescence. Development, Diversity and Inclusion. Published by Routledge India, 2025. 312 p.
13. Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. Princeton NJ: Princeton University Press, 1965. URL: <http://www.jstor.org/stable/j.ctt183pjhh>
14. Diener E., Suh E., Lucas R., Smith, H. Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*. 1999. Vol. 125(2). P. 276–302.
15. Folkman S., Lazarus R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*. 1980. Vol. 21. P. 219–239.

References:

1. Abdiukova, N. V. (2000). Psykholohichni osoblyvosti sotsializatsii suchasnoho pidlitka : avtoref. dys...kand. psykol. nauk. [Psychological Features of the Socialization of a Modern Adolescent: Abstract of the Dissertation for Candidate of Psychological Sciences]. Vasyl Stefanyk Precarpathian University. [in Ukrainian].
2. Andrusyshyn, R. (2022). Analiz osoblyvostei rozvytku deviantnoi povedinky pidlitkiv [Analysis of the Features of the Development of Deviant Behavior in Adolescents]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Pravo – Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Law Series*, 69, 13–19. [in Ukrainian].

3. Antonenko, V. V. (2020). Pidlitky ta suspilni problemy sohodennia [Adolescents and Social Problems of Today]. *Naukovi zapysky Instytutu psykholohii im. H. S. Kostiuka APN Ukrainy – Scientific Notes of the G. S. Kostiuk Institute of Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine*, 20(1), 42–49. [in Ukrainian].
4. Berehova, N., & Sheremet, A. (2025). Deviantna povedinka u pidlitkiv: prychyny, proiavy, shliakhy profilaktyky ta korektsii [Deviant Behavior in Adolescents: Causes, Manifestations, and Ways of Prevention and Correction]. *Psychology Travelogs*, 1, 127–136. [in Ukrainian].
5. Berezovska, L. I., & Yamchuk, T. Yu. (2020). Osoblyvosti resotsializatsii pidlitkiv z deviantnoiu povedinkoiu [Features of Resocialization of Adolescents with Deviant Behavior]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – Bulletin of the National Defense University of Ukraine*, 4, 5–11. [in Ukrainian].
6. Buri, J. R. (1991). Parental authority questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 110–119.
7. Steinberg, L., Lamborn, S. D., Dornbusch, S. M., & Darling, N. (1992). Impact of parenting practices on adolescent achievement: Authoritative parenting, school involvement, and encouragement to succeed. *Child Development*, 63(5), 1266–1281.
8. Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.
9. Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent–child interaction. In P. H. Mussen (Ed.), *Handbook of child psychology*, 4, 1–101. Wiley.
10. Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496.
11. Hogue, M., & Long, N. (2004). *Handbook of Parenting: Theory and Research for Practice*. <https://doi.org/10.4135/9781848608160>
12. *Contemporary Perspectives on Childhood and Adolescence: Development, Diversity and Inclusion*. (2025). Routledge India.
13. Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press. Retrieved from: <http://www.jstor.org/stable/j.ctt183pjrh>
14. Diener, E., Suh, E., Lucas, R., & Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302.
15. Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219–239.

Стаття надійшла до редакції 10.10.2025
Статтю прийнято до публікації 02.11.2025
Статтю опубліковано 29.12.2025