

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

(повне найменування вищого навчального закладу)

Навчально-науковий медичний інститут

(повне найменування інституту, назва факультету (відділення))

кафедра психології

(повна назва кафедри (предметної, циклової комісії))

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри психології

_____ А.І.Яблонський

“ _____ ” _____ 20 ____ року

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти

магістр

(ступінь вищої освіти)

на тему: **ОСОБЛИВОСТІ КОНФЛІКТНОЇ ПОВЕДІНКИ СИБЛІНГІВ
З ВЕЛИКОЮ РІЗНИЦЕЮ У ВІЦІ (БІЛЬШЕ 10 РОКІВ)**

Керівник:

д.психол.н., доцент

Астремська Ірина Володимирівна

(вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Рецензент:

кандидат психологічних наук,

доцент, завідувачка кафедри

психології НУК ім. адмірала

Макарова

Карсканова Світлана Вікторівна

(посада, вчене звання, науковий ступінь, П.І.Б.)

Виконала:

студентка VI курсу групи 667 Мз

Параскун Тетяна Олександрівна

(П.І.Б.)

Спеціальності:

053 «Психологія»

(шифр і назва спеціальності)

ОПП:

«Сімейна психологія з основами

психотерапії»

Миколаїв – 2024 рік

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

(повне найменування вищого навчального закладу)

Інститут, факультет, відділення	Навчально-науковий медичний інститут
Кафедра, циклова комісія	кафедра психології
Рівень вищої освіти	другий (магістерський)
Спеціальність	053 «Психологія»
ОПП / ОНП	«Сімейна психологія з основами психотерапії»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри психології

_____ А.І.Яблонський

“ ” _____ 2024 року

З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТУ

Параскун Тетяні Олександрівні

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема проєкту (роботи) Особливості конфліктної поведінки сиблінгів з великою різницею у віці (більше 10 років)

керівник роботи: Астремська Ірина Володимирівна, д.психол.н., доцент
(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом вищого навчального закладу від
«10» вересня 2024 року № 229/1.

2. Строк подання студентом проєкту (роботи) «21» листопада 2024 року

3. Вихідні дані до кваліфікаційної роботи: вступ, основна частина, висновок, список використаних джерел та літератури, додатки.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) згідно з планом кваліфікаційної роботи магістра.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень)
не планується

6. Консультанти розділів проєкту (роботи)

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис	
		завдання видав	завдання прийняв
Вступ	Астремська І.В.		
Розділ 1	Астремська І.В.		
Розділ 2	Астремська І.В.		
Розділ 3	Астремська І.В.		
Висновки	Астремська І.В.		

7. Дата видачі завдання 10.09.2024

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів проєкту (роботи)	Примітка
1.	Вступ до кваліфікаційної роботи	вересень 2024	
2.	Розділ 1. Теоретичні засади вивчення конфліктної поведінки сиблінгів	вересень 2024	
3.	Розділ 2. Емпіричне дослідження проблем та труднощів взаємодії сиблінгів	вересень-жовтень 2024	
4.	Розділ 3. Організація психокорекційної роботи щодо подолання конфліктів між сиблінгами	жовтень 2024	
5.	Висновки	листопад 2024	
6.	Передкваліфікаційна практика	02.09 – 15.09. 2024	
7.	Оформлення списку використаних джерел та літератури, додатків	листопад 2024	
8.	Попередній захист	27.11.2024	
9.	Рецензія на кваліфікаційну роботу	02.12.2024	
10.	Захист кваліфікаційної роботи	20.12 2024	

Студент

(підпис)

Параскун Т. О.

(прізвище та ініціали)

Керівник проєкту (роботи)

(підпис)

Астремська І. В.

(прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ КОНФЛІКТНОЇ ПОВЕДІНКИ СИБЛІНГІВ.....	9
1.1. Стратегії поведінки та типи конфліктів між дітьми в сім'ї.....	9
1.2. Сучасні погляди на поняття «сиблінги» та підсистеми сиблінгів в психологічній науці	19
1.3 Роль сиблінгових позицій та взаємин у формуванні особистості й психологічний стан первістка при народженні другої дитини.....	22
Висновки до першого розділу.....	30
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМ ТА ТРУДНОЩІВ ВЗАЄМОДІЇ СИБЛІНГІВ	32
2.1 Організація та методи дослідження взаємостосунків сиблінгів.....	32
2.2 Аналіз результатів констатувального експерименту.....	40
Висновки до другого розділу.....	53
РОЗДІЛ 3. ОРГАНІЗАЦІЯ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ ЩОДО ПОДОЛАННЯ КОНФЛІКТІВ МІЖ СИБЛІНГАМИ	55
3.1 Програма тренінгу ефективного подолання конфліктів між сиблінгами	55
3.2 Аналіз результатів формувального експерименту	75
3.3 Рекомендації для батьків щодо подолання конфліктної поведінки серед сиблінгів.....	84
Висновки до третього розділу.....	87
ВИСНОВКИ.....	89
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	92
ДОДАТКИ.....	102

ВСТУП

Актуальність дослідження. Конфліктна поведінка є невід'ємною частиною взаємодії між сиблінгами, тобто братами і сестрами, і вона має значний вплив на їхній емоційний, соціальний та особистісний розвиток. У психологічній науці сиблінгові відносини розглядаються як одна з основних підсистем сім'ї, де діти набувають перших соціальних навичок, вчать спілкуватися, вирішувати конфлікти, конкурувати та співпрацювати. Однак, незважаючи на велику кількість досліджень, присвячених конфліктам між сиблінгами, особливості таких конфліктів у випадках великої різниці у віці між дітьми залишаються недостатньо вивченими.

Сиблінгові взаємини з великою різницею у віці, особливо більше 10 років, мають свою специфіку, яка відрізняється від типових відносин між дітьми, що народилися з меншою різницею у віці. Така ситуація створює унікальну динаміку в сім'ї, де старша дитина часто виступає не лише в ролі брата або сестри, але й частково бере на себе функції вихователя чи опікуна. Це може впливати на характер конфліктів між сиблінгами, їхню інтенсивність, частоту та способи вирішення. У той же час молодша дитина, відчуваючи значну вікову дистанцію, може займати підлеглу позицію в цих відносинах або ж, навпаки, намагатися утвердити свою незалежність, що також формує специфічні аспекти конфліктної поведінки.

Актуальність дослідження полягає в необхідності детального вивчення таких конфліктів, оскільки вони впливають не лише на взаємини між сиблінгами, але й на загальний клімат у сім'ї. У сучасних умовах, коли сім'ї стають меншими, а різниця у віці між дітьми часто збільшується через соціально-економічні фактори, питання ефективного управління конфліктами стає ще більш важливим. Великі вікові розриви між дітьми створюють ситуації, коли конфлікти можуть мати особливий характер, наприклад, коли старший сиблінг відчуває себе зобов'язаним допомагати у вихованні молодшого або ж навпаки, коли молодший намагається стати рівноправним

учасником взаємин, що може викликати незадоволення і роздратування у старшого.

Такі конфлікти можуть мати різні прояви, від пасивно-агресивної поведінки до відкритого протистояння, і часто впливають на емоційний стан обох дітей. Психологічні дослідження свідчать, що великі вікові розриви між сиблінгами можуть створювати ситуації нерівності, коли один з дітей відчуває себе менш цінним або важливим у сім'ї. Це, в свою чергу, може призводити до розвитку комплексів неповноцінності, зниження самооцінки, або ж до агресивної поведінки як способу самоствердження.

З іншого боку, у старшої дитини можуть виникати труднощі з адаптацією до ролі старшого брата або сестри, яка передбачає не лише лідерські функції, але й необхідність виконання певних обов'язків у догляді за молодшим сиблінгом. Це може створювати додаткове напруження в сім'ї та призводити до конфліктів, що вимагають особливої уваги з боку батьків і психологів.

Таким чином, дослідження конфліктної поведінки сиблінгів з великою різницею у віці є важливим не лише для розуміння психологічних процесів, що відбуваються у таких сім'ях, але й для розробки практичних рекомендацій щодо покращення сімейних відносин. Вивчення цих аспектів може допомогти батькам і спеціалістам з психології краще розуміти потреби дітей у таких ситуаціях і створювати сприятливі умови для їхнього гармонійного розвитку та взаємодії.

Аналіз літератури демонструє, що наукові дослідження в цьому напрямі є обширними, проте мають певні прогалини. Науковці, такі як І. В. Астремська, А. Ю. Кміт та В. І. Годованець, досліджували особливості взаємодії між сиблінгами, підкреслюючи важливість порядку народження та впливу гендерних ролей на формування їхніх взаємин. Вони зазначають, що велика різниця у віці значно впливає на характер конфліктів між сиблінгами, особливо коли старший із них бере на себе роль напівбатьківської фігури.

Л. В. Долинська та Л. П. Матяш-Заяц досліджували психологічні аспекти конфліктів у контексті сімейних стосунків, акцентуючи увагу на розумінні емоційних та когнітивних процесів, що відбуваються під час конфліктів між сиблінгами. Вони відзначають, що конфлікти між сиблінгами з великою різницею у віці часто мають менш агресивний характер, проте можуть бути більш прихованими, що ускладнює їх вирішення.

Г. А. Крупник та О. Л. Луценко, зосереджуючи увагу на адаптації дітей у сім'ї з різним порядком народження, підкреслюють, що великі вікові розриви між сиблінгами можуть сприяти формуванню більш дипломатичних або маніпулятивних стратегій поведінки в конфліктах. Їхні дослідження показують, що молодші сиблінги, маючи значний віковий розрив зі старшими, частіше проявляють залежні форми поведінки, шукаючи захисту та підтримки у старших.

У закордонних дослідженнях, зокрема у роботах К. Л. Буїст та А. Р. Солмейер, аналізується вплив конфліктів між сиблінгами на розвиток їхніх соціальних навичок і саморегуляції. Вони підкреслюють, що конфлікти між сиблінгами з великою різницею у віці можуть мати менш інтенсивний, але триваліший характер, що потребує особливої уваги з боку батьків для запобігання довготривалим негативним наслідкам.

Отже, аналіз літератури підтверджує важливість дослідження конфліктної поведінки сиблінгів з великою різницею у віці, оскільки така ситуація створює унікальні виклики для їхньої соціалізації та емоційного розвитку.

Об'єкт дослідження – конфліктна поведінка між дітьми в сім'ї.

Предмет дослідження – особливості конфліктної поведінки сиблінгів з великою різницею у віці (більше 10 років).

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично перевірити особливості конфліктної поведінки сиблінгів з великою різницею у віці (більше 10 років).

Гіпотеза: конфліктна поведінка сиблінгів з великою різницею у віці (більше 10 років) відрізняється специфічними характеристиками, які обумовлені різницею в їхніх соціальних ролях, рівнем зрілості та емоційними потребами. Впровадження психокорекційних заходів, що враховують ці особливості, сприятиме зниженню конфліктності та покращенню взаємин між сиблінгами.

Поставлена мета передбачає необхідність реалізації таких **завдань дослідження:**

- 1) на основі теоретико-методологічного аналізу вивчити основні напрямки вивчення конфліктної поведінки сиблінгів;
- 2) проаналізувати сучасні погляди на поняття «сиблінги» та підсистеми сиблінгів в психологічній науці;
- 3) здійснити емпіричне дослідження проблем та труднощів взаємодії сиблінгів;
- 4) розробити та апробувати програму психологічного тренінгу ефективного подолання конфліктів між сиблінгами;
- 5) створити рекомендації для батьків щодо подолання конфліктної поведінки серед сиблінгів.

Методи дослідження. Для досягнення мети і розв'язання поставлених завдань на різних етапах дослідження застосовувався комплекс загальнонаукових методів:

теоретичні: метод теоретичного аналізу й узагальнення наукової літератури з проблеми дослідження; метод порівняльного аналізу та узагальнення даних;

емпіричні методи: метод спостереження, метод констатувального експерименту, методи інтерв'ю, опитувань та аналіз анкет для збору емпіричних даних про досвід та емоційний стан жінок в період вагітності, консультативної бесіди, метод психодіагностичного обстеження проведення (психодіагностичний комплекс методик склали: тест «Діагностика емоційних відносин у родині» Е. Бене і Д. Антоні (за загальною редакцією А. Г. Лідерса

та І. В. Анісімової); братсько-сестринський опитувач (The Brother-Sister Questionnaire; S.A. Graham-Bermann, S.E. Culter); методика діагностики сиблінгового спілкування М. В. Кравцової; тест за методикою К. Томаса «Визначення стилю поведінки в конфліктній ситуації».

статистичні: кількісний і якісний аналіз одержаних експериментальних даних дослідження.

Теоретична та практична значущість. Теоретична значимість одержаних результатів полягає у поглибленому вивченні конфліктної поведінки сиблінгів з великою різницею у віці (більше 10 років). Унікальність підходу полягає в аналізі специфічних чинників, які впливають на динаміку конфліктів між такими сиблінгами, а також у розробці психокорекційної програми, що враховує вікові та емоційні особливості дітей. Дослідження розширює уявлення про роль порядку народження та вікових розривів у формуванні стратегій поведінки в конфліктах між сиблінгами. Практичне значення одержаних результатів полягає в можливості застосування розроблених психокорекційних заходів у роботі психологів, педагогів та батьків для ефективного подолання конфліктів між сиблінгами з великою різницею у віці. Рекомендації, отримані в ході дослідження, можуть бути використані для поліпшення сімейної динаміки, підтримки емоційного благополуччя дітей та зниження рівня конфліктності в родині.

Апробація результатів дослідження. Основні теоретичні положення, результати емпіричного дослідження та висновки роботи доповідалися й обговорювалися на VI Міжнародній студентській науковій конференції «Концепт науки XXI: стратегії, методи та наукові інструменти» (13.09.2024 м.Харків, Україна) та VI Міжнародній науковій конференції «Міжгалузові диспути: динаміка та розвиток сучасних наукових досліджень» (23.08.2024 м.Херсон, Україна)

Публікації. Головний зміст і підсумки роботи представлено у 2 тезах та 1 статті категорії «Б»:

1) Параскун Тетяна, Астремська Ірина. Психологічний стан первістка при народженні другої дитини. VI Міжнародної студентської наукової конференції «Концепт науки XXI: стратегії, методи та наукові інструменти» (13.09.2024, м. Харків, Україна) С.126

2) Параскун Тетяна, Астремська Ірина. Теоретичний аналіз поняття «сиблінги» та підсистема сиблінгів. VI Міжнародна наукова конференція «Міжгалузеві диспути: динаміка та розвиток сучасних наукових досліджень» (23.08.2024 м.Херсон, Україна) С.112-113

3) Параскун Тетяна, Астремська Ірина. Особливості та аналіз труднощів взаємодії сиблінгів у родині. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки № 21 за 2024 рік. С.210-215

Структура роботи складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг кваліфікаційної магістерської роботи становить 134 сторінки, основний зміст викладено на 91 сторінці. Робота містить 8 таблиць та 6 рисунків. Список використаних джерел складає 93 праці українських та зарубіжних авторів, з них 58 – іншомовні.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ КОНФЛІКТНОЇ ПОВЕДІНКИ СИБЛІНГІВ

1.1. Стратегії поведінки та типи конфліктів між дітьми в сім'ї

Т. Р. Браніцька зазначає, що у психології конфлікт розуміється як «зіткнення протилежних цілей, інтересів, позицій, думок або поглядів супротивників або суб'єктів взаємодії» [3]. Також конфліктом є протиріччя, що пов'язується з важким емоційним переживанням. Конфліктом є конфліктна ситуація разом з інцидентом. Це визначення вводить додаткову концепцію, в якій під інцидентом розуміють як дію сторін конфлікту, що спрямована на досягнення їх цілей [3].

Згідно з В. В. Зарицькою, конфлікт – це гостра можливість вирішення важливих протиріч, що виникають у процесі взаємних відносин сторін [12, с. 13]. Також вчена дає ще одне визначення даного терміна: конфлікт – це відсутність порозуміння і консенсусу між двома або більше сторонами (людьми, групами); зіткнення протилежних поглядів, позицій, інтересів [12, с.13].

Таким чином, вищезгадані інтерпретації поєднують в собі кілька термінів, таких як «зіткнення», «протилежності» і «протиріччя».

У психологічній науці при вивченні конфлікту як процесу дослідники приділяють особливу увагу характеру його перебігу і пов'язують його зі станом людини, викликаним неприйняттям інших, спрямованим на самоствердження і прояв свого «Я» через зовнішній протест або внутрішній «бунт» емоцій. Цей стан людини було названо в літературі «конфліктність» [16].

За визначенням Н. В. Партико, виникнення конфліктів – явище об'єктивне і неминуче. Дослідник пише, що якщо у відносинах між людьми немає проблем, то в наявності факт «застою», відсутності розвитку відносин.

Відносини людей, у яких немає конфліктів, поступово згасають або взагалі не розвиваються. Конфлікти, в свою чергу, породжують відповідальність і небайдужість, сприяють оновленню і поліпшенню відносин між людьми. Отже, проблема в основному полягає не в наявності самого конфлікту, а в тому, наскільки він деструктивний або конструктивний і як він вирішується [27, с. 29-30].

Деструктивний конфлікт переводить причини, які зумовили конфлікт, на «особистості». Таке ставлення не призводить до вирішення конфлікту, а навпаки, його розпалює (зростає упередження проти опонента, посилюється напруженість у відносинах, посилюються неприємні почуття і переживання, виникає стрес тощо). Прикладом такого конфлікту є суперечка, в якій кожна зі сторін конфлікту висловлює свою негативну оцінку особистості опонента [31, с. 63].

Конструктивний конфлікт заснований не на «особистостях», а на виявленні об'єктивних причин розбіжностей (різні точки зору на проблему, шляхи вирішення проблеми тощо). Такий підхід переводить процес конфлікту з конфронтації до співпраці. Основа співпраці – повага до себе, почуття власної гідності, чесність, бажання знайти справжню причину конфлікту, з одного боку, та повага до інших, доброта, визнання права інших на свою точку зору і позицію, з іншого боку. Така поведінка в конфлікті призводить до більш глибокого розуміння проблеми, впевненості, готовності зрозуміти один одного, а потім до вирішення конфлікту [31, с. 68].

За визначенням Л. М. Омельченко, конфлікт – це зіткнення протилежних, несумісних тенденцій у свідомості окремого індивіда, в міжособистісних взаємодіях індивідів або груп осіб, яке пов'язане з негативними емоційними переживаннями [25, с. 42].

Т. О. Гісем розуміє під конфліктом одну з найбільш поширених форм організаційної взаємодії, засновану на реальних або уявних протиріччях і ту, що переслідує несумісні, взаємовиключні цілі сторін, дії яких спрямовані безпосередньо один проти одного і виключають взаємну вигоду [6, с. 242].

Г. В. Ложкін та Н. І. Пов'якель розглядають конфлікт як зіткнення, протилежно спрямованих цілей, інтересів, позицій, думок або поглядів двох або декількох осіб. Вчені пишуть, що кожен конфлікт заснований на ситуації, в якій є суперечливі позиції сторін з будь-якого приводу, протилежні цілі або засоби їх досягнення [19, с. 336].

Т. Р. Браніцька надає конфлікту такі основні значення:

- стан відкритої боротьби, війни, боротьби;
- дисгармонія у відносинах осіб, зіткнення протилежностей;
- психологічна боротьба між взаємовиключними можливостями;
- боротьба героїв у творах художньої літератури, кіно;
- емоційне напруження через непримиренність внутрішніх інструкцій з вимогами ситуації [3].

Таким чином, конфлікт пов'язаний з міжособистісними відносинами, які зачіпають родичів, друзів, партнерів і співробітників. Спільною стороною порушення міжособистісних відносин є зіткнення протилежних цілей, інтересів, позицій, думок, поглядів суб'єктів взаємодії.

Конфлікти можна класифікувати за кількістю учасників на такі види: внутрішньоособистісні, міжособистісні, групові та конфлікти між особистістю і групою. Внутрішньоособистісний конфлікт виникає, коли всередині людини зіштовхуються однаково важливі, але протилежно спрямовані мотиви, потреби чи інтереси. Головною особливістю цього типу конфлікту є необхідність обирати між бажаннями і реальними можливостями, а також між обов'язками та дотриманням вимог. Прикладами є конфлікти типу "плюс - плюс", "плюс - мінус", "мінус - мінус".

Конфлікт "плюс - плюс" полягає у виборі одного з двох привабливих варіантів, наприклад: який напрямок обрати для відпочинку або яку марку автомобіля придбати? Хоча вибір робиться між позитивними альтернативами, сам процес може супроводжуватися стресом, оскільки ухвалення рішення часто є складним і викликає внутрішнє напруження.

Конфлікти типу «плюс – мінус» виникають у ситуаціях, коли потрібно прийняти рішення, враховуючи як позитивні, так і негативні наслідки кожного варіанту, при цьому необхідно обрати один для досягнення загальної мети. Наприклад, для керівника звільнення підлеглого може мати як позитивний бік – усунення проблемного працівника, так і негативний – необхідність шукати нового співробітника. У такій ситуації потрібно ретельно обмірковувати всі можливі варіанти і оцінити як емоційні, так і матеріальні витрати, необхідні для досягнення результату.

Конфлікти типу «мінус – мінус» виникають у випадках, коли людині доводиться приймати рішення, кожен варіант якого має негативні наслідки. Наприклад, якщо на вакантну посаду претендують два кандидати, жоден з яких повністю не відповідає кваліфікаційним вимогам, керівнику все одно доводиться робити вибір через обмеженість часу [29, с. 17].

Окремим видом внутрішньоособистісних конфліктів є рольові конфлікти, коли до людини висуваються взаємно суперечливі вимоги щодо результатів її роботи. У таких ситуаціях виникає потреба одночасно виконувати кілька особистих ролей або функцій, що може створювати додатковий тиск і напруження [21, с. 197].

Внутрішньоособистісний конфлікт може виникнути, коли виробничі вимоги суперечать особистим потребам або цінностям працівника. Наприклад, працівник планував провести вихідні з родиною, але в п'ятницю керівник повідомляє про необхідність вийти на роботу у вихідні через виробничі потреби [15, с. 82].

Такий конфлікт також може бути викликаний надмірним або недостатнім навантаженням на роботі. Він часто пов'язаний з низьким рівнем задоволення роботою, відсутністю впевненості у власних силах та організації, а також зі стресовими ситуаціями.

Складність у вирішенні внутрішньоособистісних конфліктів полягає в тому, що часом доводиться узгоджувати три важливі складові для досягнення мети: бажання (що я хочу), можливості (що я можу) і необхідність (що треба

зробити). Наприклад: необхідно, але не хочеться; хочу, але не маю можливості; не хочеться, але зобов'язаний [4, с. 31].

Міжособистісні конфлікти виникають, коли людина стикається з іншими на основі суперечливих мотивів. Цей вид конфліктів є найбільш поширеним, оскільки охоплює майже всі сфери людських стосунків. Усі конфлікти в кінцевому підсумку зводяться до міжособистісних. Навіть у міжнародних конфліктах можна зустріти зіткнення між лідерами чи представниками держав. Міжособистісні конфлікти часто виникають у робочих колективах, сім'ях та суспільстві. Наприклад, два сиблінги можуть конфліктувати через різні погляди на поділ обов'язків у домашніх справах. Подібний конфлікт може також виникнути між двома претендентами на підвищення, коли наявна лише одна вакантна позиція [2, с. 67].

Міжособистісний конфлікт може виникати в результаті прямого зіткнення особистостей. Люди з різними характерними рисами, поглядами та цінностями інколи не здатні знайти спільну мову. Зазвичай їхні погляди та цілі кардинально відрізняються. Міжособистісні конфлікти мають такі характерні риси:

- протистояння людей відбувається безпосередньо, коли суперники стикаються віч-на-віч;
- проявляються як об'єктивні, так і суб'єктивні причини конфлікту;
- висока емоційна напруга;
- конфлікт зачіпає інтереси не тільки учасників, але й тих, з ким вони пов'язані службовими чи особистими стосунками;
- міжособистісні конфлікти часто стають випробуванням для характерів, темпераменту, інтелекту, волі та інших психологічних якостей учасників конфлікту [14, с. 53].

Стиль поведінки в конфліктній ситуації відіграє ключову роль у тому, як буде розвиватися і завершуватися конфлікт. Дослідник К. Томас визначає кілька умов для продуктивного завершення конфліктної взаємодії [13, с. 72]:

- 1) адекватна оцінка того, як особа намагається задовольнити свої інтереси та інтереси іншої сторони;
- 2) усвідомлення того, наскільки обраний стиль поведінки відповідає конкретній ситуації;
- 3) врахування сили та впливу опонента;
- 4) правильне визначення причини конфлікту;
- 5) об'єктивне оцінювання характеру взаємин з іншою стороною;
- 6) врахування як власних особистісних рис, так і особливостей опонента.

На думку К. Томаса, дотримання цих умов допомагає виявити позитивні сторони конфлікту: учасники отримують цінну інформацію про соціальне середовище, зберігається баланс влади та соціального контролю, а також встановлюються нормативні та фізичні межі групи [13, с. 73].

Досліджуючи форми конфліктної поведінки, С. Ситнік зазначає, що в реальному житті люди застосовують різні тактики впливу на опонента, прагнучи задовольнити свої потреби та знайти рішення конфліктної ситуації [30, с. 124].

Варто також розглянути стратегію поведінки в конфліктних ситуаціях за моделлю Томаса-Кілмена. Щоб більш ефективно розв'язати конфлікт, важливо вибрати відповідний стиль поведінки, враховуючи не лише свій власний підхід, але й стилі інших учасників конфлікту, а також характер самого конфлікту. З цією метою корисно ознайомитися зі стратегією поведінки в конфліктній ситуації, розробленою К. У. Томасом і Р. Х. Кілменом у 1972 році, та свідомо обрати відповідний стиль залежно від ситуації. Дослідники визначили п'ять основних стилів поведінки під час конфлікту:

- 1) уникання або ігнорування конфлікту;
- 2) суперництво або конфронтація;
- 3) пристосування або поступка;
- 4) компроміс;
- 5) співпраця [32, с. 63].

Стиль поведінки у конфліктній ситуації між сиблінгами з великою різницею у віці залежить від того, наскільки кожен із них прагне задовольнити свої інтереси, діючи при цьому активно чи пасивно, а також від готовності враховувати потреби іншої сторони, діючи спільно або окремо. Якщо представити це у вигляді графічної моделі, можна використати сітку Томаса-Кілмена, яка допомагає проаналізувати конфлікт і обрати найбільш відповідну стратегію поведінки. Цей підхід дозволяє кожному учаснику конфлікту сформувати власний стиль вирішення конфліктних ситуацій [74, с. 293].

Детальніше розглянемо різні стилі поведінки сиблінгів під час конфлікту.

Стиль уникання, відходу, ігнорування або відхилення часто спостерігається серед сиблінгів з великою різницею у віці. Цей підхід можна назвати "униканням", коли один із братів або сестер намагається будь-яким чином уникнути конфлікту, роблячи вигляд, що проблеми не існує. Такий сиблінг може навіть вважати себе неконфліктною людиною, запевняючи, що конфліктів у його житті майже не буває. Однак, насправді, такий підхід призводить до того, що не задовольняються ані його власні інтереси, ані інтереси іншого сиблінга [52, с. 159]. В результаті уникання конфлікту можуть накопичуватися невдоволення та приховані образи, що негативно впливає на відносини між сиблінгами. Сиблінги можуть використовувати стиль уникання в конфліктних ситуаціях з різних причин. Наприклад, один із них може вважати, що конфлікт незначний порівняно з іншими важливішими питаннями. Інший може розуміти, що не здатен або навіть не бажає вирішувати конфлікт на свою користь. Важливою причиною уникання також може бути відсутність достатньої влади або впливу для вирішення проблеми бажаним чином. Деколи сиблінг вирішує не витрачати сили на вирішення конфлікту, якщо результат не має для нього великого значення [65, с. 53].

Крім того, уникання може бути стратегією для виграшу часу з метою детальнішого аналізу ситуації або пошуку додаткової підтримки перед прийняттям рішення. Інколи сиблінг може вважати, що негайне вирішення

конфлікту небезпечно, оскільки відкрите обговорення лише погіршить ситуацію. А в деяких випадках один із сиблінгів може сподіватися, що інший краще впорається з розв'язанням проблеми.

Однак варто зазначити, що цей стиль не завжди означає втечу від проблеми або ухиляння від відповідальності [42, с. 532].

Стиль суперництва, конкуренції, або конфронтації часто проявляється в конфліктах між сиблінгами. Цей підхід передбачає боротьбу за власні інтереси до перемоги, часто жертвуючи при цьому дружніми стосунками. Така поведінка спрямована на досягнення виграшу за будь-яку ціну, що призводить до ситуації, де один сиблінг виграє на всі 100%, а інший залишається з нічим. Переможець може відчувати провину, а той, хто програв, – образу. Цей стиль конфліктної поведінки є досить поширеним серед сиблінгів, і за статистикою понад 70% конфліктів характеризуються прагненням до однобічної перемоги та задоволення власних інтересів. У конфліктах між сиблінгами іноді виникає бажання чинити тиск на іншу сторону, намагаючись нав'язати свої інтереси і при цьому ігнорувати потреби брата або сестри [69, с. 236]. Такий підхід може бути використаний у таких випадках:

- якщо один із сиблінгів має більше авторитету, впевненості або впливу і вважає, що його рішення є найкращим;
- коли результат конфлікту є надзвичайно важливим для одного із сиблінгів, і він готовий боротися за своє рішення;
- якщо сиблінг відчуває, що не має іншого вибору і йому немає чого втрачати;
- коли необхідно прийняти непопулярне рішення, але є достатньо впевненості та повноважень для цього;
- у ситуації, коли конфліктна ситуація потребує негайного рішення;
- якщо один із сиблінгів має позицію авторитету, і інший готовий прийняти такий стиль взаємодії [71, с. 52].

Важливо розуміти, що стратегія суперництва часто не дає тривалих результатів, оскільки сиблінг, який програв, може не підтримати прийняте рішення або навіть спробувати йому протидіяти [54, с. 2395].

Стиль пристосування або змушеної поступки є протилежним до стилю суперництва. У цьому підході один із сиблінгів, зазнавши поразки, вирішує підготуватися до подальшої боротьби. Цей стиль означає, що один із сиблінгів погоджується на компроміс, не відстоюючи своїх інтересів, щоб зменшити напруженість і повернути гармонію у взаєминах. К. У. Томас і Р. Х. Кілмен зазначають, що іноді це єдиний спосіб вирішення конфлікту, особливо якщо потреби або переживання іншого сиблінга здаються важливішими в цей момент. У такій ситуації один із них може пожертвувати своїми інтересами заради відновлення спокою та стабільності. Однак це не означає, що вам потрібно повністю відмовитися від своїх інтересів. Швидше, варто тимчасово відкласти їх на задній план і, коли обставини стануть більш сприятливими, повернутися до їх задоволення, можливо, через поступки з боку вашого сиблінга або іншим чином [66, с. 1167]. Стиль пристосування може бути доречним у таких випадках:

- головною метою є відновлення спокою і стабільності у відносинах, а не негайне вирішення конфлікту;
- предмет суперечки не є для вас принципово важливим, або ситуація вас не надто турбує;
- ви вважаєте, що краще зберегти добрі відносини з братом чи сестрою, ніж наполягати на своїй позиції;
- ви розумієте, що, можливо, ваша позиція в цій ситуації не зовсім правильна;
- у вас немає достатньо впливу або шансів виграти конфлікт;
- ви думаєте, що інший сиблінг може отримати важливий урок з цієї ситуації, якщо ви поступитеся, навіть якщо ви не погоджуєтеся з його діями або вважаєте їх помилковими [66, с. 1169].

Пристосування означає жертвування власними інтересами на користь іншого сиблінга («добре, бери все») [77, с. 606].

Стиль компромісу. Четвертий підхід у конфліктній поведінці називається «компроміс». Він полягає в тому, щоб поділити щось порівну. Іншими словами, ви досягаєте часткового задоволення своїх бажань, а також часткового задоволення потреб іншого сиблінга. Для цього ви обмінюєтеся поступками і домовляєтеся про компромісне рішення. Однак, часто увага фокусується не на тому, що вдалося отримати, а на тому, що залишилося недосягнутим. Крім того, компроміс може мати свої недоліки: під час поділу ресурсів або рішень сиблінги можуть занадто захопитися і дійти до абсурдних домовленостей [51, с. 2127]. Цей стиль є найефективнішим, коли обидва сиблінги прагнуть досягти однієї й тієї ж мети, але усвідомлюють, що одночасне виконання їхніх бажань неможливе (наприклад, обидва хочуть користуватися тим самим приміщенням або предметом). У цьому випадку основний акцент робиться не на тому, щоб повністю задовольнити інтереси обох сторін, а на пошуку рішення, яке можна сформулювати так: «Ми не можемо отримати все, що хочемо, тому давайте знайдемо варіант, який кожен із нас зможе прийняти» [91, с. 2047].

Стиль співробітництва. П'ятий підхід називається «співробітництво». Цей стиль вигідний тим, що обидва сиблінги можуть досягти своїх цілей на 100%, а інколи навіть більше. Наприклад, один із сиблінгів свідомо поступається іншому, оскільки має до нього добрі стосунки і не вважає, що той йому чимось зобов'язаний. У результаті відносини не лише зберігаються, але й можуть покращитися, адже приємно робити щось добре для людини, до якої ставишся з повагою [68, с. 917].

Важливим моментом є усвідомлення власного стилю поведінки в конфлікті. Слід розуміти, що кожен з цих стилів ефективний лише за певних обставин, і немає одного універсального рішення. Нам варто навчитися використовувати кожен стиль свідомо, обираючи той, що найкраще підходить до конкретної ситуації [58, с. 1779]. Оптимальний підхід залежить від ситуації

та особливостей вашого характеру. Хоча природно віддавати перевагу одному стилю над іншими, надмірне зосередження на одному може обмежити ваші можливості. Тому важливо визначити свої пріоритети і розглянути альтернативні варіанти [76, с. 2430].

Таким чином, поведінкові стилі, такі як уникання, суперництво, пристосування, компроміс і співробітництво, визначають те, як сиблінги взаємодіють під час конфлікту. Стель уникання часто проявляється тоді, коли один із сиблінгів вирішує не брати участь у конфлікті, що може призвести до накопичення невдоволення та незадоволеності. Стратегія суперництва полягає у боротьбі за свої інтереси до кінця, навіть якщо це шкодить відносинам, що часто призводить до почуття провини у переможця та образи у того, хто програв. Пристосування, або змушена поступка, є протилежністю суперництва і передбачає жертвування власними інтересами заради збереження миру в сім'ї. Компроміс, у свою чергу, дозволяє обом сторонам частково задовольнити свої потреби, але може залишити почуття неповного задоволення через відсутність повної реалізації бажань. Найбільш конструктивною стратегією є співробітництво, коли сиблінги разом працюють над досягненням спільного рішення, яке задовольняє їх обох.

1.2. Сучасні погляди на поняття «сиблінги» та підсистеми сиблінгів в психологічній науці

У сучасних соціальних умовах, що впливають на трансформації та стабільність сім'ї особливо актуальною є проблема формування особистості в сім'ї, що супроводжуються значними психоемоційними труднощами та впадає в крайність умови існування.

Одна з частин головоломки, з якої складаються індивідуальності та частки людини, є його «позиція» у сім'ї, тобто наявність чи відсутність братів та сестер (сиблінги) та порядок їх народження [1, с. 148].

Відносини між братом і сестрою складаються, починаючи з реакції на народження брата або сестри з певною динамікою, і ці стосунки розвиваються у взаємозалежності зі стилем виховання.

Г. А. Крупник зазначає, що значний внесок у вивчення сиблінгів зробили такі провідні вчені як: А. Адлер досліджував вплив порядку народження на стиль життя; Д. Леві здійснював дослідження щодо сиблінгового суперництва; С. Мінухін – сиблінгові стереотипи взаємодії з оточуючими; Л. Сонтаг з'ясовував реакцію сиблінгів на появу в сім'ї нового члена родини [18].

Дослідники вважають, що одним з перших звернув увагу на значущість порядку народження на становлення та розвиток особистості був Ф. Гальтон. У 1874 році на прикладі членів Британського Королівського наукового товариства він показав, що первістки частіше виявляються видатними особистостями. Крім Ф. Гальтона варто згадати роботу А. Йодера (1984). На основі вивчення 50 видатних особистостей він дійшов висновку про перевагу первістків перед іншими дітьми. В огляді С. Шахтера наводяться й інші приклади подібних досліджень і у всіх цих роботах мова йде про помітну перевагу первістків [33].

А. Адлер уперше надав визначення поняттю «впорядковані позиції»: єдина, дитина, старша в сім'ї, середня дитина, молодша з двох дітей, молодша з трьох або більше дітей і заявив, що відповідно до них люди відрізняються за характером. Він був переконаний, що інформація про соціальну ситуацію розвитку індивіда, його позицію в сім'ї, яка визначається порядком народження, відкриває можливості розуміння індивідуальних особливостей кожного. На основі тривалих клінічних спостережень і теоретичних роздумів дослідник доводив, що навіть за умови, якщо дві дитини живуть в одній сім'ї і мають спільних батьків, соціальна ситуація їх розвитку буде різнитися [33].

Д. Леві описав сиблінгове суперництво та причини агресивного реагування старшої дитини на появу в сім'ї молодшої дитини. Він стверджував, що агресія пов'язана із переживанням старшою дитиною загрози для свого усталеного способу життя [2].

Ш. Ніл вивчала вплив схожості сиблінгів старшого підліткового віку на близькість і доброзичливість стосунків з братом або сестрою [70]. Гіпотезою дослідження слугувало припущення, що подібність сиблінгів за особистими рисами сприяє збільшенню близькості взаємостосунків між сиблінгами. За результатами дослідження гіпотеза знайшла своє підтвердження. Ті брати/сестри, які мали подібні особистісні риси, мали більш теплі, довірливі стосунки, ніж ті сиблінги, що розцінювали себе як абсолютно різних між собою та не схожих один на одного [65, с. 55].

Перші сиблінгові дослідження були зосереджені на різниці віку між дітьми, їх порядку народження. Однак, деякі вчені звертали увагу на відносини сиблінгів в аспекті сімейної структури і сімейної позиції. В. І. Годованець зауважили, що саме темперамент особистості впливає на рівень стресу дитини при народженні сестри чи брата [8, с. 229].

П. Шиманська зазначала, що при вихованні в сім'ї двох і більше дітей у їх міжособистісних відносинах можуть виявлятися негативні емоції – суперництво, ревності, заздрість, агресивність та інші. Відомо, що менше вікова різниця між дітьми, тим більше старші та молодші діти конкурують один з одним у спробі знайти своє місце у сімейній системі [85].

Слід звернути увагу на стосунки між сиблінгами на різних етапах онтогенезу: у дитинстві, у підлітковому віці, під час ранньої, середньої та пізньої дорослості. Відомо, що на стадії дитинства для сиблінгів характерна залежність їхніх стосунків від порядку народження, статі різниці у віці. А саме, первістки 7 – 8-річного віку частіше хвалять і навчають братів і сестер, тоді як другонароджені демонструють більш легковажну поведінку та самознецінення. Діти 7 – 8 років є більш агресивними з близькими за віком братами/сестрами та демонструють більше позитивної поведінки та прихильності до сиблінгів із більшою різницею у віці [32, с. 64].

Провідні науковці погоджуються з тим, що сиблінги чинять значний вплив на життєве самовизначення особистості. Зокрема доведено, що на

розвиток дитини зі збільшенням дітей у сім'ї, вплив батьків зменшується, натомість зростає вплив братів та сестер [20, с. 72].

Також, науковці вважають що підсистема сиблінгів має визначеність та чіткість внутрішніх меж членів підсистеми, свідчать про цілісну та стабільну особистісну ідентичність. Сиблінгова підсистема має значення для формування і розвитку ідентичності як група рівних, у яку вступає дитина і де виробляються власні стереотипи і правила і стереотипи групи рівних. Виникає як відчуття належності до групи, так й усвідомлення можливостей індивідуального вибору і наявності альтернатив у кожній ситуації взаємодії [23, с. 144].

Отже, сиблінгова підсистема посідає одну із важливих у сімейній системі ролей й включає братів, сестер та їх взаємини. Провідними функціями підсистеми є підготовка дітей до взаємодії з однолітками та рівними за статусом особами. Сиблінгові відносини часто стають першими соціальними контактами, де діти вчаться взаємодіяти, вирішувати конфлікти, розподіляти ролі та розвивати емоційний інтелект. Ця підсистема також впливає на формування ідентичності та самооцінки, оскільки діти порівнюють себе з братами і сестрами, шукаючи своє місце в родині. Важливою є також роль порядку народження, який впливає на розвиток характеру і поведінки, створюючи різні типи взаємодії в залежності від позиції дитини в родині.

1.3 Роль сиблінгових позицій та взаємин у формуванні особистості й психологічний стан первістка при народженні другої дитини

Батьківство є важливим соціально-психологічним етапом людини, в тому числі й основне покликання що водночас включає в себе тривалий і неоднорідний процес, в тому числі етапи становлення та розвитку. Рівень усвідомлення батьківства, його соціально-психологічні наслідки мають вирішальне значення у формуванні нової особистості. Враховуючи важливість ефективного батьківства в наш час етап розвитку суспільства в цілому і кожної

особистості, зокрема, набуває надзвичайного значення формування психологічної готовності до батьківства ще до моменту народження дитини [17, с. 165].

Коли в сім'ї є дитина – це щастя, а коли їх двоє – щастя збільшується рівно стільки ж разів. Очікування новонародженого – це завжди дуже приємний та хвилюючий період для батьків, але те саме стосується і первістка, адже незабаром у його житті з'явиться також нова людина.

Багато батьків вважають, що не варто розповідати дитині про різні тонкощі і повідомляти про майбутню подію, коли до народження братика або сестрички залишилося не багато часу. Психологи вважають такий підхід помилковим, запевняючи, що малюк повинен знати про появу малюка на початку вагітності матері [34].

Єдиній дитині складно уявити як це мати брата чи сестру. Підготовка дитини до народження нового малюка потребуватиме великої кількості пояснень, любові й терпіння. Існує твердження що діти у віці до п'яти років можуть повністю не усвідомлювати всього того, що ви маєте на увазі, коли кажете, що вони стануть старшими сестрами чи братами.

Багато які батьки передбачають, чим менше різниця у віці між сиблінгами, тим дружніше вони будуть. Оптимальна різниця складає 3-4 року. По-перше, в цей час повинно відновитися жіноче здоров'я після родів. По-друге, якраз в цей час відбувається відомий нам «криза трьох років», коли дитина вже починає відділяти себе від матері, стає самостійним [37].

Часто можна зустріти в сім'ї дітей, яким приписані ролі улюбленчиків або ізгоїв. У цьому випадку страждає не тільки «знехтувана» дитина, яка постійно скривджена, обмежена, але і «улюбленець», який все своє життя доводить, що він гідний любові і визнання. Кожний такий сиблінг не підготовлений до реального самостійного життя [86, с. 107].

Для того, щоб виховувати в дитині індивідуальність, необхідно, щоб у нього були особисті речі. А якщо брати і сестри постійно беруть ці речі,

почуття, які переживають діти в цей момент подібні емоціям, коли переживаєш пограбування або навіть насилля.

Психічний стан дитини при народженні брата чи сестри супроводжується стресовими ситуаціями і не розумінням що відбувається. Адже до цього моменту від був один, відчував себе «королем» або «королевою» та всі привілеї доставалися лише йому. З моменту появи сиблінга, первісток не може усвідомити чому батьки приділяють більше уваги йому, чому необхідно ділити свою кімнату, чому речі купуються на двох та ін [36, с. 914].

Результатом таких ситуацій є стресові ситуації, які можуть виражатися проявами агресії, конфлікти, сварки, суперництвом між дітьми. Дитина конкурує з іншими, займаючи певне місце в сім'ї. Кожен із дітей прагне показати хто він як людина і чим відрізняється від своїх братів і сестер. Суперництво між дітьми зростає, якщо вони відчувають, що одержують нерівну кількість уваги або існує напруга у стосунках батьків [44, с. 113].

Дуже часто дії батьків, спрямовані на покращення умов життя молодшої дитини, що можуть мати зворотній психологічний ефект. Необхідно допомогти старшій дитині відчути щастя від народження брата чи сестри [50].

Варто зауважити, що при всіх складнощах, з якими стикаються батьки при появі сиблінгів відкриває великі можливості. Йдеться насамперед про прив'язаність дітей одне до одного, що може стати надійною опорою у складний адаптаційний період. Однак, сиблінги можуть перебувати у постійних конфліктах, адже кровна спорідненість не є імунітетом від сварок. Батьки мають розуміти: коли з'являється нова дитина у родині, то батьки повинні бути готовими до того, що від них вимагатиметься подвійна/потрійна увага до дітей.

Від батьківського виховання багато в чому залежить, як саме формуватимуться стосунки сиблінгів. Дорослим варто запам'ятати:

- необхідно частіше говорити дітям, що ви їх любите;
- треба намагатися не порівнювати дітей між собою та іншими дітьми;

- необхідно ретельно стежити за тим, що говорите з приводу особливостей своїх дітей;
- не можна розділяти дітей на «поганих» і «хороших», це породжує суперництво між ними; «погана» дитина вважає, що вона все одно не буде такою хорошою, як її брат чи сестра, а «хороша» часто вважає, що її помічають лише тоді, коли вона у чомусь краще свого неслухняного брата або сестри;
- важливо уникати ролі арбітра в сутичках і сварках між сиблінгами; втручання може сприяти розвитку агресії між ними;
- важливо навчити дітей висловлювати свій гнів, протест, поганий настрій у безпечний спосіб (через малюнок, ліплення, бій подушками);
- не можна дозволяти дітям скаржитися одне на одного, для цього необхідно навчити сиблінгів використовувати прямі контакти, тобто висловлювати ревності відкрито один одному;
- не потрібно допомогти дітям навчитися грати разом, не ділити іграшки на «мої» та «твої»; важливо уникати ситуацій, в яких одна дитина не отримала те, що отримала інша;
- необхідно регулярно виокремлювати особистий час спілкування з кожною дитиною, забезпечивши справедливість заохочень і привілеїв, і не вибираючи улюбленців;
- у жодному випадку не можна змушувати сиблінгів полюбити одне одного, інакше це може призвести до повної ненависті між ними [51, с. 2124].

Якими складними не були б відносини між сиблінгами, вони допоможуть дітям при вирішенні складних ситуацій взаємодії з оточуючими у подальшому житті.

З одного боку, брати та сестри є близькими родичами: становлять окрему підсистему сім'ї, мають спільних батьків, схожі матеріальні умови життя та виховання, загальні сімейні цінності та традиції, щоденне тривале спілкування, численні емоційні та практичні зв'язки. Крім того, сиблінгові стосунки – це стосунки дитини з іншими дітьми. Їх унікальність полягає в

тому, що дитина сама не має можливості вибирати, чи буде у неї сиблінг, якої статі, скільки уваги їй будуть приділяти батьки [56, с. 455].

А. Адлер звернув увагу на порядок (послідовність) дітей у сім'ї як суттєвий чинник розвитку особистості. Він виділив появу молодшої дитини в сім'ї як важливу та болісну подію в житті старшого. У цей момент, коли старша дитина перестає бути єдиною, відбувається «детронізація» («розвінчання»). Старшого брата чи сестру батьки повинні підготувати до появи малюка у родині, інакше виникає ревності – чинник розвитку особистості [7, с. 32].

Наявність у сім'ї дітей різного віку, величина різниці у віці між братами та сестрами змінює та ускладнює ситуацію. Наприклад, якщо різниця у віці більше п'яти років, очікується, що кожний з дітей буде функціонально єдиною і наближена до характеристик єдиної дитини, хоча вони будуть мати деякі якості положення, до якого вони ближче прив'язані.

У контексті системного підходу до роботи з сім'єю дослідження Т. В. Якимова наголошують на розвитку ресурсної сторони сиблінгових відносин [102]. Позитивний внесок цих відносин виявляється у тому, що брати та сестри утворюють першу групу «рівних», до якої входить дитина. У цих горизонтальних відносинах діти навчаються домовлятися, співпрацювати, підтримувати, конкурувати та карати одне одного. Для того, щоб така підсистема могла виконувати цю функцію розвитку, повинні дотримуватися певних умов:

- 1) формування стосунків між дітьми в сім'ї (спільність для них з боку інших членів сім'ї, наприклад, виражена у зверненні «діти»; наявність спілкування між братами і сестрами, спільні інтереси, претензії на спільне ресурси);

- 2) визнання батьками права дітей на самостійне спілкування та здатність вирішувати конфлікти [81, с. 64].

Австралійський психолог Дж. Тоум найбільш детально вивчив зв'язок між становищем брата та сестри та особливостями особистості. Вивчивши

безліч звичайних сімей, він дійшов висновку, що люди, які займають однакові позиції в сімейній структурі, мають схожі характеристики [86, с. 105].

Належність до тієї чи іншої сиблінгової позиції зумовлює певний набір рис особистості. Розглянемо їх детальніше.

Старша дитина стає старшою, оскільки втрачає позицію «єдиного». Особливо гостро він переживає цю подію, якщо брат або сестра одностатеві. Важливий також вік старшого брата або сестри. Найбільш сприятливим у цьому сенсі є вік близько трьох років, коли ще не знайшли свого вирішення амбівалентні стосунки з батьками, описані З. Фрейдом як комплекс Едіпа у хлопчиків і комплекс Електри у дівчаток. Намагаючись відстояти увагу і любов батьків, старша дитина прагне взяти на себе відповідальність. Характерними стають прагнення до домінування, лідерства, виражена мотивація досягнення, підвищена тривожність та чутливість. Ці характеристики посилюються, якщо є двоє молодших дітей однієї статі [80, с. 178].

Наймолодша дитина в сім'ї – це найчастіше людина опікувана, очікує на підтримку оточуючих, досвідчена в маніпулятивних діях, більш оптимістична. Молодший частіше і легше береться за нове, має схильність до авантюрних вчинків [57, с. 311].

Якщо молодший брат відчуває тиск і суворе керівництво з боку старшого брата однієї статі, то він може стати бунтарем і бунтувати проти членів родини. Якщо старший брат протилежної статі доброзичливий, то велика ймовірність, що молодший освоїться в ролі «принца» або «принцеси» і в майбутньому буде зачаровувати протилежної статі [65, с. 52].

Позиція середньої дитини виражена менш чітко, її наслідки менш визначені. Середньостатистичній людині приділяється менше індивідуальної уваги, ніж старшій чи молодшій. Перебуваючи у положенні «між», «середні» діти змушені встановлювати та підтримувати стосунки різного типу. Це їхня сильна сторона; вони вміють добре спілкуватися та доброзичливі. Але це пов'язано і зі специфічною складністю «середнього» у визначенні

ідентичності, самовизначення. Часті спроби конкуренції чи самоствердження за будь яку ціну, навіть ціною саморуйнування (алкоголізація, девіантні, антисоціальні форми поведінки) [79, с. 52].

Одним із особливих ланок у сиблінгові системі займають місце близнюки. Вони важко відокремлюються один від одного і утворюють більш широке коло відносин з особливою взаємною близькістю, нерозривністю. Іноді батьки самі створюють умови, які допомагають подолати ці більш симбіотичні стосунки, наприклад, підкреслюючи порядок народження і таким чином підкреслюючи роль старшого та молодшого, що призводить до прийняття відповідної позиції брата або сестри.

Багато фахівців вважають різницю у віці менше трьох років несприятливою, оскільки в дитинстві і ранньому дитинстві тривають інтенсивні процеси відриву дитини від емоційної єдності з матір'ю, і лише до трьох-чотирьох років з'являються тенденції до самостійності («Я сам»), автономія, а також виражений інтерес до однолітків, до взаємодії з ними в ігровій формі. Тому посада старшого з новими обов'язками і правами, яка виникає з народженням молодшого братика чи сестрички, буде засвоєна більш гармонійно [82, с. 302].

Вважається, що у так званій здоровій сім'ї подружні та братерсько-сестринські відносини незалежні; при цьому подружня підсистема ієрархічно вища, тобто домінує за своїм впливом у сім'ї над дитячою підсистемою. Але насправді це не завжди так. У структурі сім'ї виділяють три основні варіанти взаємин батька з дітьми [36, с. 913]:

- 1) ігнорування ієрархії та зближення з одним із дітей за рахунок перерозподілу прихильності;
- 2) прагнення бути максимально нейтральним, урівнюючи всіх дітей і невтручання в їхні стосунки;
- 3) зміст ієрархії «дорослі – діти» з особистісно-диференційованим ставленням до кожної дитини.

У відносинах між братами та сестрами є кілька загальних негативних моментів, яскравою ілюстрацією яких є суперництво (егоїстичні почуття, сумніви в батьківській любові та боротьба з іншими дітьми за це кохання, прагнення перевершити їх); ревності (суперництво, сумніви у коханні коханої людини); заздрість (супутнє почуття досади, викликане успіхом та благополуччям іншого); проблеми адаптації первістка до появи другої дитини [48].

Проблеми посилюються недосвідченими і неправильними діями батьків. Зокрема, вони часто порівнюють дітей між собою, не усвідомлюючи, якої шкоди таке порівняння може завдати.

Батькам слід порадити утримуватися від порівняння своїх дітей і натомість заохочувати кожного розвивати свою індивідуальність і не намагатися бути схожим на будь кого ще. Порівняння абсолютно протипоказане у сфері шкільних успіхів, інтелектуальних здібностей, привабливості чи подібності з неблагополучними родичами (є елемент критики) [88, с. 143].

Не буває двох дітей, які, народившись в одній родині, вирости в абсолютно однаковій сімейній атмосфері. Крім того, немає двох дітей, до яких їхні батьки ставляться або люблять однаково. Вони можуть любити всіх своїх дітей, але кожна дитина займає особливе місце в їх серці [18]. Батьки зазвичай інакше реагують на першу дитину, ніж на другу чи третю; по-різному реагувати на хлопчиків і дівчаток тощо.

При різниці в 10 років слід пам'ятати, що старша дитина довше виховувалась єдиною в сім'ї (у неї було вкладено багато духовних та матеріальних зусиль). До появи другої дитини вона вже зайняла свою нішу серед однолітків, сформувала коло своїх інтересів. Тому її ставлення до молодшого брата чи сестри цілком індивідуальне.

Із значною різницею (15–20 років) старша дитина росте єдиною. Така різниця між дітьми має місце в дводітних сім'ях, особливо коли це діти від різних батьків. Якщо діти від одного з батьків, то друга дитина може зіграти

роль стабілізатора шлюбу. При цьому пізня дитина знову росте єдиною в родині. Виховання такої дитини – окрема тема для дослідження. Слід лише зазначити, що в цьому випадку відбувається більше усвідомлення власного батьківства [90, с. 609]

Таким чином, порядок народження і взаємини між сиблінгами суттєво впливають на розвиток особистості. Первістки, часто займаючи лідерську позицію, схильні до відповідальності та прагнення до успіху, але народження другої дитини може викликати у них тривогу, ревності та зміну поведінки через втрату унікальної уваги батьків. Цей перехідний період може стати викликом для їхнього емоційного благополуччя.

Висновки до першого розділу

Стили уникання, суперництва, пристосування, компромісу та співробітництва мають різний вплив на сімейні відносини. Уникання може призвести до накопичення невдоволення, а суперництво - до образи та конфронтації. Пристосування забезпечує тимчасовий мир, але може залишити одного із сиблінгів незадоволеним. Компроміс дозволяє частково задовольнити обидві сторони, але не завжди приносить повне задоволення. Найбільш конструктивним є співробітництво, яке сприяє зміцненню відносин та створенню атмосфери взаємної підтримки. Ефективне управління конфліктами вимагає гнучкості та вміння адаптувати стратегію до конкретної ситуації.

Сиблінги – це рідні брат або сестра, тобто діти, що мають спільних батьків. У більшості суспільств у всьому світі брати і сестри, як правило, росли разом, що сприяло розвитку сильних емоційних зв'язків, таких, як любов, ворожість тощо. Такі зв'язки часто обумовлені вихованням, порядком народження, рисами характеру та особистим досвідом сиблінга поза родиною.

Вивчення особливостей розвитку та поведінки дитини має відбуватися в сімейному контексті. Саме сімейний підхід дозволить дослідити етимологію

особистісних розладів дитини, виробити чіткі критерії виявлення дитячо-батьківських конфліктів, оцінити порушення ролей «материнство» і «батьківство», вплив дитини на батьків і функціонування сім'ї в цілому, а також оцінити баланс інтеграційних і дезінтеграційних процесів сімейного життя. У цьому контексті важливим є аналіз місця дитини в структурі сім'ї.

Один із важливих дискрипторів, який впливає на формування позитивної сиблінгової взаємодії, – це батьківський стиль виховання.

Дослідники вказують, що чим менша вікова різниця між сиблінгами, тим більше інтересів їх об'єднує й тим частіше вони взаємодіють. Водночас, між ними частіше виникають конфлікти за найменших причин. І навпаки, чим більша різниця у віці сиблінгів, тим менше вони конфліктують, але й тим менше спільних інтересів мають.

За результатами проведення аналізу наукової літератури встановлено, що увага науковців найбільше зосереджується на вивченні оптимальної різниці у віці дітей для їх максимально сприятливого розвитку та досліджуються сиблінгові відносини в дорослому віці: їх роль в цей період, структура і типологія цих відносин та фактори впливу на взаємовідносини дорослих сиблінгів.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМ ТА ТРУДНОЩІВ ВЗАЄМОДІЇ СИБЛІНГІВ

2.1 Організація та методи дослідження взаємостосунків сиблінгів

Психологічні характеристики певних однорідних позицій представляють інтерес як для спеціалістів, так і для батьків. Відносини між

братом і сестрою завжди емоційно насичені багато в чому являють собою своєрідну модель поведінкових реакцій людини життєві ситуації. Зазвичай вони тривають довше, ніж родинно-дитячі відносини і мають надзвичайний вплив як на соціалізацію, формування характеру і поведінки кожної дитини в ранньому віці, а також за власним вибором шлюбного партнера, специфіку професійного зростання та ставлення до власних дітей у дорослому віці [28].

Слід зазначити, що позиції братів і сестер можуть змінюватись протягом життя: коли народжується наступна дитина, один із братів і сестер серйозно хворіє та вмирає або йде надовго, а також якщо батьки розлучаються та створюють нові сім'ї з пасинками. Позиції братів і сестер значно посилюються або пом'якшуються залежно від ситуації, від статі братів та сестер [7].

Більшість дослідників в галузі вивчення сиблінгових відносин звертали свою увагу на порядок народження, склад сім'ї, стать сиблінга.

Окрім якісних властивостей та типів сиблінгової взаємодії, вивчаються також чинники її зміцнення та покращення. Зокрема, було виявлено наступні чинники: сімейні традиції, згуртованість сім'ї, вікові труднощі [55], емоційна близькість із сиблінгами, відчуття відповідальності за стан брата чи сестри [63], відкритість та контактність братів і сестер [47], проведений час разом, зміна місця проживання, зміна структури сім'ї, значущі події [48], географічна близькість [50].

В свою чергу в рамках нашого дослідження необхідно визначити проблеми та труднощі, які виникають у відносинах між сиблінгами.

Для емпіричного дослідження використовувалися наступні методики:

1) тест «Діагностика емоційних відносин у родині» Е. Бене і Д. Антоні (за загальною редакцією А.Г. Лідерса та І.В. Анісімової) (Додаток А). Мета методики: дослідження емоційних відносин дитини з членами сім'ї.

Ця методика спрямована на виявлення позиції дитини в сімейній системі. Вона дозволяє як якісно, так і кількісно оцінити почуття дитини щодо її родичів та її уявлення про їхнє ставлення до себе. Крім того, методика

допомагає виявити типи психологічного захисту, які дитина застосовує в сімейних взаєминах.

Тестовий матеріал методики розроблений для відображення конкретних відносин дитини з її сім'єю. Він включає 20 фігур, які представляють людей різного віку, розмірів та форм, досить стереотипних, щоб відобразити різних членів сім'ї, але водночас досить універсальних, щоб відповідати специфіці будь-якої родини. Ці фігури варіюються від «дідусів» і «бабусь» до новонароджених дітей, що дозволяє дитині сформувати уявний сімейний коло. Окрім членів сім'ї, тест також включає інші важливі фігури. Для ситуацій, коли жодна фігура не відповідає конкретному члену сім'ї, передбачено використання постаті пана «Ніхто». Кожна фігура має невелику коробочку, схожу на поштову скриньку, зі щілиною для вставляння карток або інших матеріалів.

Кожне питання тесту представлено на окремій маленькій картці. Дитині пояснюється, що ці картки містять повідомлення, і її завдання полягає в тому, щоб покласти картку в скриньку тієї фігури, яка найбільше відповідає змісту цього повідомлення. Завдяки такому підходу тест перетворюється на ігрову ситуацію, де тестовий матеріал допомагає підготувати дитину до подальшого емоційного реагування.

Дитина сидить у зручній позі поблизу фігур, які вона обрала як представників своєї сім'ї з усього набору. І дитина, і експериментатор бачать у цих фігурах її родину. Протягом усієї тестової ситуації ці фігури сприймаються як справжні члени сім'ї. Завдання дитини полягає в тому, щоб слідувати інструкціям тесту, не заглиблюючись у складний аналіз своїх почуттів до сім'ї, що може бути важким для багатьох дітей. Від дитини очікується, що вона виразить свої емоції через вибір фігур, що дозволяє експериментатору зібрати достатньо інформації для розуміння її сімейних відносин. Хоча питання фіксовані, дитина може відповісти на них, звертаючись до пана «Ніхто». Крім того, емоції, які дитина "перекладає" на фігури, зникають з поля зору, не залишаючи доказів, що могли б викликати

відчуття провини. Таким чином, дитина вільна у своєму самовираженні без обмежень через почуття провини чи страх осуду.

2) братсько-сестринський опитувач (The Brother-Sister Questionnaire; S.A. Graham-Bermann, S.E. Culter) (Додаток Б);

Мета методики: Опитувальник спрямований на психометричну оцінку та виявлення відмінностей між нормальними та дисфункціональними сиблінговими відносинами. Дисфункціональні відносини між сиблінгами характеризуються високим рівнем конфліктності та агресивними проявами в їхній взаємодії.

Оцінка здійснюється на основі чотирьох аспектів сиблінгових відносин: емпатії, підтримки меж, подібності та примусу, які відображені у відповідних шкалах опитувальника. Питання BSQ оцінюють суб'єктивне сприйняття відносин, що склалися в сім'ї.

Характеристика шкал опитувальника:

1. Шкала «Емпатія». Ця шкала включає чотирнадцять пунктів, які оцінюють рівень емпатії та турботи у взаєминах між сиблінгами. Вона розглядає, чи піклуються брати і сестри один про одного, чи проявляють цікавість до думок і дій іншого, чи підтримують один одного, діляться секретами, відчувають емоційну близькість і прагнуть проводити час разом. Високі результати на цій шкалі свідчать про високий рівень емпатії у взаєминах.

2. Шкала «Підтримка кордонів». Ця шкала складається з шести пунктів, що оцінюють, наскільки сиблінги поважають міжособистісні кордони, як у сфері матеріальної власності, так і щодо індивідуальних інтересів. Оцінюється також рівень близькості або віддаленості між ними. Ключовим критерієм є здатність сиблінгів поважати фізичний і психологічний простір один одного.

3. Шкала «Схожість». Ця шкала оцінює наявність спільних інтересів, досвіду та переживань між сиблінгами. Вона включає дев'ять пунктів, що стосуються спільних друзів, інтересів у спорті, хобі, шкільних предметах. Високі результати свідчать про високий рівень подібності у взаєминах. Низькі

показники можуть вказувати на значну диференціацію або відчуження між сиблінгами.

4. Шкала «Примус». Ця шкала оцінює наявність елементів влади, контролю та домінування одного сиблінга над іншим. Вона включає питання про експлуатаційні та девіантні форми поведінки щодо сиблінга, а також про ізоляцію від друзів. Високі показники вказують на значний рівень домінування та контролю у взаєминах.

3) методика діагностики сиблінгового спілкування. Запропонована методика є модифікованим варіантом методики «Діагностика подружнього спілкування» (Ю.Є. Альошина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовська). Модифікацію виконано М.В. Кравцової (Додаток В).

Мета методики: Методика спрямована на виявлення таких аспектів взаємодії між сиблінгами, як довіра та взаєморозуміння, схожість у поглядах, спільні символи сім'ї, легкість спілкування та психотерапевтичний ефект від спілкування.

У питаннях, позначених знаком «+», за першу альтернативу нараховується 4 бали, за другу – 3, за третю – 2, і за четверту – 1 бал. У питаннях зі знаком «-» бали розподіляються у зворотному порядку.

Для кожної шкали розраховується індекс, який дорівнює середньому арифметичному значень, що відповідають питанням цієї шкали. Чим вищий отриманий бал, тим сильніше виражений показник відповідної шкали. Максимально можливий бал за шкалою – 4.

Шкали «довірливість спілкування» та «взаєморозуміння між сиблінгами» розділені на дві субшкали:

- а) самооцінка респондента за цими показниками;
- б) оцінка партнера респондентом.

Оцінки за цими напрямками розраховуються окремо.

Критерії, що включають довірливість і взаєморозуміння у спілкуванні сиблінгів, схожість у поглядах, наявність спільних символів у сім'ї, легкість взаємодії та психотерапевтичний ефект спілкування, дозволяють визначити

якість відносин між братами і сестрами. Характеристики цих відносин оцінюються за рівнем вираженості показників на відповідних шкалах. Довірливість і взаєморозуміння оцінюються з двох сторін: як респондент сприймає себе та як оцінює свого партнера. Це дає змогу отримати уявлення про реальну сімейну ситуацію, а також зрозуміти, наскільки адекватно респондент оцінює свої стосунки. Опитувальник є стандартизованим самозвітом, де респонденти суб'єктивно оцінюють свої стосунки з братом чи сестрою.

Характеристика шкал опитувальника:

1. Довірливість спілкування: Ця шкала вимірює рівень довіри між сиблінгами, що виражається у здатності покладатися на чесність і добросовісність брата або сестри, довіряти їм свої секрети, особисті справи та повністю покладатися на їхню підтримку. Це також пов'язано з узгодженістю в їхніх віруваннях та цінностях.

2. Порозуміння між сиблінгами: Ця шкала оцінює, наскільки добре сиблінги розуміють один одного, знають інтереси та настрої іншого, а також їхню здатність передбачити і зрозуміти поведінку брата або сестри в різних ситуаціях і реакції на певні події.

3. Подібність поглядів: Ця шкала спрямована на визначення рівня єдності або розбіжностей у поглядах сиблінгів на різні аспекти, пов'язані з ціннісними виборами, світоглядом, інтересами та ставленням до життя і навколишнього світу (включаючи людей, культурні об'єкти тощо).

4. Спільні символи сім'ї: Оцінює наявність у сиблінгів спільних об'єктів, висловлювань або символів, які мають для них однакове значення, викликають схожі почуття, спогади або ставлення. Це може проявлятися у вигляді спільної «мови», відчуття єдності, згуртованості та спільної ідентичності в сім'ї.

5. Легкість спілкування: Ця шкала оцінює, наскільки взаємодія між сиблінгами викликає відчуття спільності та взаєморозуміння, а також відсутність скутості чи напруженості, забезпечуючи при цьому легкість спілкування

6. Психотерапевтичність спілкування: Вимірює ступінь підтримки, яку приносить спілкування з братом чи сестрою, і наскільки воно допомагає справлятися з неприємностями або складними життєвими обставинами. Для виконання цієї психотерапевтичної функції необхідний певний рівень довіри та взаєморозуміння між сиблінгами.

4) Тест за методикою К. Томаса «Визначення стилю поведінки в конфліктній ситуації» (Додаток Г). Тест призначений для визначення основного стилю поведінки людини в умовах конфлікту. Авторами цієї методики є К. Томас і Р. Кілман, які розробили двовимірну модель вирішення та регулювання конфліктів. В основі цієї моделі лежать дві ключові складові: кооперація та напористість. Кооперація відображає ступінь, до якого людина готова співпрацювати з іншими для досягнення спільної мети, а напористість характеризує рівень рішучості та прагнення відстоювати власні інтереси.

На основі цих двох вимірів автори виділили п'ять основних стратегій подолання конфліктів: суперництво, співпраця, компроміс, уникання та пристосування. Кожен із цих стилів поведінки демонструє певний підхід до вирішення конфліктних ситуацій, що залежить від поєднання кооперації та напористості.

Методика складається з 30 пар тверджень, які описують різні стилі поведінки під час конфліктів. Завдання респондента полягає в тому, щоб обрати одне твердження з кожної пари, яке найкраще відображає його ставлення до конфлікту, і позначити його в бланку відповідей. Після цього, за допомогою ключа до методики, отримані дані обробляються та інтерпретуються.

Максимальний бал за кожною шкалою становить 12. Чим вищий бал за певною стратегією поведінки, тим більш вираженим є цей стиль у респондента при вирішенні конфліктних ситуацій. Тобто, якщо людина отримала високий бал за шкалою суперництва, це означає, що вона, швидше за все, буде схильна до конкурентної поведінки в конфліктах. Таким чином, тест дозволяє не лише визначити домінуючий стиль поведінки, але й зрозуміти, як людина

справляється з конфліктами та яких стратегій вона дотримується у складних ситуаціях.

Для проведення емпіричного дослідження проблем та труднощів у взаємодії між сиблінгами була сформована вибірка, яка складалася з двох груп респондентів. Вибірку було обмежено сім'ями, де є лише двоє дітей, щоб уникнути впливу третьої дитини на взаємодію між сиблінгами.

Аналіз даних про дітей з контрольної групи, які брали участь у дослідженні, свідчить про наступні демографічні та вікові характеристики вибірки. Усього в контрольній групі було 30 респондентів, серед яких рівна кількість хлопців і дівчат – по 15 осіб (50% хлопців і 50% дівчат). Вік дітей у контрольній групі коливався від 7 до 17 років, що дозволяє вивчати взаємодію сиблінгів у різних вікових категоріях.

Середній вік респондентів становить приблизно 11 років. Щодо вікових різниць між сиблінгами, у контрольній групі, де різниця у віці становить 3-5 років, найбільш поширеною є різниця у 3 роки, що відзначається у 30% випадків (9 дітей). Різниця у віці на рівні 4 років зустрічається у 27% випадків (8 дітей), а різниця в 5 років – у 43% випадків (13 дітей).

Щодо розподілу за статтю серед сиблінгів, у контрольній групі 53% дітей мають брата, а 47% – сестру. Ці дані свідчать про рівномірний розподіл статей між респондентами та їхніми сиблінгами, що надає можливість для дослідження взаємодії як між братами, так і між сестрами, а також між братом і сестрою.

Таким чином, вибірка контрольної групи забезпечує репрезентативність для дослідження взаємодії сиблінгів з невеликою різницею у віці (3-5 років) і дозволяє отримати результати, які можна узагальнити для ширшої популяції.

Аналіз даних експериментальної групи, яка брала участь у дослідженні, дозволяє оцінити особливості взаємодії між сиблінгами з великою різницею у віці. Вибірка експериментальної групи складалася з 30 респондентів, серед яких 14 хлопців (46,7%) і 16 дівчат (53,3%). Вік респондентів варіювався від 15 до 24 років, що забезпечує широкий діапазон досліджуваних вікових груп.

Щодо різниці у віці між сиблінгами, вона коливалася від 3 до 11 років. Найбільш поширеною була різниця у віці 4-6 років, яка відзначалася у 50% респондентів (15 дітей). Різниця у віці 7-9 років спостерігалася у 26,7% випадків (8 дітей), а максимальна різниця у віці 10-11 років – у 23,3% випадків (7 дітей). Це підтверджує, що вибірка експериментальної групи охоплює різноманітні вікові розриви, що дозволяє дослідити їхній вплив на сиблінгову взаємодію.

Стосовно розподілу за статтю сиблінгів, у 43,3% випадків (13 дітей) респондент мав брата, а у 56,7% (17 дітей) – сестру. Це дозволяє вивчати особливості взаємодії як між братами, так і між сестрами, а також між різностатевими сиблінгами з великою різницею у віці.

Таким чином, вибірка експериментальної групи є репрезентативною для вивчення специфіки взаємин між сиблінгами з різницею у віці від 10 років і більше.

Отримані дані забезпечують можливість проведення ґрунтовного аналізу впливу вікових розривів на характер відносин між сиблінгами, що дозволить зробити значущі висновки та рекомендації для подальшої психологічної практики.

Загальна вибірка дослідження складається з 60 дітей, поділених на дві групи відповідно до різниці у віці між ними. Такий підхід дозволяє проаналізувати вплив вікового розриву на характер відносин між сиблінгами та визначити специфічні проблеми, що виникають у їхній взаємодії.

Перед початком емпіричного дослідження були проведені попередні консультації з батьками респондентів.

Під час цих консультацій батькам було детально роз'яснено суть і мету дослідження, а також важливість вивчення особливостей взаємодії між їхніми дітьми. Особлива увага була приділена питанням етичних аспектів дослідження та забезпечення психологічного комфорту дітей під час експерименту.

Батькам було надано вичерпну інформацію щодо методик, які будуть використовуватися, і можливих результатів, які можуть сприяти покращенню розуміння взаємин у сім'ї. Після цього було отримано письмову згоду батьків на участь їхніх дітей у психологічному дослідженні, що підтвердило готовність родин до співпраці та участі в експериментальній роботі. Такий підхід забезпечив не лише добровільність участі дітей, але й створив умови для безпечного та етичного проведення дослідження. Дані про дітей, що приймали участь у дослідженні наведені у додатку Д.

2.2 Аналіз результатів констатувального експерименту

За результатами дослідження сформовані наступні результати.

За допомогою тесту «Діагностика емоційних відносин у родині» Е. Бене і Д. Антоні (за загальною редакцією А.Г. Лідерса та І.В. Анісімової) проводилось вивчення емоційних відносин дитини із сім'єю.

Запропонована методика спрямована на визначення позиції дитини в сім'ї. Тест дозволяє якісно і кількісно оцінити почуття, які дитина відчуває до членів своєї родини і як вона сприймає їхнє ставлення до себе. Результати первинної діагностики наведені Додатку Є.

Зведена таблиця 2.1. узагальнює дані щодо емоційних стосунків у сім'ях, відображаючи розподіл позитивних і негативних почуттів, а також взаємодії між дітьми в контрольній та експериментальній групах.

Таблиця 2.1.

Результати вивчення емоційних відносин дитини із сім'єю за допомогою тесту «Діагностика емоційних відносин у родині» Е. Бене і Д. Антоні

Критерій	Контрольна група (n=30)	Контрольна група (%)	Експериментальна група (n=30)	Експериментальна група (%)
Позитивні почуття	25	83,3	18	60
Негативні почуття	5	16,7	12	40
Позитивна взаємодія	20	66,7	15	50
Негативна взаємодія	10	33,3	15	50

У контрольній групі, де різниця у віці становила 3-5 років, спостерігався високий рівень позитивних почуттів (83,3%) і взаємодії (66,7%) між сиблінгами. Це може свідчити про те, що у випадках, коли різниця у віці є невеликою, діти частіше проявляють емоційну близькість і схильність до співпраці. Негативні почуття і взаємодії фіксувалися рідше, відповідно 16,7% і 33,3%. Ці дані дозволяють припустити, що невелика вікова різниця сприяє формуванню стабільних, менш конфліктних відносин, де частіше зустрічаються підтримка і взаєморозуміння.

У експериментальній групі, де різниця у віці між сиблінгами становила 10 років і більше, позитивні почуття і взаємодія були менш вираженими (60% і 50% відповідно). Це може вказувати на те, що значний віковий розрив ускладнює встановлення емоційної близькості та співпраці між сиблінгами. Водночас негативні почуття (40%) і взаємодії (50%) зустрічалися частіше, ніж у контрольній групі. Це може свідчити про те, що великі вікові різниці створюють передумови для виникнення конфліктів і труднощів у спілкуванні.

Отримані данні за результатами тесту «Діагностика емоційних відносин у родині», представимо у графічному вигляді рисунку 2.1.

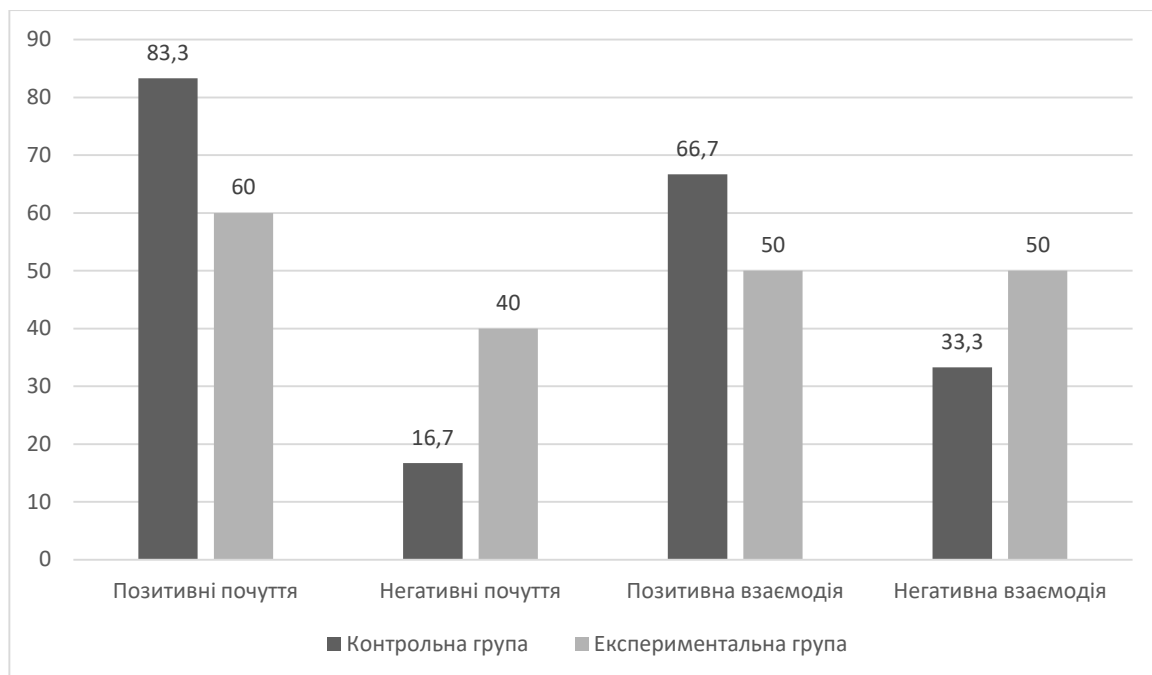


Рис.2.1. Результати діагностики тесту «Діагностика емоційних відносин у родині», у %

Таким чином, можна зробити висновок, що велика різниця у віці між сиблінгами (понад 10 років) негативно впливає на емоційні відносини та взаємодію між ними, збільшуючи ймовірність конфліктної поведінки. Це підкреслює важливість врахування вікового розриву при аналізі взаємодії між братами і сестрами та розробці психокорекційних програм для покращення їхніх відносин.

Під час проведення дослідження за методикою «Братсько-сестринський опитувальник» (The brothersister questionnaire; S.A. Graham-Bermann, S.E. Culter) жодних труднощів не виникло. Навпаки, діти із задоволенням відповідали на питання.

Результати дослідження за методикою «Братсько-сестринський опитувальник» для контрольної та експериментальної груп наведені у Додатку Ж.

Аналізуючи результати таблиці, можна зробити декілька висновків про особливості взаємодії між сиблінгами в контрольній групі за чотирма шкалами: емпатія, підтримка кордонів, подібність і примус.

Значення емпатії варіюються від 9 до 65 балів, що свідчить про значний розкид у рівні емоційного розуміння між сиблінгами. Високі показники (понад 50 балів) демонструють сильну емоційну прихильність та здатність до співпереживання серед окремих респондентів, тоді як низькі бали свідчать про слабкі емоційні зв'язки. Це може бути пов'язано з індивідуальними особливостями дітей або специфічною динамікою їхніх відносин у родині.

Баланс у підтримці міжособистісних кордонів у контрольній групі коливається від 4 до 28 балів. Високі показники (понад 25 балів) вказують на те, що деякі сиблінги успішно підтримують як фізичні, так і психологічні кордони один одного, що сприяє гармонійній взаємодії. Низькі ж бали можуть свідчити про труднощі у повазі до особистого простору іншого, що може провокувати конфлікти та непорозуміння.

Значення за шкалою подібності коливаються від 5 до 44 балів. Високі бали (понад 30 балів) демонструють наявність спільних інтересів, схожого життєвого досвіду та поглядів між сиблінгами. Низькі показники можуть свідчити про сильну диференціацію, що, у свою чергу, може ускладнювати взаєморозуміння та сприяти виникненню конфліктів.

За шкалою примусу бали варіюються від 3 до 30, що вказує на наявність як випадків високого рівня контролю і домінування одного сиблінга над іншим, так і більш гармонійних стосунків, де примус практично відсутній. Високі бали (понад 25 балів) вказують на значний рівень домінування, що може спричиняти напруженість у взаєминах, тоді як низькі бали демонструють відсутність примусу і можливе існування рівноправних стосунків між братами та сестрами.

Отримані данні за результатами методики «Братсько-сестринський опитувальник» для контрольної групи, представимо у графічному вигляді рисунку 2.2.

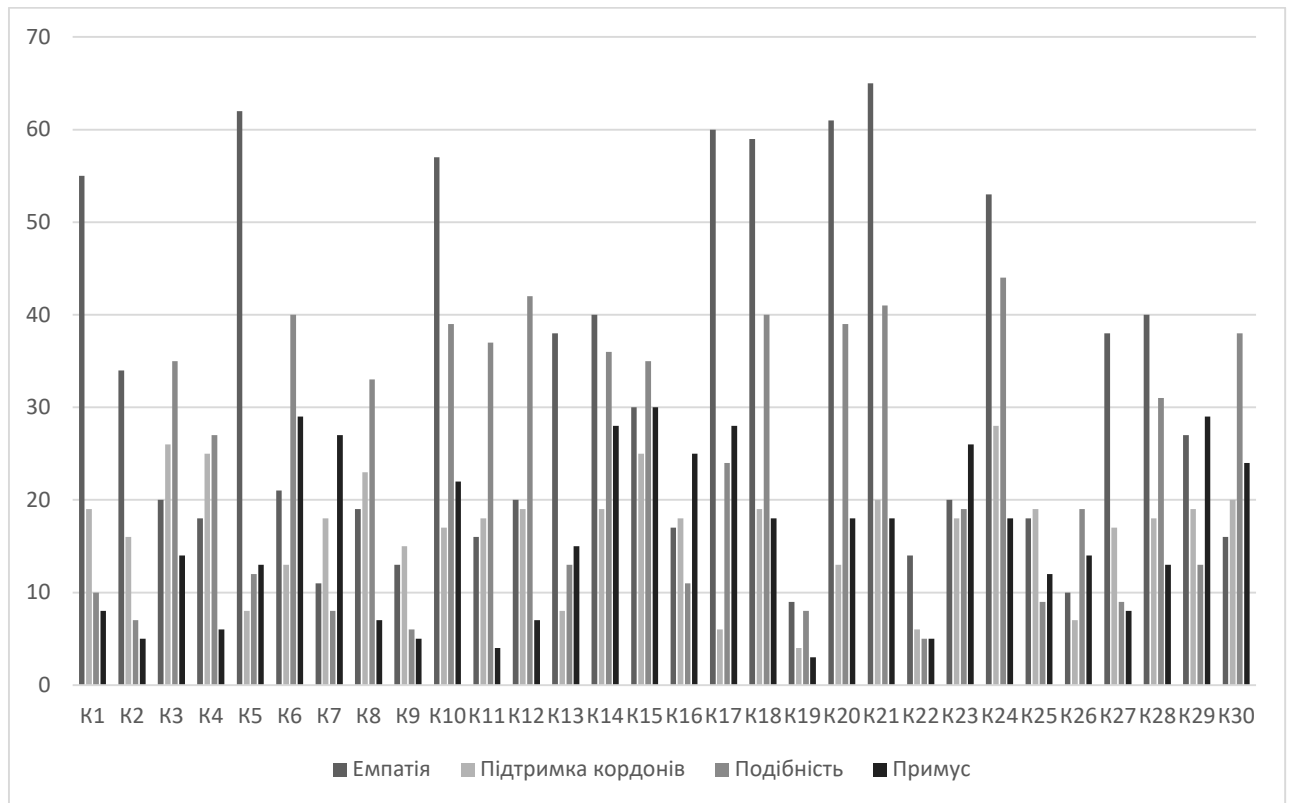


Рис.2.2. Результати дослідження за методикою «Братсько-сестринський опитувальник» для контрольної групи

Результати свідчать про те, що у контрольній групі спостерігається різноманітність у рівнях емпатії, підтримки кордонів, подібності та примусу між сиблінгами. Це може вказувати на те, що, незважаючи на відносно невелику різницю у віці (3-5 років), відносини між сиблінгами можуть бути як гармонійними, так і конфліктними. Основними факторами, що впливають на це, є здатність до співпереживання, повага до особистих кордонів, наявність спільних інтересів та схильність до домінування.

Отримані данні за результатами методики «Братсько-сестринський опитувальник» для експериментальної групи, представимо у графічному вигляді рисунку 2.3.

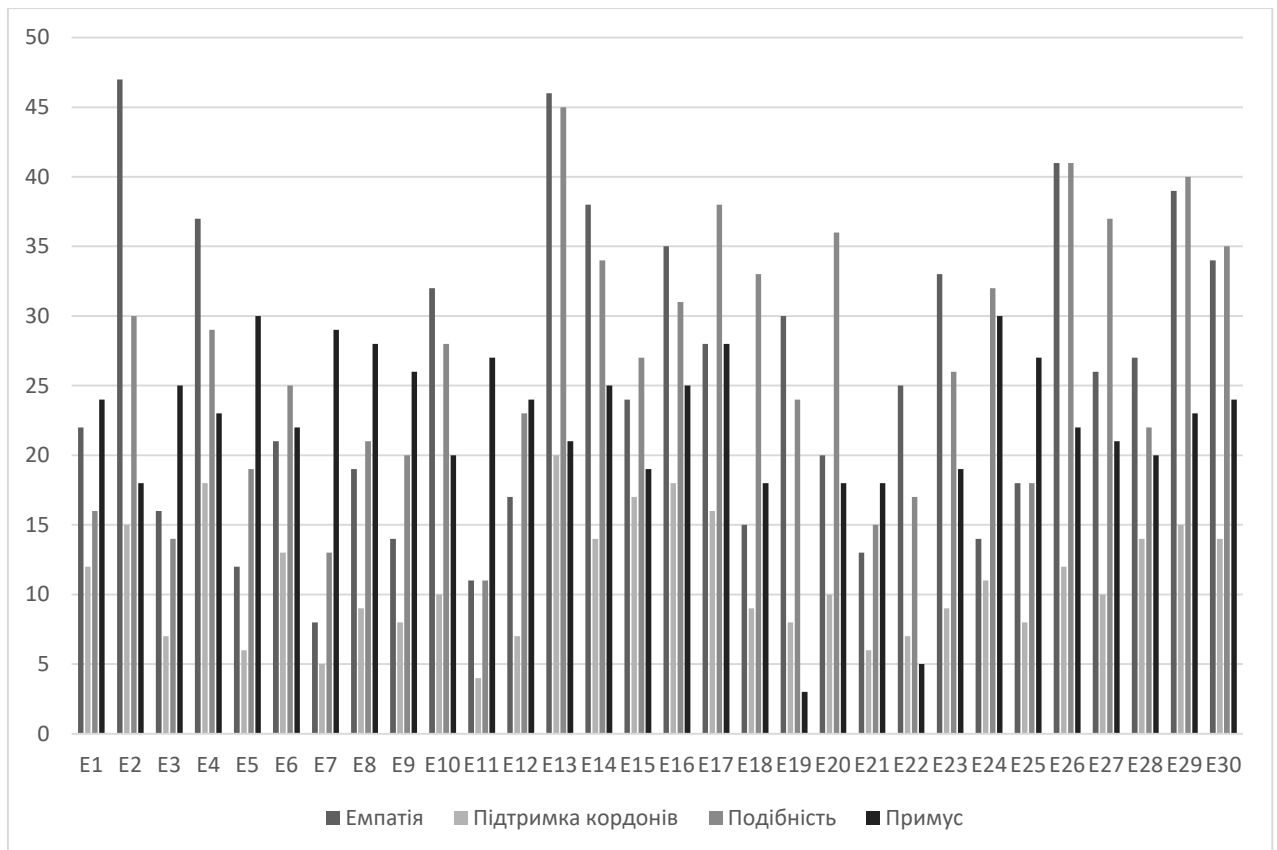


Рис.2.3. Результати дослідження за методикою «Братсько-сестринський опитувальник» для контрольної групи

Аналізуючи результати графіка, можна зробити кілька важливих висновків щодо взаємодії між сиблінгами з великою різницею у віці (понад 10 років).

Значення емпатії у цій групі варіюються від 8 до 47 балів. Ці результати свідчать про значний розкид у рівні емоційного зв'язку між сиблінгами. Деякі діти мають досить високі показники емпатії, що говорить про позитивну емоційну взаємодію, однак у більшості випадків показники є нижчими, що може свідчити про відчуженість або труднощі в емоційному зв'язку через значну різницю у віці.

Бали за шкалою підтримки кордонів коливаються від 4 до 20 балів, що свідчить про різний ступінь поваги до особистих меж між сиблінгами. Більшість дітей мають середні або низькі показники, що може вказувати на

проблеми з дотриманням особистого простору один одного. У сиблінгів із великою різницею у віці це може бути пов'язано з різними етапами розвитку та потребами, що призводить до конфліктів.

Значення за шкалою подібності варіюються від 11 до 45 балів. Ці результати демонструють, що деякі сиблінги мають спільні інтереси та досвід, проте більшість мають низькі показники подібності. Це свідчить про значну різницю в інтересах та поглядах між сиблінгами, що може бути обумовлено віковою різницею. Відсутність спільних точок дотику може ускладнювати взаєморозуміння та сприяти виникненню конфліктів.

За шкалою примусу бали варіюються від 18 до 30, що вказує на високу схильність до домінування одного сиблінга над іншим.

У багатьох випадках відзначається високий рівень контролю та примусу, що свідчить про наявність значних проблем у взаємодії. Ці результати можуть вказувати на конфліктний характер стосунків, де один із сиблінгів має більшу владу та використовує її для контролю над іншим.

Зведену таблицю з результатами дослідження за методикою «Братсько-сестринський опитувальник» для контрольної групи та експериментальної груп представимо в таблиці 2.2.

Результати дослідження показують, що взаємодія між сиблінгами з великою різницею у віці є більш проблемною порівняно з групою, де різниця у віці становить 3-5 років.

Низькі показники емпатії та подібності, а також високі показники примусу свідчать про труднощі у встановленні емоційного зв'язку та співпраці між сиблінгами.

Таблиця 2.2.

**Зведена таблиця з результатами дослідження за методикою
«Братсько-сестринський опитувальник» для контрольної та
експериментальної груп**

Контрольна група						
Шкала	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	%	n	%	n	%	n
Емпатія	20	6	40	12	40	12
Підтримка кордонів	30	9	50	15	20	6
Подібність	40	12	30	9	30	9
Примус	10	3	60	18	30	9
Експериментальна група						
Шкала	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	%	n	%	n	%	n
Емпатія	10	3	30	9	60	18
Підтримка кордонів	20	6	50	15	30	9
Подібність	30	9	40	12	30	9
Примус	40	12	50	15	10	3

Результати дослідження показують, що взаємодія між сиблінгами з великою різницею у віці є більш проблемною порівняно з групою, де різниця у віці становить 3-5 років. Низькі показники емпатії та подібності, а також високі показники примусу свідчать про труднощі у встановленні емоційного зв'язку та співпраці між сиблінгами.

Наступним етапом дослідження було проведення діагностики сиблінгового спілкування за модифікацією в М. В. Кравцової.

Методика орієнтована на виявлення наступних характеристик спілкування: довірливість і взаєморозуміння спілкування сиблінгів, подібність поглядів, загальні символи сім'ї, легкість спілкування між сиблінгами, психотерапевтичність спілкування. Узагальнені результати дослідження за методикою наведені у таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Діагностика сиблінгового спілкування за модифікацією М.В. Кравцової

	Контрольна група						Експериментальна група					
	Високий		Середній		Низький		Високий		Середній		Низький	
	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n
Довірливість спілкування	36,7	11	30	9	33,3	10	20	6	36,7	11	43,3	13
Порозуміння між сиблінгами	30	9	30	9	40	12	16,7	5	40	12	43,3	13
Подібність поглядів братів та сестер	16,7	5	36,7	11	46,7	14	13,3	4	33,3	10	53,3	16
Загальні символи сім'ї	36,7	11	46,7	14	16,7	5	26,7	8	40	12	33,3	10
Легкість спілкування між сиблінгами	20	6	46,7	14	33,3	10	16,7	5	40	12	43,3	13
Психотерапевтичність спілкування	30	9	26,7	8	43,3	13	16,7	5	36,7	11	46,7	14

Аналіз даних, представлених у таблиці, свідчить про суттєві відмінності у сиблінговій взаємодії між двома групами респондентів, які розрізняються за віковою різницею між дітьми. Контрольна група, яка представлена сиблінгами з різницею у віці 3-5 років, демонструє більш позитивні показники за всіма шкалами порівняно з експериментальною групою, де різниця у віці між сиблінгами перевищує 10 років.

На шкалі «Довірливість спілкування» 36,7% респондентів контрольної групи показали високий рівень довіри у взаємодії з братами та сестрами. У той час, як в експериментальній групі лише 20% дітей виявили високий рівень довіри. Це свідчить про те, що більша різниця у віці знижує здатність сиблінгів покладатися один на одного, що може бути обумовлено різними життєвими етапами та відсутністю спільного досвіду. У контрольній групі середній рівень довіри зафіксований у 30% дітей, тоді як у експериментальній цей показник зростає до 36,7%. Це може свідчити про те, що в експериментальній групі хоча й існує певна довіра між сиблінгами, проте вона є менш стійкою і повною. Низький рівень довірливості спілкування в експериментальній групі сягає 43,3%, що значно перевищує показник контрольної групи (33,3%).

Щодо порозуміння між сиблінгами, у контрольній групі 30% респондентів виявили високий рівень розуміння, тоді як в експериментальній групі цей показник становить лише 16,7%. Це може бути пов'язано з тим, що більша вікова різниця ускладнює сприйняття інтересів та настроїв один одного. Крім того, низький рівень порозуміння між сиблінгами був зафіксований у 43,3% респондентів експериментальної групи, що свідчить про труднощі у спілкуванні та взаємодії.

Аналіз подібності поглядів між сиблінгами також демонструє тенденцію до зниження цього показника в експериментальній групі. У контрольній групі 16,7% респондентів мають високий рівень подібності поглядів, тоді як в експериментальній групі цей показник знижується до 13,3%. Низький рівень подібності поглядів спостерігається у 53,3% респондентів експериментальної групи, що є ознакою значної розбіжності у ціннісних виборах та ставленні до життя.

Що стосується спільних символів сім'ї, у контрольній групі 36,7% респондентів продемонстрували високий рівень, тоді як в експериментальній групі цей показник становить лише 26,7%. Це свідчить про те, що сиблінги з великою різницею у віці рідше мають спільні символи та об'єкти, які б об'єднували їх в єдине ціле. Натомість у контрольній групі більший відсоток

респондентів демонструє наявність таких спільних символів, що підкреслює важливість вікової близькості у формуванні спільної сімейної ідентичності.

Легкість спілкування між сиблінгами виявляється більшою у контрольній групі, де 20% дітей мають високий рівень цього показника. У експериментальній групі лише 16,7% респондентів відчують легкість у взаємодії з братом чи сестрою. Це може свідчити про те, що велика вікова різниця створює певні бар'єри для природного та невимушеного спілкування, що підтверджується і високим рівнем низьких показників (43,3%) в експериментальній групі.

Нарешті, психотерапевтичність спілкування, що вимірює підтримку між сиблінгами, також є нижчою в експериментальній групі. Лише 16,7% респондентів експериментальної групи показали високий рівень цього показника, що може свідчити про меншу здатність сиблінгів з великою різницею у віці підтримувати один одного в складних ситуаціях. У контрольній групі цей показник складає 30%, що підкреслює важливість вікової близькості для надання психологічної підтримки.

Отже, аналіз отриманих даних свідчить про те, що велика різниця у віці між сиблінгами може негативно впливати на їхню взаємодію, знижуючи рівень довіри, порозуміння, подібності поглядів та спільних символів. Це також ускладнює спілкування та зменшує можливість надання психологічної підтримки.

За допомогою використання методики «Стратегія поведінки у конфліктній ситуації» К. Томаса були отримані дані щодо стилів поведінки сиблінгів. Узагальнені дані наведені в таблиці 2.4.

Таблиця 2.4.

Дані щодо стилів поведінки сиблінгів у конфліктній ситуації (за методикою К. Томаса)

	Контрольна група	Експериментальна група
--	-------------------------	-------------------------------

Стилі поведінки	%	n	%	n
Уникання	20	6	33,3	10
Суперництво	13,3	4	23,3	7
Пристосування	23,3	7	20	6
Компроміс	30	9	13,3	4
Співпраця	13,3	4	10	3

У контрольній групі, де різниця у віці між сиблінгами складає 3-5 років, домінуючим стилем поведінки є компроміс, який обрали 30% респондентів (9 осіб). Це свідчить про те, що сиблінги з меншою віковою різницею більш схильні до пошуку рішень, що задовольняють обидві сторони, що може сприяти зменшенню конфліктів і покращенню взаємодії. Також варто відзначити значний відсоток респондентів, які обрали пристосування (23,33%, 7 осіб). Це може вказувати на те, що сиблінги в контрольній групі готові жертвувати власними інтересами задля збереження гармонії у стосунках. Суперництво і співпраця мають однакові показники – по 13,33% (по 4 особи), що свідчить про наявність як конкурентних, так і кооперативних взаємин у сиблінгових парах. Стиль уникання, хоча і присутній у 20% респондентів (6 осіб), є менш поширеним, що може свідчити про прагнення сиблінгів у цій групі до активної взаємодії, навіть у конфліктних ситуаціях.

В експериментальній групі, де різниця у віці між сиблінгами перевищує 10 років, ситуація є дещо іншою. Найбільш поширеним стилем поведінки виявляється уникання, яке обрали 33,33% респондентів (10 осіб). Це свідчить про те, що сиблінги з більшою віковою різницею частіше уникають конфліктів, можливо через відсутність спільних інтересів або різні етапи розвитку. Також варто зазначити, що суперництво є більш поширеним у цій групі (23,33%, 7 осіб) порівняно з контрольною групою, що може вказувати на наявність конкурентних відносин між сиблінгами з великою різницею у віці. Стиль пристосування обрали 20% респондентів (6 осіб), що також вказує на

готовність сиблінгів адаптуватися до ситуацій, проте цей показник є нижчим, ніж у контрольній групі. Компроміс і співпраця мають нижчі показники – 13,33% (4 особи) і 10% (3 особи) відповідно, що може свідчити про меншу схильність сиблінгів з великою різницею у віці до кооперативних рішень у конфліктних ситуаціях.

Данні за результатами методики «Стратегія поведінки у конфліктній ситуації» К. Томаса, представимо у графічному вигляді на рисунку 2.4.

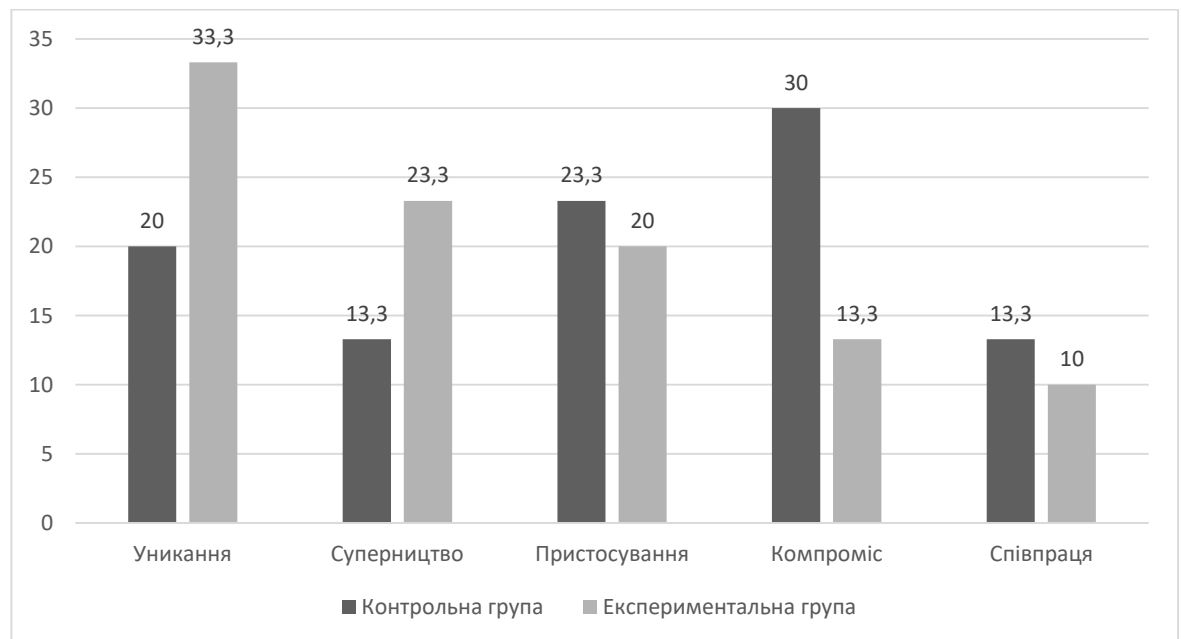


Рис. 2.4. Стратегія поведінки сиблінгів у конфліктній ситуації

Загалом, результати показують, що сиблінги з меншою різницею у віці (контрольна група) більш схильні до використання кооперативних стратегій, таких як компроміс і співпраця, що сприяє покращенню взаємодії та зниженню конфліктності. У той час як сиблінги з більшою різницею у віці (експериментальна група) частіше обирають стратегії уникання і суперництва, що може призводити до підвищеної конфліктності і менш ефективної взаємодії.

Таким чином, результати дослідження свідчать про те, що велика різниця у віці між сиблінгами значно впливає на якість їхньої взаємодії,

сприяючи підвищенню конфліктності та зниженню рівня емоційної підтримки та довіри. Це вказує на необхідність додаткової уваги до психологічної роботи з сім'ями, де сиблінги мають велику вікову різницю, з метою покращення їхніх взаємин та зменшення конфліктів.

Висновки до другого розділу

Емпіричне дослідження особливостей конфліктної поведінки сиблінгів з різницею у віці більше 10 років виявило суттєві відмінності у взаємодії сиблінгів порівняно з тими, де вікова різниця складає 3-5 років. У контрольній групі (різниця у віці 3-5 років) було виявлено, що 36,7% респондентів мають високий рівень довірливості спілкування, тоді як у експериментальній групі (різниця у віці більше 10 років) цей показник становить лише 20%. Подібні відмінності спостерігалися і в інших аспектах спілкування: рівень порозуміння між сиблінгами в контрольній групі високий у 30% випадків, тоді як у експериментальній групі цей показник становить лише 16,7%.

За результатами братсько-сестринського опитувальника, контрольна група демонструє вищі показники емпатії та підтримки кордонів. У контрольній групі 53,3% респондентів показали високий рівень емпатії, тоді як у експериментальній групі таких лише 36,7%. Крім того, у контрольній групі 46,7% респондентів мають високий рівень підтримки кордонів, у той час як в експериментальній групі цей показник становить 26,7%.

Щодо методики діагностики сиблінгового спілкування за М. В. Кравцовою, у контрольній групі 36,7% респондентів показали високий рівень наявності спільних символів сім'ї, тоді як у експериментальній групі цей показник склав лише 16,7%. Психотерапевтичність спілкування також була вищою у контрольній групі – 30% проти 16,7% у експериментальній групі.

Аналіз стилів поведінки у конфліктних ситуаціях за методикою К. Томаса показав, що у контрольній групі 30% респондентів обирають

компроміс, а 23,3% – пристосування, тоді як в експериментальній групі найчастіше обирається уникання (33,3%) та суперництво (23,3%).

РОЗДІЛ 3

ОРГАНІЗАЦІЯ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ ЩОДО ПОДОЛАННЯ КОНФЛІКТІВ МІЖ СИБЛІНГАМИ

3.1 Програма тренінгу ефективного подолання конфліктів між сиблінгами

Сім'я є ключовим середовищем формування особистості, і відносини між сиблінгами відіграють важливу роль у цьому процесі. Однак, велика різниця у віці між братами та сестрами часто стає причиною різноманітних труднощів у спілкуванні, що може призводити до конфліктів і непорозумінь.

Враховуючи ці особливості, тренінг «Ефективне подолання конфліктів між сиблінгами з різницею у віці понад 10 років» спрямований на покращення взаємодії між дітьми та їх батьками.

Мета тренінгу – навчити учасників ефективним стратегіям вирішення конфліктів, розвинути навички співпраці, взаєморозуміння та емпатії, а також зміцнити емоційні зв'язки між сиблінгами. Тренінг також спрямований на допомогу батькам у розумінні специфічних потреб та поведінкових реакцій дітей з різницею у віці понад 10 років, а також на навчання ефективним способам підтримки гармонійних сімейних відносин.

Завдання тренінгу:

1. Формування навичок ефективного спілкування та вирішення конфліктів між сиблінгами. Учасники навчатимуться розпізнавати конфліктні ситуації, використовувати стратегії співпраці, компромісу та взаємодії для їх вирішення.

2. Розвиток емпатії та емоційної підтримки між сиблінгами. Завдяки вправам на розвиток емпатії, діти зможуть краще розуміти почуття та потреби один одного, що сприятиме зменшенню конфліктності.

3. Підвищення рівня взаєморозуміння між сиблінгами та батьками. Залучення батьків до процесу тренінгу допоможе їм краще розуміти специфіку взаємин між дітьми з великою різницею у віці та підтримувати їх у конфліктних ситуаціях.

4. Навчання батьків ефективним методам підтримки сімейного клімату. Батьки отримають знання та інструменти для створення атмосфери підтримки, довіри та взаєморозуміння у сім'ї, що сприятиме гармонійним відносинам між сиблінгами.

5. Зниження рівня агресивних і примусових дій між сиблінгами. Робота над усвідомленням агресивних реакцій та заміна їх на більш конструктивні способи взаємодії допоможе зменшити напруженість у відносинах.

Очікуваний результат тренінгу включає декілька важливих змін, як у відносинах між сиблінгами, так і в сімейному кліматі загалом.

1. Зменшення конфліктності та агресивної поведінки. Після тренінгу очікується зниження рівня конфліктів між сиблінгами завдяки навчанню конструктивним стратегіям вирішення проблемних ситуацій. Діти навчаться розпізнавати свої емоції та почуття інших, що дозволить їм уникати агресивних реакцій і обирати більш ефективні способи взаємодії.

2. Покращення комунікативних навичок. Учасники тренінгу розвиватимуть навички ефективного спілкування, що сприятиме більш гармонійним стосункам у сім'ї. Це включає вміння слухати, висловлювати свої почуття та потреби, а також знаходити компроміси у складних ситуаціях.

3. Зміцнення емоційних зв'язків між сиблінгами. Завдяки розвитку емпатії та емоційної підтримки, очікується поглиблення позитивних емоційних зв'язків між братами і сестрами. Це дозволить їм краще розуміти один одного, підтримувати у важкі моменти та зміцнювати довіру.

4. Підвищення рівня взаєморозуміння між сиблінгами та батьками. Батьки зможуть краще розуміти потреби та переживання своїх дітей, що дозволить їм ефективніше підтримувати їх у конфліктних ситуаціях. Це сприятиме зниженню напруженості у відносинах та створенню більш гармонійного сімейного середовища.

5. Стійкі позитивні зміни у сімейному кліматі. Завдяки систематичному застосуванню отриманих на тренінгу знань та навичок, очікується загальне покращення атмосфери у сім'ї. Сиблінги з великою різницею у віці зможуть налагодити більш теплі та довірливі стосунки, що позитивно вплине на їхній емоційний розвиток і взаємодію з батьками.

Ці зміни дозволять створити стабільнішу, підтримуючу та комфортну сімейну атмосферу, де кожен член сім'ї відчуватиме себе зрозумілим та прийнятим.

Програма тренінгу ефективного подолання конфліктів між сиблінгами з різницею у віці понад 10 років включає 10 групових занять, тривалістю 40 хвилин кожне. Заняття проводяться двічі на тиждень, що дозволяє учасникам засвоїти нові навички поступово, відпрацьовуючи їх на практиці між сесіями.

Такий формат забезпечує регулярність і системність роботи з учасниками, дозволяючи досягти стійких змін у взаєминах сиблінгів.

Заняття проводитимуться у комфортному та безпечному середовищі, зокрема в спеціально обладнаній кімнаті для тренінгів, яка розташована у психологічному центрі або освітньому закладі. Важливо, щоб приміщення було адаптоване для проведення групових занять, з достатньою кількістю місця для активних вправ, зручною розсадкою учасників та наявністю необхідного обладнання (наприклад, проєктора, інтерактивної дошки, матеріалів для творчих завдань).

Кожне заняття включає теоретичну частину, практичні вправи та обговорення, що дозволяє учасникам глибше зрозуміти матеріал і застосувати його у своєму сімейному житті. Такий підхід сприяє закріпленню нових моделей поведінки та підвищує ефективність тренінгу в цілому.

Тематичний план занять:

Заняття 1. Вступ та знайомство

Мета заняття: створення безпечної та комфортної атмосфери в групі; ознайомлення учасників з програмою тренінгу та правилами групової роботи; встановлення довіри між учасниками.

План заняття

1. Привітання в колі (10 хвилин)

Мета: створити дружню та відкриту атмосферу на початку заняття.

Інструкція: учасники стають у коло. Кожен по черзі називає своє ім'я та додає одне слово, що характеризує його настрій або стан на початок заняття. Наприклад, «Мене звати Олександр, і я відчуваюся натхненим».

2. Вправа «Сімейне дерево» (10 хвилин)

Мета: познайомити учасників між собою через розповідь про свою родину.

Інструкція: кожен учасник малює своє сімейне дерево (схематично), де зображує себе, братів/сестер та батьків. Після цього кожен учасник коротко

розповідає про свою сім'ю, пояснює, хто є хто на його дереві, і називає одну позитивну рису кожного члена родини.

3. Обговорення очікувань та встановлення правил (10 хвилин)

Мета: узгодити спільні правила групи та визначити очікування учасників від тренінгу.

Інструкція: ведучий просить учасників висловити свої очікування від тренінгу та навести приклади правил, які вони хотіли б запровадити для спільної роботи. Після збору всіх пропозицій група спільно затверджує основні правила роботи (наприклад, повага до думки кожного, конфіденційність, активна участь тощо).

4. Вправа «Очікування та побажання» (10 хвилин)

Мета: дати можливість учасникам висловити свої побажання на тренінг.

Інструкція: учасники отримують картки, на яких вони мають написати свої очікування від тренінгу та побажання для інших учасників. Картки потім збираються в коробку, і ведучий їх зачитує (анонімно).

5. Рефлексія (10 хвилин)

Мета: підбити підсумки заняття, дати учасникам можливість поділитися своїми почуттями та враженнями.

Інструкція: учасники по черзі висловлюють свої почуття після заняття, відповідаючи на питання: «Як ви себе відчуваєте зараз?» і «Що вам найбільше сподобалося на занятті?».

Заняття 2. «Вивчення конфліктів та їх впливу на взаємини між сиблінгами»

Мета заняття: ознайомлення учасників із поняттям конфлікту та його видами; усвідомлення впливу конфліктів на взаємини між сиблінгами; навчання способам ефективного вирішення конфліктів у родинному середовищі.

План заняття

1. Привітання та рефлексія попереднього заняття (5 хвилин)

Мета: підтримати послідовність занять та надати можливість учасникам згадати попередню зустріч.

Інструкція: учасники по черзі відповідають на питання: «Що ви взяли з попереднього заняття?» і «Як змінилися ваші відносини з сиблінгами після першого заняття?»

2. Вправа «Карта конфліктів» (15 хвилин)

Мета: визначити основні причини конфліктів між сиблінгами та їхній вплив на взаємини.

Інструкція: ведучий роздає учасникам аркуші паперу та маркери. Учасники мають намалювати «карту» конфліктів, зображаючи на ній основні причини конфліктів зі своїм братом або сестрою. Важливо, щоб вони вказали, як ці конфлікти впливають на їхні взаємини. Після завершення вправи кожен учасник коротко презентує свою карту групі.

3. Групова дискусія «Що таке конфлікт?» (10 хвилин)

Мета: ознайомити учасників із поняттям конфлікту та його видами.

Інструкція: ведучий ставить перед групою питання: «Що таке конфлікт?» і «Які види конфліктів ви знаєте?» Учасники обговорюють ці питання, приводячи приклади з особистого життя. Ведучий надає додаткову інформацію про види конфліктів та їхні характеристики.

4. Вправа «Рольові конфліктні ситуації» (15 хвилин)

Мета: практичне опрацювання навичок вирішення конфліктів.

Інструкція: учасники розподіляються на пари або трійки та отримують сценарії конфліктних ситуацій, типових для взаємин між сиблінгами. Їхнє завдання – розіграти цю ситуацію та знайти ефективне рішення конфлікту. Після виконання кожна група коротко презентує своє рішення, а інші учасники можуть давати зворотній зв'язок.

5. Вправа «Шкала емоцій» (10 хвилин)

Мета: Розуміння власних емоцій під час конфліктів та навчання контролю над ними.

Інструкція: учасникам пропонується уявити шкалу від 1 до 10, де 1 – це найменша емоційна напруга, а 10 – найбільша. Ведучий ставить ситуації з життя, і учасники мають визначити, на якій «шкалі» знаходяться їхні емоції під час цих ситуацій. Це допомагає краще розуміти власні реакції та вчитися контролювати їх.

6. Рефлексія та підбиття підсумків (5 хвилин)

Мета: узагальнення отриманого досвіду та планування наступних дій.

Інструкція: учасники по черзі діляться тим, що нового вони дізналися на занятті, і які навички планують використовувати в реальному житті.

Заняття 3. «Емоційна компетентність та її роль у подоланні конфліктів»

Мета заняття: розвиток емоційної компетентності у взаєминах між сиблінгами; формування навичок розпізнавання та керування емоціями під час конфліктів; підвищення здатності до емпатії та розуміння емоцій іншої людини.

План заняття

1. Привітання та рефлексія попереднього заняття (5 хвилин)

Мета: підтримання зв'язку між заняттями та відслідковування змін у взаєминах учасників.

Інструкція: ведучий пропонує учасникам коротко поділитися досвідом після попереднього заняття. Питання для обговорення: «Як ви використовували нові знання у взаєминах зі своїм братом або сестрою?» та «Чи змінилися ваші емоційні реакції під час конфліктів?»

2. Вправа «Емоційний барометр» (10 хвилин)

Мета: навчання учасників розпізнавати та називати свої емоції.

Інструкція: учасникам роздають картки з різними емоціями (радість, сум, злість, страх, здивування тощо). Ведучий пропонує їм подумати про

ситуації, коли вони відчували ці емоції у відносинах зі своїми сиблінгами, і поділитися цими ситуаціями з групою. Після цього ведучий пропонує учасникам розмістити свої емоції на «барометрі», визначивши інтенсивність емоції від 1 до 10.

3. Групова дискусія «Роль емоцій у конфліктах» (10 хвилин)

Мета: поглиблення розуміння ролі емоцій у конфліктних ситуаціях.

Інструкція: ведучий запитує учасників: «Як емоції впливають на конфлікти між вами та вашими сиблінгами?» і «Які емоції найчастіше викликають конфлікти?» Учасники обговорюють ці питання, обмінюючись досвідом та спостереженнями.

4. Вправа «Емоційні ролі» (15 хвилин)

Мета: практичне опрацювання навичок керування емоціями під час конфліктів.

Інструкція: учасники розподіляються на пари або трійки та отримують ролі, які відображають типові емоційні конфлікти між сиблінгами. Завдання кожної групи – розіграти сцену конфлікту, підкреслюючи емоції, які виникають у процесі, та запропонувати способи їх керування. Після завершення вправи кожна група коротко презентує свій сценарій, а інші учасники можуть додавати коментарі або пропозиції.

5. Вправа «Емоційна підтримка» (10 хвилин)

Мета: розвиток емпатії та навичок емоційної підтримки.

Інструкція: учасникам пропонується знайти пару та поділитися ситуацією, коли вони відчували себе емоційно підтриманими або коли вони самі надавали підтримку. Після цього ведучий обговорює з групою, як емоційна підтримка може допомогти уникнути або зменшити конфліктні ситуації.

6. Рефлексія та підбиття підсумків (5 хвилин)

Мета: узагальнення отриманого досвіду та планування подальших дій у роботі з емоціями.

Інструкція: учасники коротко діляться своїми враженнями від заняття та обговорюють, як вони планують використовувати отримані навички у взаєминах зі своїми сиблінгами. Ведучий надає зворотний зв'язок та пропонує продумати, як учасники можуть продовжувати працювати над своєю емоційною компетентністю до наступного заняття.

Заняття 4. «Комунікація як ключ до вирішення конфліктів»

Мета заняття: розвиток навичок ефективної комунікації між сиблінгами та їх батьками; формування умінь слухати та висловлюватися конструктивно; зниження напруженості у спілкуванні та сприяння відкритому діалогу.

План заняття

1. Привітання та рефлексія попереднього заняття (5 хвилин)

Мета: зміцнення взаємозв'язку між учасниками та обговорення їхнього досвіду застосування нових навичок.

Інструкція: ведучий запитує учасників, як вони використовували навички емоційної компетентності після попереднього заняття. Обговорення проводиться у колі, де кожен учасник має можливість висловитися.

2. Вправа «Активне слухання» (10 хвилин)

Мета: навчити учасників уважно слухати співрозмовника та демонструвати свою увагу.

Інструкція: учасники працюють у парах. Один учасник розповідає про нещодавню конфліктну ситуацію, а інший слухає, демонструючи активне слухання (підтверджуючи словами, кивками, повторенням основних моментів тощо). Потім ролі змінюються. Після вправи учасники обговорюють, як відчували себе в ролі слухача і як це вплинуло на їхнє сприйняття конфлікту.

3. Гра «Правила комунікації» (10 хвилин)

Мета: вироблення правил ефективної комунікації в родині.

Інструкція: ведучий пояснює правила гри: учасники по черзі висловлюють пропозиції щодо того, як потрібно спілкуватися в родині, щоб уникати конфліктів (наприклад, не перебивати, висловлювати свої почуття без

звинувачень тощо). Кожне правило записується на великому аркуші паперу, що буде використовуватися протягом усього тренінгу як «сімейний кодекс комунікації».

4. Вправа «Я-повідомлення» (15 хвилин):

Мета: навчити учасників висловлювати свої почуття і потреби без агресії та звинувачень.

Інструкція: ведучий пояснює принцип «Я-повідомлення», який полягає у вираженні своїх почуттів без звинувачень іншої сторони. Наприклад, замість «Ти завжди мене ігноруєш» краще сказати «Я почуваюся самотньо, коли ти не звертаєш на мене уваги». Учасникам роздаються картки з прикладами ситуацій, у яких вони повинні сформулювати «Я-повідомлення». Після цього група обговорює результати та ділиться враженнями.

5. Гра «Розуміння без слів» (10 хвилин)

Мета: розвиток невербальних навичок комунікації та посилення взаєморозуміння.

Інструкція: учасники розподіляються на пари і повинні, використовуючи лише невербальні засоби (жести, міміку), передати один одному певні емоції або ситуації (наприклад, радість, здивування, прохання про допомогу тощо). Потім група обговорює, наскільки важливо розуміти невербальні сигнали і як вони можуть допомогти в уникненні конфліктів.

6. Рефлексія та підбиття підсумків (5 хвилин)

Мета: Узагальнення знань та навичок, отриманих під час заняття, та підготовка до наступного кроку в тренінгу.

Інструкція: Учасники обговорюють, які комунікаційні навички вони планують використовувати у взаєминах зі своїми сиблінгами та батьками. Ведучий дає зворотний зв'язок та мотивує учасників продовжувати практикувати нові знання у повсякденному житті.

Заняття 5. «Вирішення конфліктів: Стратегії та інструменти»

Мета заняття: ознайомити учасників із різними стратегіями вирішення конфліктів; розвинути навички конструктивного вирішення конфліктів між сиблінгами; відпрацювати інструменти для запобігання конфліктним ситуаціям.

План заняття

1. Привітання та рефлексія (5 хвилин):

Мета: перегляд і підсумування досвіду учасників із попереднього заняття.

Інструкція: учасники коротко діляться, як вони використовували навички комунікації, обговорені на попередньому занятті, і наскільки успішно вони допомагали в уникненні або вирішенні конфліктів.

2. Вправа «Що таке конфлікт?» (10 хвилин)

Мета: визначити сутність конфлікту та розглянути його різні аспекти.

Інструкція: ведучий пропонує учасникам спільно скласти визначення конфлікту. Учасники діляться своїми думками та прикладами конфліктів з особистого досвіду. Після обговорення ведучий підсумовує визначення конфлікту та акцентує увагу на тому, що конфлікт може бути як деструктивним, так і конструктивним, залежно від того, як він вирішується.

3. Гра «Стратегії поведінки в конфлікті» (15 хвилин)

Мета: ознайомити учасників із різними стратегіями поведінки в конфліктних ситуаціях (уникання, суперництво, пристосування, компроміс, співпраця).

Інструкція: учасникам пропонуються різні конфліктні ситуації, які вони повинні вирішити, використовуючи одну з п'яти стратегій поведінки. Кожна група отримує картки з описом конфліктної ситуації та інструкціями, яку стратегію використовувати для вирішення. Після цього кожна група демонструє свою стратегію перед усією групою, і відбувається обговорення результатів та ефективності кожної стратегії.

4. Вправа «Мирний переговорник» (15 хвилин)

Мета: відпрацювати навички переговорів і пошуку компромісів у конфліктних ситуаціях.

Інструкція: учасники діляться на пари, і кожній парі дається завдання розіграти ситуацію, де один із них має виконати роль «мирного переговорника». Завдання полягає в тому, щоб знайти рішення, яке б задовольнило обидві сторони конфлікту. Після кожної сценки група аналізує, які прийоми були використані для досягнення компромісу і як можна було б покращити результат.

5. Гра «Рішення без переможців і переможених» (10 хвилин)

Мета: Навчити учасників знаходити спільні рішення, які не викликають почуття програшу в жодної зі сторін.

Інструкція: Ведучий пояснює, що в ідеальному варіанті вирішення конфлікту обидві сторони повинні відчувати, що їхні інтереси були враховані. Учасникам пропонуються різні ситуації, в яких вони повинні знайти рішення, яке б задовольнило всіх. Після цього відбувається обговорення, як кожен із учасників відчував себе у процесі прийняття рішення.

6. Рефлексія та підбиття підсумків (5 хвилин)

Мета: закріплення отриманих знань і навичок, формування готовності застосовувати їх у реальному житті.

Інструкція: учасники обговорюють, які стратегії вирішення конфліктів вони знайшли найбільш корисними, і планують, як вони зможуть використовувати ці навички у своїй взаємодії з сиблінгами. Ведучий дає рекомендації щодо подальшої практики конструктивного вирішення конфліктів у повсякденному житті.

Заняття 6. «Розуміння емоцій: Шлях до кращої комунікації»

Мета заняття: розвинути здатність розпізнавати та висловлювати власні емоції; навчити учасників розуміти емоційні стани інших та виявляти емпатію; зміцнити емоційну зв'язок між сиблінгами через відкрите обговорення емоцій.

План заняття

1. Привітання та обговорення (5 хвилин)

Мета: підведення підсумків попередніх занять, обговорення успіхів у використанні навичок управління конфліктами.

Інструкція: учасники коротко діляться, як їм вдалося застосувати отримані знання з попереднього заняття та як це вплинуло на їхні відносини з сиблінгами. Ведучий заохочує відвертість і відкритість у висловлюваннях.

2. Вправа «Кольори емоцій» (10 хвилин)

Мета: допомогти учасникам краще розпізнавати свої емоції та пов'язувати їх з різними ситуаціями.

Інструкція: учасникам роздаються картки з різними кольорами, кожен з яких символізує певну емоцію (наприклад, червоний – гнів, синій – сум, жовтий – радість тощо). Ведучий описує різні ситуації, а учасники повинні вибрати картку, яка відповідає емоції, яку вони відчували б у цій ситуації. Після цього обговорюється, чому було вибрано той чи інший колір, і як ця емоція може вплинути на поведінку.

3. Гра «Емоційний альбом» (15 хвилин)

Мета: навчити учасників визначати та висловлювати емоції через творчі засоби.

Інструкція: учасникам пропонується створити «емоційний альбом» – колаж, який відображає їхній емоційний стан у різних ситуаціях. Вони можуть використовувати вирізки з журналів, малюнки, кольори та інші матеріали, щоб зобразити свої емоції.

Після створення колажу кожен учасник представляє свій альбом групі та пояснює, які емоції він зобразив і чому.

4. Вправа «Ми в одному човні» (10 хвилин)

Мета: розвинути емпатію та здатність розуміти емоції інших людей.

Інструкція: учасники розбиваються на пари. Один з учасників описує емоційно складну ситуацію зі свого життя, а інший має показати, що він розуміє, через що пройшов його партнер.

Ведучий наголошує на важливості слухання та не осуджування. Після цього учасники змінюються ролями.

5. Гра «Емоційний компас» (10 хвилин)

Мета: допомогти учасникам навчитись орієнтуватися в своїх емоціях і використовувати їх для покращення комунікації з сиблінгами.

Інструкція: учасникам пропонується уявити себе капітанами корабля, який рухається через шторм емоцій.

Вони повинні використовувати свій «емоційний компас» (інтуїцію, розуміння власних емоцій та емоцій інших) для прийняття рішень, як подолати складні ситуації. Ведучий описує конфліктні ситуації, а учасники повинні знайти емоційно зважене рішення. Після кожної ситуації обговорюються рішення, які були прийняті, і як емоції вплинули на ці рішення.

6. Рефлексія та підбиття підсумків (5 хвилин)

Мета: закріплення отриманих знань і формування плану щодо подальшої роботи з емоціями.

Інструкція: учасники діляться своїми враженнями від заняття, говорять про те, що нового вони дізналися про себе і про інших. Ведучий підсумовує, що робота з емоціями – це важливий крок до поліпшення стосунків із сиблінгами та вміння запобігати конфліктам.

Заняття 7. «Навички вирішення конфліктів»

Мета заняття: навчити учасників конструктивних підходів до вирішення конфліктів; розвинути навички ефективної комунікації під час конфліктних ситуацій; знизити рівень агресії та напруженості в стосунках між сиблінгами.

План заняття

1. Привітання та обговорення (5 хвилин)

Мета: налаштування на заняття, обговорення попередніх успіхів у використанні навичок управління конфліктами.

Інструкція: учасники коротко діляться своїми успіхами в управлінні конфліктами з сиблінгами, використовуючи методи, вивчені раніше. Ведучий

підтримує позитивну атмосферу та мотивує учасників продовжувати працювати над поліпшенням стосунків.

2. Вправа «Конфліктний місток» (15 хвилин)

Мета: допомогти учасникам зрозуміти процес вирішення конфліктів, навчити шукати компроміси.

-Інструкція: учасники розділяються на пари, кожна з яких отримує сценарій конфліктної ситуації (наприклад, спільне використання іграшки, розподіл обов'язків). Їх завдання – знайти спосіб вирішити конфлікт, побудувавши «місток» з компромісів. Ведучий допомагає учасникам розглянути можливі рішення та вибрати найефективніше з них.

3. Гра «Дебати без агресії» (15 хвилин)

Мета: навчити учасників висловлювати свою думку без агресії та з повагою до позиції іншого.

Інструкція: учасники розділяються на дві групи, кожна з яких повинна захистити свою позицію з певного питання (наприклад, «Хто повинен прибирати кімнату?»). Під час дебатів важливо дотримуватися правил: говорити по черзі, слухати співрозмовника і не перебивати його, уникати образ і агресії. Після дебатів ведучий проводить обговорення, зосереджуючись на тому, як учасники висловлювали свої думки та як можна покращити комунікацію.

4. Вправа «Конфлікт у дії» (10 хвилин)

Мета: розвинути навички реагування на конфлікт у реальному часі.

Інструкція: ведучий пропонує учасникам інсценувати типову конфліктну ситуацію між сиблінгами (наприклад, суперечку за увагу батьків або конфлікт через особисті речі). Один з учасників грає роль одного сиблінга, а інший – роль другого. Після інсценування ведучий разом з групою аналізує дії учасників та обговорює альтернативні способи вирішення конфлікту.

5. Вправа «Мирна угода» (10 хвилин)

Мета: навчити учасників укладати угоди, які задовольняють обидві сторони конфлікту.

Інструкція: учасники розділяються на пари та отримують завдання укласти «мирну угоду» щодо певної ситуації (наприклад, чергування в обов'язках або розподіл часу для використання спільного комп'ютера). Кожна пара повинна розробити угоду, в якій враховані інтереси обох сторін. Після завершення ведучий проводить обговорення, як були досягнуті ці угоди та що можна покращити в їхньому виконанні.

6. Рефлексія та підбиття підсумків (5 хвилин)

Мета: закріплення навичок вирішення конфліктів та формування позитивного ставлення до подальшої роботи над собою.

Інструкція: учасники діляться своїми враженнями від заняття, обговорюють, які нові навички вони отримали та як планують їх використовувати у своїх відносинах із сиблінгами. Ведучий підсумовує, що навички вирішення конфліктів є важливим кроком до гармонійних стосунків і закликає продовжувати працювати над їх удосконаленням.

Заняття 8. «Вчимося ефективно комунікувати»

Мета заняття: розвинути навички ефективної комунікації між сиблінгами; підвищити рівень взаєморозуміння та емпатії між учасниками; навчити учасників слухати один одного та чітко висловлювати свої думки і почуття.

План заняття

1. Привітання та обговорення (5 хвилин)

Мета: встановлення позитивної атмосфери, підготовка до активної участі в занятті.

Інструкція: учасники збираються в коло та коротко діляться, як використовували набутий досвід з попереднього заняття у повсякденному житті. Ведучий підкреслює важливість комунікації у вирішенні конфліктів та підтримці гармонійних стосунків.

2. Вправа «Активне слухання» (10 хвилин)

Мета: розвинути навички уважного слухання та розуміння співрозмовника.

Інструкція: учасники розділяються на пари. Один з них розповідає про ситуацію, в якій він відчував непорозуміння або конфлікт з іншим сиблінгом. Завдання другого учасника – слухати, не перебиваючи, і віддзеркалювати почуте, повторюючи ключові фрази, щоб підтвердити своє розуміння. Після вправи відбувається обговорення, під час якого ведучий звертає увагу на важливість активного слухання.

3. Гра «Передай емоцію» (15 хвилин)

Мета: навчити учасників розпізнавати та правильно виражати свої емоції.

Інструкція: учасники стають в коло. Один з учасників отримує картку з емоцією (наприклад, радість, злість, здивування). Його завдання – виразити цю емоцію невербально, без слів, а інші учасники мають здогадатися, що це за емоція. Після кожної спроби ведучий обговорює з групою, наскільки вдалося правильно передати емоцію та чому це важливо для ефективної комунікації.

4. Вправа «Я-повідомлення» (10 хвилин)

Мета: навчити учасників висловлювати свої почуття та потреби без агресії або звинувачень.

Інструкція: ведучий пояснює концепцію «Я-повідомлення» (наприклад, «Я відчуваю себе засмученим, коли ти не дотримуєшся наших домовленостей»). Учасники отримують різні ситуації, в яких вони повинні використати «Я-повідомлення» для висловлення своїх почуттів. Після кожної ситуації ведучий обговорює з групою, як цей підхід допомагає уникнути конфліктів і досягти взаєморозуміння.

5. Рольова гра «Конфлікт на кухні» (10 хвилин)

Мета: відпрацювати навички комунікації у конфліктних ситуаціях.

Інструкція: учасники розділяються на групи по три людини. Кожна група отримує сценарій, у якому один із сиблінгів зайняв чийсь чергу на кухні або не поділив їжу. Завдання учасників – з використанням набутих навичок

ефективної комунікації вирішити конфлікт. Після гри ведучий аналізує з групою, як кожен учасник впорався зі своїм завданням, і як комунікація вплинула на результат ситуації.

6. Рефлексія та підбиття підсумків (5 хвилин)

Мета: закріплення навичок ефективної комунікації та формування позитивної мотивації до їх подальшого використання.

Інструкція: учасники діляться своїми враженнями від заняття, обговорюють, які нові навички вони отримали та як планують їх використовувати у своїх стосунках із сиблінгами. Ведучий підсумовує, що комунікація є ключовим елементом успішного вирішення конфліктів і гармонійних стосунків, і закликає продовжувати вдосконалювати ці навички.

Заняття 9. «Стратегії вирішення конфліктів»

Мета заняття: навчити учасників різним стратегіям вирішення конфліктів; розвинути здатність до конструктивного вирішення конфліктів без агресії; допомогти учасникам усвідомити вплив своїх дій на оточуючих та навчити враховувати потреби інших.

План заняття

1. Привітання та обговорення (5 хвилин)

Мета: встановити позитивний настрій, активізувати учасників для роботи.

Інструкція: учасники обговорюють, як попередні заняття вплинули на їх взаємодію з сиблінгами. Ведучий підкреслює важливість правильного вибору стратегії під час конфліктів та дає коротке введення у тему сьогоденного заняття.

2. Вправа «Мій стиль у конфлікті» (10 хвилин)

Мета: допомогти учасникам усвідомити, які стратегії вони зазвичай використовують у конфліктних ситуаціях.

Інструкція: учасникам пропонуються кілька сценаріїв конфліктів (наприклад, сварка через розподіл обов'язків вдома). Завдання кожного учасника – обрати зі списку стратегію, яку вони б використали (суперництво, уникання, компроміс, пристосування, співпраця). Після вправи ведучий разом з учасниками обговорює, які стратегії вони обрали, і наскільки ці стратегії були ефективними у їхніх життєвих ситуаціях.

3. Гра «Конфліктні ролі» (15 хвилин)

Мета: розвинути вміння гнучко змінювати стратегії вирішення конфліктів залежно від ситуації.

Інструкція: учасники розділяються на групи по три особи. Кожна група отримує завдання зіграти конфліктну ситуацію, наприклад, конфлікт за використання спільного простору. Кожен учасник виконує певну роль (агресивний учасник, примирливий учасник, нейтральний учасник). Після виконання завдання групи аналізують, як різні ролі та стратегії вплинули на розвиток конфлікту. Ведучий підсумовує, які стратегії були найбільш ефективними.

4. Вправа «Трикутник примирення» (10 хвилин)

Мета: навчити учасників застосовувати співпрацю та компроміс для вирішення конфліктів.

Інструкція: ведучий роздає учасникам схему трикутника, де зазначені три позиції: «Я», «Ти», «Ми». Учасники працюють у парах. Завдання – заповнити схему, виходячи зі свого досвіду: що я можу зробити, щоб вирішити конфлікт; що мій сиблінг може зробити; що ми можемо зробити разом. Обговорення проводиться у групі після виконання завдання, акцентуючи увагу на важливості спільної роботи для досягнення порозуміння.

5. Рольова гра «Конфлікт у реальності» (15 хвилин)

Мета: відпрацювати на практиці використання різних стратегій вирішення конфліктів.

Інструкція: учасники розділяються на пари або невеликі групи.

Кожна група отримує реалістичний сценарій конфлікту з повсякденного життя, наприклад, сварка через чергу у користуванні телевізором або комп'ютером.

Завдання учасників – спробувати вирішити конфлікт за допомогою різних стратегій, які вони вивчили під час заняття. Після гри кожна група презентує свій варіант вирішення конфлікту, і ведучий разом з учасниками аналізує ефективність кожної стратегії.

6. Рефлексія та підбиття підсумків (5 хвилин)

Мета: узагальнити отриманий досвід та закріпити знання про стратегії вирішення конфліктів.

Інструкція: учасники діляться своїми враженнями від заняття, що вони дізналися нового про власні стратегії вирішення конфліктів та як планують застосовувати ці знання у подальшій взаємодії зі своїми сиблінгами. Ведучий підсумовує, що різні конфлікти потребують різних підходів, і що найважливіше – навчитися слухати та враховувати потреби іншої сторони для досягнення гармонійних стосунків.

Заняття 10. «Закріплення навичок та підведення підсумків»

Мета заняття: закріпити навички ефективної взаємодії та вирішення конфліктів, набуті під час тренінгу; підсумувати роботу тренінгу та визначити індивідуальні досягнення учасників; створити план подальшої роботи для підтримання гармонійних стосунків між сиблінгами.

План заняття

1. Привітання та обговорення очікувань (5 хвилин)

Мета: створити сприятливу атмосферу для завершального заняття, налаштувати учасників на підведення підсумків.

Інструкція: учасники діляться своїми очікуваннями від останнього заняття, висловлюють свої думки та враження від усього тренінгу. Ведучий підкреслює важливість того, щоб усі знання та навички, отримані під час тренінгу, були закріплені та використовувалися у подальшому житті.

2. Вправа «Колесо взаємодії» (10 хвилин)

Мета: узагальнити та систематизувати отримані знання про ефективну взаємодію між сиблінгами.

Інструкція: учасники працюють у групах, створюючи «колесо взаємодії». Це схема, на якій відзначаються ключові елементи, що сприяють ефективній взаємодії між сиблінгами: довіра, повага, вміння слухати, конструктивне вирішення конфліктів та інше. Кожен учасник має внести свій вклад у створення схеми, відзначивши ті навички, які він вважає найважливішими.

3. Гра «Моя стратегія на майбутнє» (15 хвилин)

Мета: розробити індивідуальні плани подальшої роботи над стосунками з сиблінгами.

Інструкція: учасники отримують завдання скласти план дій на майбутнє, виходячи зі своїх сильних та слабких сторін, які були виявлені під час тренінгу. Вони записують свої цілі щодо поліпшення стосунків з сиблінгами та стратегії, які допоможуть досягти цих цілей. Після завершення роботи кожен учасник коротко презентує свій план групі, отримуючи зворотний зв'язок та підтримку.

4. Вправа «Коло подяки» (10 хвилин)

Мета: створити позитивний емоційний фон для завершення тренінгу, підкреслити значущість взаємної підтримки.

Інструкція: учасники сідають у коло. По черзі кожен з них дякує іншому учаснику за підтримку, допомогу або щось позитивне, що він відзначив під час тренінгу. Ця вправа сприяє підвищенню рівня довіри та взаєморозуміння між учасниками, підсумовуючи тренінг на позитивній ноті.

5. Рефлексія та підбиття підсумків (10 хвилин)

Мета: оцінити загальний вплив тренінгу на учасників, підсумувати здобутки та досягнення кожного.

Інструкція: учасники разом з ведучим обговорюють, як змінилися їхні стосунки з сиблінгами, які навички вони освоїли та як планують їх

використовувати у подальшому житті. Ведучий підкреслює, що тренінг – це лише початок, і подальша робота над собою та стосунками повинна продовжуватися.

6. Завершення та вручення сертифікатів (5 хвилин)

Мета: урочисто завершити тренінг, підкреслити значущість досягнень кожного учасника.

Інструкція: ведучий підводить підсумки, дякує всім учасникам за активну участь та вручає сертифікати про проходження тренінгу. Це є важливим моментом для підкреслення досягнень кожного учасника та мотивації для подальшого розвитку.

3.2 Аналіз результатів формувального експерименту

У ході формувального експерименту з метою оцінки ефективності проведеного тренінгу було повторно застосовано тест «Діагностика емоційних відносин у родині» Е. Бене і Д. Антоні (за загальною редакцією А. Г. Лідерса та І. В. Анісімової). Порівняльний аналіз результатів до і після тренінгу представлений у таблиці 3.1, що дає можливість оцінити, наскільки ефективним було втручання у контексті покращення емоційних відносин у сім'ї.

Таблиця 3.1

Зіставлення результатів до і після тренінгу за тестом «Діагностика емоційних відносин у родині» Е. Бене і Д. Антоні

Критерій	До тренінгу		Після тренінгу	
	п	%	п	%
Позитивні почуття	18	60	21	70

Негативні почуття	12	40	9	30
Позитивна взаємодія	15	50	17	56,7
Негативна взаємодія	15	50	13	43,3

Аналіз результатів повторного тестування за методикою «Діагностика емоційних відносин у родині» Е. Бене і Д. Антоні показав позитивні зміни в емоційних відносинах між сиблінгами після проведеного тренінгу. Зокрема, спостерігається зростання кількості дітей, які виявляють позитивні почуття до членів своєї сім'ї: до тренінгу цей показник складав 60% (18 респондентів), тоді як після тренінгу він збільшився до 70% (21 респондент). Водночас, кількість респондентів, які виявляють негативні почуття, зменшилася з 40% (12 респондентів) до 30% (9 респондентів).

Зміни також спостерігаються в показниках взаємодії між сиблінгами. До тренінгу позитивна взаємодія спостерігалася у 50% респондентів (15 дітей), після тренінгу цей показник зріс до 56,7% (17 дітей). Водночас, кількість випадків негативної взаємодії знизилася з 50% (15 респондентів) до 43,3% (13 респондентів).

Отримані данні за результатами повторного використання тесту «Діагностика емоційних відносин у родині» в експериментальній групі, представимо у графічному вигляді рисунку 3.1.

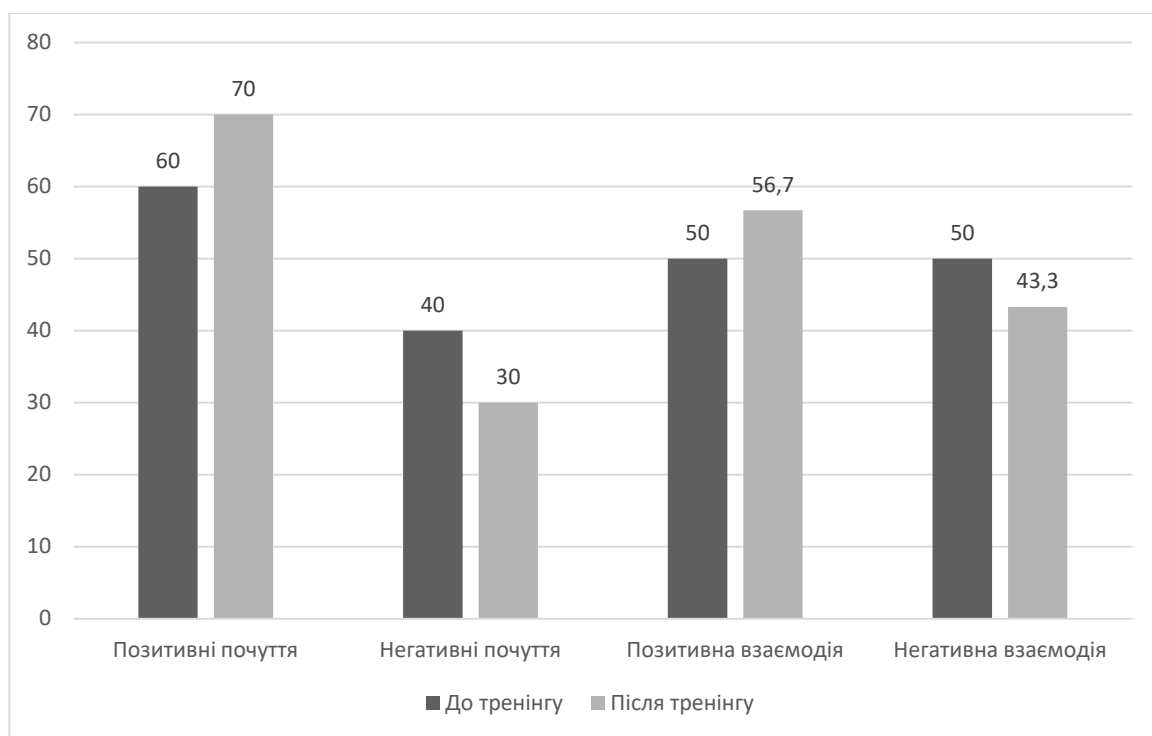


Рис. 3.1. Результати повторного використання тесту «Діагностика емоційних відносин у родині», у %

Таким чином, отримані результати свідчать про те, що проведений тренінг мав позитивний вплив на емоційні відносини між сиблінгами, зокрема сприяв зменшенню негативних емоцій та покращенню якості взаємодії між ними.

Наступним етапом нашого дослідження було повторне використання методики «Братсько-сестринський опитувальник».

Результати дослідження за методикою «Братсько-сестринський опитувальник» для експериментальної групи наведені у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2.

**Зведена таблиця з результатами повторного дослідження за
методикою «Братсько-сестринський опитувальник» для
експериментальної групи**

До тренінгу						
Шкала	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	%	n	%	n	%	n
Емпатія	10	3	30	9	60	18
Підтримка кордонів	20	6	50	15	30	9
Подібність	30	9	40	12	30	9
Примус	40	12	50	15	10	3
Після тренінгу						
Шкала	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	%	n	%	n	%	n
Емпатія	23,3	7	33,3	10	43,3	13
Підтримка кордонів	26,7	8	46,7	14	26,7	8
Подібність	36,7	11	30	9	33,3	10
Примус	26,7	8	63,3	19	10	3

Аналіз результатів дослідження за методикою «Братсько-сестринський опитувальник» показав позитивні зміни у взаєминах між сиблінгами після проведеного тренінгу. Зокрема, спостерігається зростання рівня емпатії між сиблінгами. До тренінгу лише 10% респондентів (3 особи) демонстрували високий рівень емпатії, тоді як після тренінгу цей показник зріс до 23,3% (7 осіб). Середній рівень емпатії також збільшився з 30% (9 осіб) до 33,3% (10 осіб), а кількість респондентів з низьким рівнем емпатії знизилася з 60% (18 осіб) до 43,3% (13 осіб).

Щодо підтримки кордонів, до тренінгу 20% респондентів (6 осіб) мали високий рівень, після тренінгу цей показник зріс до 26,7% (8 осіб). Кількість респондентів із середнім рівнем підтримки кордонів дещо зменшилася з 50% (15 осіб) до 46,7% (14 осіб), а кількість респондентів із низьким рівнем зменшилася з 30% (9 осіб) до 26,7% (8 осіб).

Позитивні зміни також спостерігаються у показниках подібності між сиблінгами. До тренінгу 30% респондентів (9 осіб) мали високий рівень подібності, після тренінгу цей показник зріс до 36,7% (11 осіб). Кількість респондентів із середнім рівнем подібності також збільшилася з 40% (12 осіб) до 63,3% (19 осіб), тоді як кількість респондентів із низьким рівнем подібності зменшилася з 30% (9 осіб) до 10% (3 осіб).

Нарешті, рівень примусу між сиблінгами показав певні зміни після тренінгу. Високий рівень примусу знизився з 40% (12 осіб) до 26,7% (8 осіб), водночас кількість респондентів із середнім рівнем збільшилася з 50% (15 осіб) до 63,3% (19 осіб). Низький рівень примусу не змінився.

Таким чином, тренінг сприяв зростанню рівня емпатії, покращенню підтримки кордонів і збільшенню подібності між сиблінгами, водночас зменшуючи рівень примусу у їхніх взаєминах. Це свідчить про позитивний вплив втручання на якість взаємодії між сиблінгами з великою різницею у віці.

Наступним етапом нашого дослідження стало повторне використання методики діагностики сиблінгового спілкування за модифікацією М. В. Кравцової. Ця методика дозволяє детальніше оцінити динаміку змін у взаємодії між сиблінгами після проведеного тренінгу, зокрема в аспектах довірливості, взаєморозуміння, подібності поглядів, спільних символів сім'ї, легкості та психотерапевтичності спілкування.

Результати дослідження за методикою для експериментальної групи наведені у таблиці 3.3.

Таблиця 3.3.

**Повторна діагностика сиблінгового спілкування за модифікацією
М. В. Кравцової**

	До тренінгу						Після тренінгу					
	Високий		Середній		Низький		Високий		Середній		Низький	
	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n
Довірливість спілкування	20	6	36,7	11	43,3	13	30	9	33,3	10	36,7	11
Порозуміння між сиблінгами	16,7	5	40	12	43,3	13	26,7	8	36,7	11	36,7	11
Подібність поглядів братів та сестер	13,3	4	33,3	10	53,3	16	20	6	30	9	50	15
Загальні символи сім'ї	26,7	8	40	12	33,3	10	30	9	43,3	13	26,7	8
Легкість спілкування між сиблінгами	16,7	5	40	12	43,3	13	26,7	8	43,3	13	30	9
Психотерапевтичність спілкування	16,7	5	36,7	11	46,7	14	23,3	7	36,7	11	40	12

Аналіз результатів повторної діагностики сиблінгового спілкування за модифікацією М. В. Кравцової показав позитивні зміни після проведеного тренінгу. Зокрема, у показнику довірливості спілкування кількість респондентів із високим рівнем довіри зросла з 20% (6 осіб) до 30% (9 осіб). Середній рівень довіри залишився майже незмінним, з невеликим зменшенням з 36,7% (11 осіб) до 33,3% (10 осіб), а кількість респондентів із низьким рівнем знизилася з 43,3% (13 осіб) до 36,7% (11 осіб). Це свідчить про певний прогрес у підвищенні довірливості у відносинах між сиблінгами.

Щодо порозуміння між сиблінгами, кількість респондентів із високим рівнем збільшилася з 16,7% (5 осіб) до 26,7% (8 осіб), а кількість респондентів із середнім рівнем зросла з 40% (12 осіб) до 36,7% (11 осіб). Водночас кількість респондентів із низьким рівнем порозуміння зменшилася з 43,3% (13 осіб) до 36,7% (11 осіб).

У показнику подібності поглядів між братами та сестрами також спостерігаються позитивні зміни. Високий рівень подібності зріс з 13,3% (4 осіб) до 20% (6 осіб), середній рівень збільшився з 33,3% (10 осіб) до 50% (15 осіб), а кількість респондентів із низьким рівнем подібності знизилася з 53,3% (16 осіб) до 30% (9 осіб).

Щодо показника спільних символів сім'ї, високий рівень зріс з 26,7% (8 осіб) до 30% (9 осіб), а середній рівень – з 40% (12 осіб) до 43,3% (13 осіб). Низький рівень зменшився з 33,3% (10 осіб) до 26,7% (8 осіб). Це свідчить про покращення сімейної єдності та згуртованості після тренінгу.

Легкість спілкування між сиблінгами також покращилася. Високий рівень зріс з 16,7% (5 осіб) до 26,7% (8 осіб), середній рівень зріс із 40% (12 осіб) до 43,3% (13 осіб), а низький рівень знизився з 43,3% (13 осіб) до 30% (9 осіб).

Психотерапевтичність спілкування, яка вимірює підтримуючу функцію взаємодії між сиблінгами, показала також позитивні зміни. Високий рівень зріс з 16,7% (5 осіб) до 23,3% (7 осіб), середній рівень – з 36,7% (11 осіб) до 36,7% (11 осіб), а низький рівень знизився з 46,7% (14 осіб) до 40% (12 осіб).

Загалом, результати показали, що після проведення тренінгу спостерігаються позитивні зміни в усіх шкалах, що свідчить про підвищення якості взаємодії між сиблінгами з великою різницею у віці.

Наступним етапом дослідження було повторне використання методики «Стратегія поведінки у конфліктній ситуації» К. Томаса. Ця методика дозволила нам отримати дані щодо змін у стилях поведінки сиблінгів після проведеного тренінгу. Результати дослідження за методикою для експериментальної групи наведені у таблиці 3.4.

Таблиця 3.4.

Повторна діагностика стилів поведінки сиблінгів у конфліктній ситуації (за методикою К. Томаса)

Стилі поведінки	До тренінгу		Після тренінгу	
	%	n	%	n
Уникання	33,3	10	23,3	7
Суперництво	23,3	7	16,7	5
Пристосування	20	6	23,3	7
Компроміс	13,3	4	20	6
Співпраця	10	3	16,7	5

Проведений аналіз результатів повторної діагностики за методикою «Стратегія поведінки у конфліктній ситуації» К. Томаса свідчить про певні позитивні зміни у стилях поведінки сиблінгів з великою різницею у віці після тренінгу. Порівняння показників до і після тренінгу дозволяє виявити зниження рівня уникання як стратегії поведінки з 33,3% (10 респондентів) до 23,3% (7 респондентів), що свідчить про зменшення схильності до уникання конфліктних ситуацій серед сиблінгів. Це може бути інтерпретовано як позитивна зміна, оскільки уникання часто призводить до накопичення напруженості.

Також зменшився рівень суперництва як стратегії поведінки з 23,3% (7 респондентів) до 16,7% (5 респондентів), що може свідчити про зниження агресивних тенденцій та конкуренції між сиблінгами після тренінгу. Збільшення кількості респондентів, які використовують стратегії пристосування та компромісу, також є позитивним результатом. Показник пристосування зріс з 20% (6 респондентів) до 23,3% (7 респондентів), що вказує на більшу готовність сиблінгів шукати рішення через взаємні поступки.

Підвищення показника компромісу з 13,3% (4 респонденти) до 20% (6 респондентів) також свідчить про позитивну динаміку у здатності сиблінгів досягати домовленостей.

Для більшої наочності, отримані данні за результатами методики «Стратегія поведінки у конфліктній ситуації» К. Томаса, представимо у графічному вигляді рисунку 3.2.

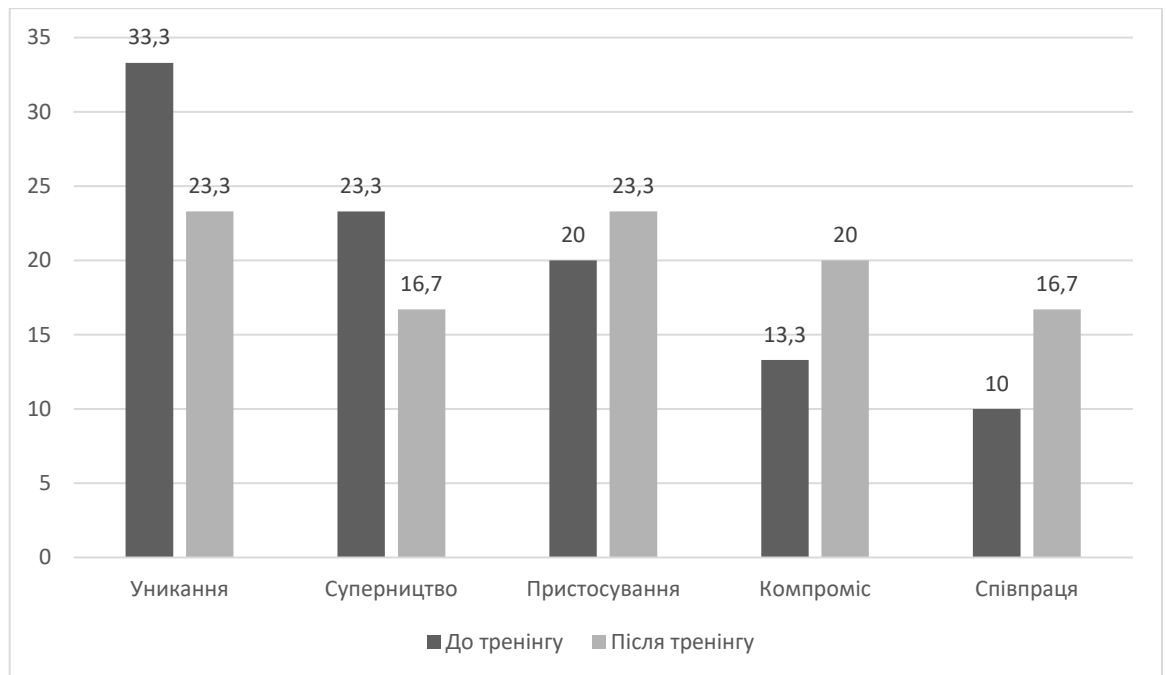


Рис. 3.2. Стратегія поведінки сиблінгів у конфліктній ситуації

Найбільш значущою зміною є збільшення кількості респондентів, які обрали співпрацю як основну стратегію поведінки, з 10% (3 респонденти) до 16,7% (5 респондентів). Це свідчить про зростання готовності до конструктивного діалогу та спільного вирішення конфліктів, що є важливим показником ефективності тренінгу. Таким чином, аналіз результатів підтверджує позитивний вплив проведеної психокорекційної роботи на стратегії поведінки сиблінгів у конфліктних ситуаціях.

Таким чином, аналіз результатів формувального експерименту, проведеного на основі повторної діагностики за допомогою різних методик,

свідчить про наявність позитивних змін у взаємодії між сиблінгами з великою різницею у віці після проведення тренінгу.

3.3 Рекомендації для батьків щодо подолання конфліктної поведінки серед сиблінгів

Рекомендації для батьків щодо подолання конфліктної поведінки серед сиблінгів ґрунтуються на результатах проведеного дослідження, яке виявило важливі аспекти взаємодії між дітьми з великою різницею у віці. Для ефективного подолання конфліктів у таких сім'ях необхідно звертати увагу на емоційні та поведінкові особливості взаємодії сиблінгів. По-перше, важливо формувати у дітей навички емпатії та співпраці. Як показали результати тестів, підвищення рівня емпатії значно зменшує агресивні прояви та покращує якість спілкування між дітьми. Батькам слід заохочувати дітей до взаємної підтримки, розуміння почуттів та потреб один одного. Це можна досягти через спільні сімейні заходи, де діти зможуть разом брати участь у спільних активностях, спрямованих на розвиток співчуття та взаємодії.

По-друге, важливо забезпечити баланс між особистим простором кожної дитини та спільною діяльністю. Як показали результати методики діагностики сиблінгового спілкування, повага до кордонів іншого члена сім'ї зменшує конфлікти. Батькам рекомендується допомагати дітям визначати та підтримувати свої межі, поважаючи при цьому межі інших. Це може включати створення чітких правил щодо розподілу простору та часу для особистих справ кожної дитини, що сприятиме зниженню конфліктних ситуацій.

Окрім поваги до особистого простору, батьки також повинні звертати увагу на розвиток спільних інтересів серед сиблінгів. Як показало дослідження, подібність поглядів та інтересів позитивно впливає на взаємодію між братами і сестрами, навіть при великій різниці у віці. Для цього варто створювати можливості для спільної діяльності, яка б об'єднувала сиблінгів та дозволяла їм знайти спільні інтереси. Це можуть бути як сімейні традиції, так

і регулярні заняття, де кожен брат чи сестра можуть вносити свій внесок, тим самим зміцнюючи зв'язок між собою.

Важливо також враховувати, що різниця у віці може створювати певні труднощі у взаєморозумінні. Як показали результати дослідження, порозуміння між сиблінгами з великою різницею у віці є менш вираженим, ніж у сиблінгів з меншою віковою різницею. Батькам варто допомагати старшим дітям розуміти потреби молодших і навпаки. Це можна здійснювати через спільне обговорення конфліктних ситуацій, допомогу у вербалізації своїх почуттів та потреб, а також через активне слухання, коли кожен член сім'ї має можливість бути почутим.

Крім того, батькам слід звернути увагу на розвиток емпатії серед сиблінгів. Як показали результати дослідження, емпатія значно впливає на якість відносин між братами і сестрами, а її розвиток сприяє зменшенню конфліктної поведінки. Батьки можуть заохочувати дітей до співпереживання один одному, підтримувати їх у ситуаціях, коли інший сиблінг потребує допомоги чи підтримки. Важливо навчити дітей розуміти емоції та потреби інших членів сім'ї, що зможе зміцнити емоційні зв'язки та знизити рівень негативної взаємодії.

Ще одним важливим аспектом є сприяння конструктивним стилям вирішення конфліктів. Як свідчать результати методики К. Томаса, після тренінгу спостерігалось зменшення використання стилю уникання та суперництва і збільшення кількості компромісів та співпраці. Батькам слід активно навчати дітей ефективним способам вирішення конфліктів, надаючи перевагу діалогу, пошуку спільних рішень та взаємопідтримці. Це може включати як моделювання правильних прикладів поведінки, так і проведення сімейних обговорень, де конфлікти розбираються конструктивно, з урахуванням потреб кожного члена сім'ї.

Важливо також звернути увагу на питання індивідуальних меж і простору, що виявилось значущим у результатах діагностики сиблінгового спілкування. Підтримка кордонів між сиблінгами, як фізичних, так і

психологічних, є необхідною умовою гармонійних стосунків. Батьки повинні сприяти розумінню та повазі до особистого простору кожної дитини, включаючи її інтереси та матеріальні цінності. Це допоможе зменшити кількість конфліктів, пов'язаних із порушенням кордонів, і сприятиме встановленню більш гармонійних відносин між братами та сестрами.

Крім того, батькам варто зосередитися на розвитку позитивних символів сім'ї та спільних цінностей. Як показали результати дослідження, наявність спільних символів та традицій посилює відчуття єдності між сиблінгами, що зменшує конфліктні ситуації. Батьки можуть створювати такі традиції, які об'єднують дітей і сприяють зміцненню їхньої спільної ідентичності. Це можуть бути як регулярні сімейні заходи, так і підтримка спільних інтересів або проектів, у яких беруть участь всі члени сім'ї.

Нарешті, батькам слід приділяти увагу розвитку навичок співпраці та компромісу між сиблінгами. Як показали результати дослідження, після проведення тренінгу відзначено зростання рівня співпраці та зменшення суперництва, що позитивно вплинуло на загальний клімат у сім'ї. Батьки можуть сприяти розвитку цих навичок, моделюючи відповідну поведінку та залучаючи дітей до спільного вирішення завдань, де необхідно враховувати інтереси один одного. Використання ігор та завдань, які вимагають співпраці, може допомогти дітям навчитися ефективно спілкуватися та досягати компромісів у складних ситуаціях.

У цілому, ключовим аспектом у запобіганні та подоланні конфліктів між сиблінгами є забезпечення емоційної підтримки, розвиток позитивних моделей поведінки та створення умов для розвитку довіри та взаєморозуміння між дітьми. Батьки, які активно залучаються до формування здорових відносин між сиблінгами, можуть значно знизити рівень конфліктності в сім'ї та створити сприятливе середовище для розвитку кожної дитини.

Висновки до третього розділу

Створений тренінг для подолання конфліктної поведінки серед сиблінгів з різницею у віці понад 10 років є комплексною програмою, що включає десять групових занять, спрямованих на розвиток навичок ефективного спілкування, вирішення конфліктів та формування гармонійних міжособистісних відносин у сімейному середовищі. Програма забезпечує систематичний підхід до навчання учасників стратегіям поведінки у конфліктних ситуаціях, а також інтегрує індивідуальну рефлексію та підтримку з боку інших членів групи. Важливим аспектом тренінгу є залучення як дітей, так і їхніх батьків, що дозволяє створити більш стійку основу для позитивних змін у сімейній динаміці. Завдяки акценту на практичних вправах та інтерактивних іграх, учасники мають можливість відпрацювати набуті знання у контрольованому середовищі, що сприяє закріпленню навичок та їхньому перенесенню у повсякденне життя.

Аналіз результатів формувального експерименту показав позитивні зміни в емоційній та поведінковій взаємодії сиблінгів з великою різницею у віці. За методикою «Діагностика емоційних відносин у родині» Е. Бене і Д. Антоні, позитивні почуття зросли з 60% до 70%, тоді як негативні знизилися з 40% до 30%, що вказує на покращення емоційного фону у сім'ях. Згідно з братсько-сестринським опитувальником, рівень емпатії підвищився з 10% до 23,3%, а рівень примусу знизився з 40% до 26,7%, що свідчить про зменшення агресивних проявів. Методика М. В. Кравцової підтвердила покращення довірливості спілкування, де високий рівень зріс з 20% до 30%, а порозуміння між сиблінгами на високому рівні зросло з 16,7% до 26,7%. Результати методики К. Томаса вказують на зниження уникання (з 33,3% до 23,3%) і суперництва (з 23,3% до 16,7%) на користь компромісу та співпраці, що свідчить про більш конструктивний підхід до вирішення конфліктів. Загалом, тренінг виявився ефективним у покращенні взаємодії між сиблінгами.

Запропоновані рекомендації для подолання конфліктної поведінки серед сиблінгів демонструють комплексний підхід, спрямований на покращення

взаємодії між дітьми з великою різницею у віці. Ці рекомендації базуються на результатах емпіричного дослідження, що виявило ключові проблемні аспекти у відносинах між сиблінгами, такі як низький рівень емпатії, труднощі в порозумінні та часті конфлікти через порушення особистих кордонів. Пропоновані заходи охоплюють важливі емоційні та поведінкові компоненти, такі як розвиток емпатії, підтримка особистих меж, заохочення співпраці та компромісу, а також формування спільних сімейних цінностей і традицій. Вони спрямовані на зниження агресивних проявів і суперництва, що, як було показано, зменшилося після тренінгу, і на покращення загального клімату в сім'ї через підвищення довіри і взаємоповаги між сиблінгами. Такий підхід дозволяє забезпечити гармонійніші стосунки між дітьми, зменшити рівень конфліктності та сприяти позитивному розвитку кожного члена сім'ї.

ВИСНОВКИ

В результаті проведеного дослідження були встановлені наступні важливі висновки:

1) Аналіз стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях показав, що уникання та суперництво часто призводять до напруженості та накопичення негативних емоцій, тоді як пристосування та компроміс можуть забезпечити тимчасове вирішення конфліктів, але не завжди задовольняють обидві сторони. Найбільш ефективним виявляється співробітництво, яке сприяє зміцненню сімейних відносин.

У контексті сучасних підходів до вивчення поняття «сиблінги» та підсистем сиблінгів в психологічній науці наголошується, що взаємодія між братами і сестрами формується під впливом вікової різниці, батьківського стилю виховання та індивідуальних особливостей дітей. Зокрема, менша різниця у віці сприяє більшій кількості спільних інтересів, але водночас

призводить до частіших конфліктів. Більша різниця у віці зменшує конфліктність, проте знижує рівень взаємодії та спільних інтересів. Психологічний стан первістка при народженні другої дитини значною мірою залежить від стилю виховання та підтримки з боку батьків, а також від його нової ролі в сімейній структурі. Вивчення цих аспектів дозволяє глибше зрозуміти механізми впливу сиблінгових відносин на розвиток особистості та гармонійність сімейної взаємодії.

2) Емпіричне дослідження виявило значні відмінності у взаємодії сиблінгів залежно від вікової різниці. У контрольній групі (різниця у віці 3-5 років) 36,7% респондентів продемонстрували високий рівень довірливості спілкування, тоді як у експериментальній групі (різниця більше 10 років) цей показник склав лише 20%. Подібна тенденція спостерігається і в інших аспектах: порозуміння у контрольній групі є високим у 30% випадків, у той час як у експериментальній групі – лише у 16,7%. За результатами братсько-сестринського опитувальника, у контрольній групі 53,3% респондентів демонструють високий рівень емпатії, тоді як в експериментальній групі – лише 36,7%. Аналогічно, підтримка кордонів виявляється більш розвиненою у контрольній групі (46,7%) порівняно з експериментальною (26,7%). Аналіз сиблінгового спілкування за методикою М.В. Кравцової показав, що у контрольній групі 36,7% респондентів мають високий рівень спільних символів сім'ї, тоді як в експериментальній групі цей показник складає 16,7%. У контрольній групі також вищий рівень психотерапевтичності спілкування (30% проти 16,7% в експериментальній). Щодо стилів поведінки в конфліктних ситуаціях за методикою К. Томаса, у контрольній групі 30% респондентів обирають компроміс, тоді як в експериментальній групі домінують уникання (33,3%) та суперництво (23,3%).

Отже, сиблінги з меншою віковою різницею демонструють більш гармонійні взаємини, з вищим рівнем довіри, порозуміння та компромісу. Натомість, сиблінги з великою різницею у віці частіше обирають уникання

конфліктів, що свідчить про складнощі у взаємодії та менш розвинену емоційну близькість.

3) Тренінг ефективного подолання конфліктів між сиблінгами з різницею у віці понад 10 років являє собою структуровану програму, що складається з 10 занять, спрямованих на розвиток конструктивних навичок взаємодії та вирішення конфліктів у сімейному середовищі. Участь у тренінгу як дітей, так і їхніх батьків забезпечує комплексний підхід до вирішення конфліктних ситуацій, з акцентом на розвиток довіри, порозуміння та співпраці між сиблінгами. Використання різноманітних вправ, рольових ігор і рефлексивних методик дозволяє учасникам набути практичних навичок у безпечному середовищі, що сприяє закріпленню позитивних змін у реальному житті. Тренінг також орієнтований на створення умов для саморозвитку учасників, що забезпечує його довготривалий ефект у покращенні сімейних стосунків.

4) Аналіз результатів формувального експерименту показав позитивні зміни у взаємодії сиблінгів з великою різницею у віці. За методикою Е. Бене і Д. Антоні, частка позитивних почуттів зросла з 60% до 70%, а негативних зменшилася з 40% до 30%. Братсько-сестринський опитувач виявив підвищення емпатії з 10% до 23,3% та зниження рівня примусу з 40% до 26,7%. За методикою М.В. Кравцової, довірливість спілкування на високому рівні зросла з 20% до 30%, а порозуміння – з 16,7% до 26,7%. Методика К. Томаса показала зменшення уникання (з 33,3% до 23,3%) та суперництва (з 23,3% до 16,7%), а також зростання компромісу та співпраці. Ці результати підтверджують ефективність тренінгу, який покращив емоційні та поведінкові аспекти взаємодії між сиблінгами.

5) Запропоновані рекомендації пропонують комплексний підхід до подолання конфліктної поведінки між сиблінгами з великою різницею у віці, враховуючи емоційні, поведінкові та комунікативні аспекти взаємодії. Підкреслюється важливість розвитку емпатії, співпраці та поваги до кордонів, що позитивно впливає на якість відносин між дітьми. Навчання

конструктивним стилям вирішення конфліктів і підтримка сімейних традицій сприяють зниженню рівня агресії та підвищенню довіри. Рекомендації орієнтовані на активну участь батьків у процесі формування здорових взаємин, що забезпечує стабільний емоційний клімат у сім'ї та зменшує ймовірність виникнення конфліктів між сиблінгами, водночас надаючи їм можливість розвиватися як індивідуально, так і разом.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Астремська І. В., Кміт А. Ю. Особливості взаємостосунків сиблінгів. *Науковий журнал «Габітус»*. 2022. Вип. 44. С. 147–151.
2. Берлач А. І., Кондрюкова В. В. Конфліктологія: навч. посіб. для дист. навч. Київ : Університет «Україна», 2017. 217 с.
3. Браніцька Т. Р. Вивчення поняття «конфлікт» у працях вітчизняних і зарубіжних авторів. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Sitimn_2012_33_49 (дата звернення: 20.07.2024).
4. Виноградова В. Є. Управління конфліктами. Навчальний посібник для слухачів Університетів «третього віку» / Під заг. ред. Спунбер Д. , Горбового А. Ю., Халецької А. А. Київ, 2017. 53 с.
5. Відносини між братами та сестрами. URL: <https://radiom.ua/blog/vidnosini-mizh-bratami-ta-sestrami1>. (дата звернення:

20.07.2024).

6. Гісем Т. О. Вплив гендерних стереотипів на сімейне життя молодих людей Закарпаття / *Психологічні перспективи* / за ред. М. Слюсаренко, І. Коцан, К. Абульханова (Росія), Р. Арцишевський, М. Богачевська–Хомяк (США), М. Костицький, В. Кремень, І. Пасічник. Луцьк : Ред.–видав. відділ Волинського національного університету ім. Лесі Українки, 2010 . Вип. 16. С. 241–251.

7. Глушко О. І. Вибрані лекції з дисципліни «Психологічні проблеми батьківсько-дитячих стосунків». Дніпро: РВВ ДНУ, 2019. 56 с.

8. Годованець В. І. Особливості міжособистісних стосунків сиблінгів у дорослому віці. *Молодий вчений*. 2016. № 12. С. 228-231.

9. Дідук І. А. Взаємини між дітьми в сім'ї як чинник їх психосоціального розвитку: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07. Київ : 2001. 20 с.

10. Діти, жінки та сім'я в Україні. Children, females and family in Ukraine. *Статистичний збірник*. 2020. 284 с. URL: https://ukrstat.gov.ua/druk/publicat/kat_u/2020/zb/09/DJS_2019_pdf.pdf. (дата звернення: 20.07.2024).

11. Долинська Л. В. Матяш-Заяц Л.П. Психологія конфлікту. Київ: Каравела, 2023. 304 с.

12. Зарицька В. В. Психологія конфлікту. Запоріжжя: Гельветика, 2019. 380 с.

13. Ільїна Ю. Ю. Форми прояву міжособистісних конфліктів особистості з різним локусом контролю в певні вікові періоди. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2021. № 1. С. 71–76.

14. Каськов І. В. Міжособистісні конфлікти у студентському колективі та їх особливості. *Єдність навчання і наукових досліджень – головний принцип університету* : матеріали звітної наук.-практ. конф. викладачів, докторантів та аспірантів, 14–18 берез. 2016 р. Київ, 2016. С. 52–

54.

15. Коваленко Ю. П. Внутрішньорольовий конфлікт працюючої жінки-матері як проблема жінки ХХІ ст. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2014. Вип. 64. С. 78-88.

16. Конфліктологія / За ред. А.С. Карміна. Київ: КНУ ім. Т. Шевченка, 2019. 403 с.

17. Кравченко Ю. І. Формування психологічної готовності до батьківства як складова самореалізації особистості. *Moderní aspekty vědy: XIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2021. С. 163-172.*

18. Крупник Г. А. Наукові підходи до аналізу проблеми сиблінгової взаємодії. *Науковий вісник ХДУ Сер. Психологічні науки*. 2019. Вип.1. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2019-1-39>

19. Ложкін Г. В., Пов'якель Н. І. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика. Київ: МАУП, 2007. 435 с.

20. Луценко О. Л. «Сестра із сестрою, як риба з водою»: індивідуально-психологічні особливості та стосунки жінок-сиблінгів в залежності від умов зростання в сім'ї. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Сер.Психологія*. 2021. Вип. 70. С. 70-77.

21. Мельничук С. Л. Основні напрямки вирішення внутрішньоособистісних конфліктів у студентів під час навчання. *Габітус*. 2022. № 36. С. 195-200.

22. Мітлош А.В., Мудрик А.Б. Стратегії поведінки у конфлікті осіб із залежними формами поведінки. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Сер. Психологія*. 2022. Вип. 1. С. 57- 62.

23. Мушкевич М. І. Психологічні особливості факторів особистісного та міжособистісного функціонування членів сім'ї з проблемними дітьми на основі сімейного статусу. *Психологічні перспективи*. 2019. Вип. 34. С. 137–154.

24. Омельченко Л. М. Електронний навчальний курс

«Конфліктологія».

URL:

<https://elearn.nubip.edu.ua/mod/page/view.php?id=391273> (дата звернення: 20.07.2024).

25. Омельченко Л.М. Психологія конфлікту: методичні рекомендації. Київ: НУБіП, 2024. 102 с.

26. Осьодло В. Проблема сиблінгових стосунків у психології сім'ї: впорядкування наукового дискурсу. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Сер. Психологія*. 2017. Вип. 1. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn_2017_1_8. (дата звернення: 20.07.2024).

27. Партико Н. В. Психологія конфлікту. Львів: Львівська політехніка, 2019, 132 с.

28. Седих К. В. Психологія сім'ї: навч. посіб. 2-ге вид. Київ: ВЦ «Академія», 2017. 192 с.

29. Сивогракова З. А., Алексеєнко Н. В. Психологія конфліктів. Соціально-психологічний вимір управління конфліктами: Конспект лекції. Харків: УкрДУЗТ, 2020. 52 с.

30. Ситнік С. Психологія міжособистісної взаємодії : монографія. Одеса: ФОП Бондаренко М.О., 2020. 350 с.

31. Тихомирова Є. Б. Постоловський С. Р. Конфліктологія. Київ: Університетська книга, 2021. 240 с.

32. Угрин О., Черевко М. Взаємозв'язок стилів конфліктної поведінки з ціннісними орієнтаціями й мотивами працівників організації. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Сер. Психологічна*. 2017. Вип. 1. С. 61–69.

33. Федоришин Г. Сиблінгова позиція як предмет психологічного аналізу. URL: <http://oldconf.neasmo.org.ua/node/3154> (дата звернення: 20.07.2024).

34. Як підготувати дитину до народження брата чи сестри. URL: <https://ukr.media/psihologiya/399787/>.

35. Якимова Т. В. Порівняльний аналіз життєвих і наукових уявлень

про особливості сіблінгових відносин в сім'ї. *Консультативна психологія і психотерапія*. 2013. № 4. С. 96 – 111.

36. Abuhatum S., Della Porta S., Howe N., DeHart G. A longitudinal examination of power in sibling and friend conflict. *Social Development*. 2020. Vol. 29. P. 903-919.

37. Aldrich L. L. Sibling relationships in early adulthood: The associations between social statuses and sibling ties. 2018. URL: https://etd.ohiolink.edu/apexprod/rws_etd/send_file/send?accession=bgsu147851519857788&disposition=inline f (Last accessed: 12.08.2024).

38. Baham M. E. Sibling Relationships in Blended Families. *The International Handbook of Stepfamilies: Policy and Practice in Legal, Research, and Clinical Environments*. New York: John Wiley & Sons, 2018. P. 175.

39. Briscoe C., Stack D. M., Dickson D. J., Serbin L. A. Maternal emotion socialization mediates the relationship between maternal and adolescent negative emotionality. *Journal of Youth and Adolescence*. 2019. Vol. 48(3). P. 495-509.

40. Brother-sister differences in the g factor in intelligence: Analysis of full, opposite-sex siblings from the NLSY 1979. 2007. DOI: 10.1016/j.intell.2006.09.003.

41. Buckles K. Birth Spacing and Sibling Outcomes Kasey. University of Notre Dame. URL: http://www3.nd.edu/~kbuckles/spacing_final.pdf. (Last accessed: 13.08.2024).

42. Buist K. L., Vermande M. Sibling relationship patterns and their associations with child competence and problem behavior. *Journal of Family Psycholog*. 2014. Vol. 28(4). P. 529-537.

43. Campione-Barr N., Killoren S. E. Love them and hate them: The developmental appropriateness of ambivalence in the adolescent sibling relationship. *Child Development Perspectives*. 2019. Vol. 13. P. 221-226.

44. Caspi J. Sibling Aggression: Assessment and Treatment. New York: Springer, 2011. 250 p.

45. Cong L., Abdul R. Relationships between parenting style and sibling conflicts: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*. Vol. 13. 2020. URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2022.936253> (Last accessed: 13.08.2024).
46. Cong L., Mohd. R. Relationships between parenting style and sibling conflicts: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.936253.
47. Connidis I. A. Closeness, confiding, and contact among siblings in middle and late adulthood. *Journal of Family Issues*. 2009. № 16 (6). P. 722–745.
48. Corti J. Sibling relationships during the young adult years: An analysis of closeness, relational satisfaction, everyday talk, and turning points. *University of Denver*. URL: <http://digitaldu.coalliance.org/fedora/repository/codu:63259>. (Last accessed: 11.08.2024).
49. Craine J. L., Tanaka T. A., Nishina A., Conger K. J. Understanding adolescent delinquency: The role of older siblings' delinquency and popularity with peers. *Merrill-Palmer Q*. 2019. Vol. 55. P. 436
50. Culpepper T. The Relationship Between Young Adults' Retrospective Perceptions of Differential Parental Treatment, Quality of the Childhood and Current Sibling Relationship and Current Psychological Adjustment. University of South Florida. URL: <http://scholarcommons.usf.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1671&context=etd>. (Last accessed: 12.08.2024).
51. Davies P. T., Parry L. Q., Bascoe S. M., Martin M. J. Children's vulnerability to interparental conflict: The protective role of sibling relationship quality. *Child Development*. 2019. Vol. 90. P. 2118-2134.
52. Della Porta S., Howe N., Persram R. J. Parents' and children's power effectiveness during polyadic family conflict: Process and outcome. *Social Development*. 2019. Vol. 28. P. 152-167.
53. Ferrar S. J., Stack D. M., Baldassarre K. S., Orsini A. Conflict Resolution and Emotional Expression in Sibling and Mother-Adolescent Dyads:

Within-Family and Across-Context Similarities. *The Journal of Early Adolescence*. 2022. Vol. 42(2). P. 227-261. DOI: <https://doi.org/10.1177/02724316211020360>

54. Ferrar S. J., Stack D. M., Dickson D. J., Serbin L. A. Conflict resolution and emotional expression in mother-preadolescent dyads: Longitudinal associations with children's socioemotional development. *Journal of Youth and Adolescence*. 2020. Vol. 49 (11). P. 2388-2406.

55. Folwell A. L. Differential accounts of closeness in older adult sibling relationships. *Journal of Social & Personal Relationships*. 2017. № 14 (6). P. 843-849.

56. Furman W. Children's perceptions of the qualities of sibling relationships. *Child Development*. 1985. № 56. P. 448-461.

57. Gilligan M., Stocker C. M., Jewsbury Conger K. Sibling Relationships in Adulthood: Research Findings and New Frontiers. *Journal of Family Theory & Review*. 2020. Vol. 12. P. 305-320. DOI: <https://doi.org/10.1111/jftr.12385>

58. Hadiwijaya H., Klimstra T. A., Vermunt J. K., Branje S. J. On the development of harmony, turbulence, and independence in parent-adolescent relationships: A five-wave longitudinal study. *Journal of Youth and Adolescence*. 2017. Vol. 46. P. 1772-1788.

59. Humphrey G., Dumontheil I. Development of risk-taking, perspective-taking, and inhibitory control during adolescence. *Developmental Neuropsychology*. 2016. Vol. 41. P. 59-76.

60. Killoren S. E., De Jesús S. A. R., Updegraff K. A., Wheeler L. A. Sibling relationship quality and Mexican-origin adolescents' and young adults' familism values and adjustment. *International Journal of Behavioral Development*. 2017. Vol. 41. P. 155-164.

61. Koch H. The relation of primary mental abilities in five- and six-yearolds to sex of child and characteristics of his sibling. *Child Development*. 1954. Vol. 25. № 3. P. 209-223.

62. Lang F. Growing together: Personal relationships across the lifespan. New York: Cambridge University Press, 2004. 345 p.

63. Lee T. R. Sibling relationships in adulthood: Contact patterns and motivations. *Journal of Marriage & the Family*. 1990. № 52 (2). P. 431–440.
64. Leman K. *The Birth Order Book: Why You Are the Way You Are*. Minnesota: Revell, 2004. 368 p.
65. Lindell A. K., Campione-Barr N. Relative power in sibling relationships across adolescence. *New Directions for Child and Adolescent Development*. 2017. Vol. 156. P. 49-66.
66. Low R. S., Overall N. C., Cross E. J., Henderson A. M. Emotion regulation, conflict resolution, and spillover on subsequent family functioning. *Emotion*. 2019. Vol. 19 (7). P. 1162-1182.
67. Mak M.C.K., Yin L., Li M., Cheung R.Y.-H. The Relation between Parenting Stress and Child Behavior Problems: Negative Parenting Styles as Mediator. *J. Child Fam. Stud.* 2020. Vol. 29. P. 2993–3003.
68. McHale, S. M., Updegraff K. A., Whiteman S. D. Sibling Relationships and Influences in Childhood and Adolescence. *J. Marriage Fam.* 2019. Vol. 74. P. 913–930.
69. Morris A. S., Criss M. M., Silk J. S., Houlberg B. J. The impact of parenting on emotion regulation during childhood and adolescence. *Child Development Perspectives*. 2017. Vol. 11. P. 233-238.
70. Neale C. W. Perceived sibling compatibility and the effects of personality. URL: http://getd.libs.uga.edu/pdfs/neale_cheryl_w200312_ms.pdf. (Last accessed: 12.08.2024).
71. Persram R. J., Scirocco A., Della Porta S., Howe N. Moving beyond the dyad: Broadening our understanding of family conflict. *Human Development*. 2019. Vol. 63. P. 38-70.
72. Pinquart M. Associations of parenting dimensions and styles with externalizing problems of children and adolescents: An updated meta-analysis. *Dev. Psychol.* 2017. Vol. 53. P. 873.
73. Plessis, L., Wilquin, H., Pavani, J. B., Bouteyre. Comparison of relationships among French adult siblings with or without schizophrenia using the

ASRQS: mediating effect on emotional distress. *BMC Psychiatry*. 2020. Vol. 20 (1) P. 122. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02510-6>

74. Shalash F., Wood N., Parker T. Our Problems Are Your Sibling's Fault: Exploring the Connections Between Conflict Styles of Siblings During Adolescence and Later Adult Committed Relationships. *American Journal of Family Therapy*. 2017. Vol. 41. P. 288-298. DOI: 10.1080/01926187.2012.698205.

75. Smorti M, Inguaggiato E, Vezzosi L, Milone A. Parenting and Sibling Relationships in Family with Disruptive Behavior Disorders. Are Non-Clinical Siblings More Vulnerable for Emotional and Behavioral Problems? *Brain Sciences*. 2021. Vol. 11(10). DOI: <https://doi.org/10.3390/brainsci11101308>

76. Smorti M., Ponti L. How Does Sibling Relationship Affect Children's Prosocial Behaviors and Best Friend Relationship Quality? *J. Fam. Issue*. 2018. Vol. 39. P. 2413–2436.

77. Solmeyer A. R., McHale S. M., Crouter A. C. Longitudinal associations between sibling relationship qualities and risky behavior across adolescence. *Developmental Psychology*. 2014. Vol. 50. P. 600-610.

78. Stewart R. B. Adult sibling relationships: Validation of a typology. *Personal Relationships*. 2021. № 8 (3). P. 299–324.

79. Stocker C. M., Burwell R. A., Briggs M. L. Sibling conflict in middle childhood predicts children's adjustment in early adolescence. *Journal of Family Psychology*, 2022. Vol. 16. P. 50-57.

80. Stocker C. M., Gilligan M., Klopach E. T., Conger, K. J. Sibling relationships in older adulthood: Links with loneliness and well-being. *Journal of Family Psychology*. 2019. Vol. 34(2). P. 175–185. DOI: <https://doi.org/10.1037/fam0000586>

81. Stormshak E. A., Bullock B. M., Falkenstein C. A. Harnessing the power of sibling relationships as a tool for optimizing social-emotional development. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2019. Vol. 126. P. 61-77.

82. Sulloway F. Birth Order and Sibling Competition. *The Oxford*

Handbook of Evolutionary Psychology. Oxford: Oxford University Press, 2007. P. 297–311.

83. Sulloway F. *Born to Rebel: Birth Order, Family Dynamics, and Revolutionary Genius*. New York: Pantheon, 1996. 654 c.

84. Sulloway F. Technical report on a vote-counting meta-analysis of the birth order literature (1940-1999). URL: <http://www.sulloway.org/metaanalysis.html>. (Last accessed: 12.08.2024).

85. Szymańska P. The role of siblings in the process of forming life satisfaction among young adults – moderating function of gender. *Current Psychology*. 2020. URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-020-00776-3> (Last accessed: 12.08.2024).

86. Tabler J., Utz R.L., Smith K.R., Hanson H.A., Variation in reproductive outcomes of women with histories of bulimia nervosa, anorexia nervosa, or eating disorder not otherwise specified relative to the general population and closest-aged sisters. *International Journal of Eating Disorders*. 2018. Vol. 51(2). P. 102-111. DOI: <https://doi.org/10.1002/eat.22827>.

87. Tistarelli N., Fagnani C., Troianiello M., Stazi M. A. The nature and nurture of ADHD and its comorbidities: A narrative review on twin studies. *Neurosci. Biobehav.* 2020. Vol. 109. P. 63–77.

88. Toman W. *Family constellation: its effects on personality and social behavior*. Springer Pub. Co., 1976. 333 p.

89. Trivers R. Parent-Offspring Conflict. *Museum of Comparative Zoology*. 1974. № 14 (1). P. 249–264.

90. Wałęcka-Matyja K. Psychological dimensions of relationships with siblings as predictors of loneliness of young adults. *Polskie Forum Psychologiczne*. 2016. Vol. 21(4). P. 602-621. DOI: <https://doi.org/10.14656/PFP20160407>

91. Whiteman S. D., Solmeyer A. R., McHale S. M. Sibling relationships and adolescent adjustment: Longitudinal associations in two-parent African American families. *Journal of Youth and Adolescence*. 2015. Vol. 44. P. 2042-2053.

92. Woolley M. E. Special issue: Siblings across the life course. *Journal of*

Family Social Work. 2020. Vol. 23(4). С. 313-317.

93. Zajonc R. The Confluence Model: Parameter Estimation for Six Divergent Data Sets on Family Factors and Intelligence. *Intelligence*. 1980. № 4. P. 349–361.

ДОДАТКИ

Додаток А

ТЕСТ «ДІАГНОСТИКА ЕМОЦІЙНИХ ВІДНОСИН У РОДИНІ»

Е. Бене і Д. Антоні (за загальною редакцією А.Г. Лідерса та І.В.
Анісімової)

Питання тесту

Форма для маленьких дітей

(... - Місце для імені дитини)

Позитивні почуття, що походять від дитини

1. ... думає, що ти добрий. Хто хороший?
2. ... любить тебе. Кого любить...?
3. ... подобається грати у твоєму ліжку. У чиєму ліжку подобається грати...?
4. ... любить тебе цілувати. Хто любить цілувати...?

5. ... любить сидіти в тебе на колінах. У кого любить сидіти...?
6. ... подобається бути твоїм малюком. Чий малюк...?
7. ... любить грати з тобою. З ким любить грати...?
8. ... подобається гуляти з тобою. Хто має брати... на прогулянки?

Негативні почуття, що походять від дитини

10. ... думає, що ти неслухняний. Хто неслухняний?
11. не любить тебе. Кого не любить...?
12. ... думає, що ти поганий. Хто поганий?
13. ... хотілося б відшмагати тебе. Кого хотілося б відшльопати...?
14. ... хоче, щоб ти пішов. Кого хотілося б прогнати...?
15. ... ненавидить тебе. Кого ненавидить...?
16. ... думає, що ти гидкий. Хто бридкий?
17. Ти злиш... Хто злить...?

Позитивні почуття, які отримують дитина

20. Ти любиш грати з... Хто любить грати з...?
21. Ти любиш цілувати... Хто любить цілувати...?
22. Ти посміхаєшся... Хто посміхається...?
23. Ти даєш відчутти себе щасливим. Хто робить щасливим?
24. Ти любиш обіймати...? Хто любить обіймати...?
25. Ти любиш... Хто любить...?
26. Ти милий з... Хто милий із...?
27. Ти думаєш, що ... - Милий хлопчик (дівчинка). Хто думає що ... милий(а) хлопчик (дівчинка)?

Негативні почуття, які отримують дитина

30. Ти шльопаєш... Хто шльопає...?
31. Ти робиш... сумним. Хто робить... сумним?
32. Ти лаєш... Хто лає...?
33. Ти доводиш... до сліз. Хто доводить... до сліз?

Форма для старших дітей

Ніжні почуття, що походять від дитини

0. Цей член сім'ї дуже добрий.
1. Цей член сім'ї дуже веселий.
2. Цей член сім'ї завжди допомагає іншим.
3. Цей член сім'ї має чудові можливості.
4. Цей член сім'ї ніколи не підведе тебе.
5. Цей член сім'ї багато жартує.
6. Цей член сім'ї заслуговує на хороший подарунок.
7. Цей член сім'ї – добрий спортсмен.
8. З цим членом сім'ї добре грати.
9. Цей член сім'ї дуже добрий.

Сильні позитивні з сексуальним відтінком почуття, що походять від дитини

10. Мені подобається притискатися до цього члена сім'ї.
11. Я люблю, коли мене цілує член сім'ї.
12. Іноді мені хочеться, щоб я спав в одному ліжку з цим членом сім'ї.
13. Мені хотілося б, щоб ця людина була біля мене завжди.
14. Мені б хотілося, щоб ця людина дбала про мене більше, ніж про будь-кого іншого.
15. Я хотів би, щоб мій майбутній чоловік нагадував цього члена сім'ї.
16. Мені подобається, коли цей член сім'ї лоскоче мене.
17. Мені подобається обіймати цього члена сім'ї.

Слабкі негативні почуття, що походять від дитини

20. Цей член сім'ї іноді надто метушиться.
21. Цей член сім'ї іноді чіпляється.
22. Ця людина іноді псує чужі забави.
23. Цей член сім'ї іноді запальний.
24. Цей член сім'ї буває у поганому настрої.
25. Цей член сім'ї часом надто багато скаржиться.
26. Цей член сім'ї іноді докучає без жодного приводу.
27. Цей член сім'ї ніколи не задоволений.
28. Ця людина не дуже терпляча.

29. Цей член сім'ї іноді занадто злий.

Сильні негативні (ворожі) почуття, що походять від дитини

30. Іноді мені хочеться вбити цього члена сім'ї.

31. Іноді в мене виникає бажання, щоб ця людина забиралася геть.

32. Іноді я ненавиджу цього члена сім'ї.

33. Іноді я уявляю себе тим, хто б'є цього члена сім'ї.

34. Іноді я думаю, що був би щасливішим, якби ця людина не була в сім'ї.

35. Іноді я відчуваю, що «ситий цією людиною по горло».

36. Часом я хочу зробити щось тільки для того, щоб досадити цій людині.

37. Цей член сім'ї може роздратувати мене.

Ніжні почуття, які отримують дитина

40. Цей член сім'ї добрий до мене.

41. Цей член сім'ї дуже тактовний зі мною.

42. Цей член сім'ї мене дуже любить.

43. Цей член сім'ї дуже уважний до мене.

44. Цей член сім'ї готовий допомогти мені.

45. Цей член сім'ї любить бавитися зі мною.

46. Цей член сім'ї дійсно розуміє мене.

47. Цей член сім'ї завжди вислухає мене.

Сильні позитивні, з «сексуальним відтінком» почуття, які отримують дитина

50. Цей член сім'ї любить балувати мене.

51. Цей член сім'ї любить міцно обіймати мене.

52. Цей член сім'ї любить притискати мене до себе.

53. Цей член сім'ї любить допомагати митися.

54. Цей член сім'ї любить полоскотати мене.

55. Цей член сім'ї любить бути зі мною в ліжку.

56. Цей член сім'ї завжди хоче бути зі мною.

57. Цей член сім'ї піклується більше про мене, ніж про будь-кого іншого.

Слабкі негативні почуття, які отримують дитина

60. Цей член сім'ї іноді дивиться на мене несхвально.
 61. Цей член сім'ї любить подразнити мене.
 62. Цей член сім'ї іноді лає мене.
 63. Цей член сім'ї не погоджується зі мною, коли я хотів би того.
 64. Цей член сім'ї не завжди погоджується допомогти мені, коли маю труднощі.
 65. Цей член сім'ї іноді бурчить на мене.
 66. Цей член сім'ї іноді злий зі мною.
 67. Цей член сім'ї надто зайнятий, щоб залишався на мене час.
- Сильні негативні (ворожі) почуття, які отримують дитина*
70. Цей член сім'ї часто б'є мене.
 71. Цей член сім'ї часто-густо карає мене.
 72. Цей член сім'ї дає мені відчуття себе безглуздом.
 73. Цей член сім'ї змушує мене боятися.
 74. Цей член сім'ї не схвальний до мене.
 75. Цей член сім'ї змушує мене почуватися нещасним.
 76. Цей член сім'ї завжди невдоволений мною.
 77. Цей член сім'ї не дуже любить мене.

Материнське гіперпклування

80. Мама турбується, що цей член сім'ї може застудитися.
81. Мама турбується, що цей член сім'ї може захворіти.
82. Мама непокоїться, щоб цей член сім'ї не потрапив під машину.
83. Мама турбується, що цей член сім'ї може вдаритися і щось собі зашкодити.
84. Мама турбується, що з цією людиною може щось трапитися.
85. Мама боїться дозволити цьому члену сім'ї занадто багато гратися.
86. Мама боїться дозволити грати цьому члену сім'ї з пустотливими дітьми.
87. Мама непокоїться, що цей член сім'ї дуже мало їсть.

Батьківське надпитування

90. Про цього члена сім'ї тато часто марно хвилюється.
91. Цьому членові сім'ї тато приділяє дуже багато уваги.

92. Цього члена сім'ї тато надто балує.

93. З цим членом сім'ї тато проводить багато часу.

94. Цього члена сім'ї тато любить найбільше.

Материнське надпитування

95. Про цього члена сім'ї мама часто марно хвилюється.

96. Цьому члену сім'ї мама приділяє дуже багато уваги.

97. Цього члена сім'ї мама надто балує.

98. З цим членом сім'ї мама проводить дуже багато часу.

99. Цього члена сім'ї мама любить найбільше.

Бланк для реєстрації відповідей

Прізвище та ім'я дитини _____ **вік** _____

№	Мама	Тато	Я	Брат...	...	Ніхто
1						
2						
3						
4						
5						
6						
...						
45						
...						
95						
96						
97						
98						
99						

Обробка полягає у записі номерів тверджень у відповідних клітинах та підсумовуванні кількості питань, які були присвоєні кожній людині, у межах

кожної групи питань. Це покаже, скільки кожного виду почуттів направляється дитиною кожному члену сім'ї.

Додаток Б

БРАТСКО - СЕСТРИНСЬКИЙ ОПИТУВАЧ

(The Brother-Sister Questionnaire; S.A. Graham-Bermann, S.E. Culter)

Інструкція: «Оцініть, будь ласка, за 5-бальною шкалою те, якою мірою кожне судження описує ваші стосунки з братом (сестрою)»:

1. зовсім не підходить
2. мабуть, невірно
3. мабуть, правильно
4. вірно
5. цілком правильно

Питання	Варіанти відповідей				
1. Ми дуже добрі друзі.	1	2	3	4	5
2. Ми дуже близькі один до одного.	1	2	3	4	5
3. Мене дуже цікавить те, що вона робить.	1	2	3	4	5

4. Мене дуже цікавить те, що вона (він) думає.	1	2	3	4	5
5. Ми зазвичай дуже добре ладнаємо.	1	2	3	4	5
6. Ми багато часу проводимо разом.	1	2	3	4	5
7. Вона багато цікавиться тим, що я роблю.	1	2	3	4	5
8. Вона багато цікавиться тим, про що я думаю.	1	2	3	4	5
9. Вона (він) почувається погано, коли я почуваюся погано.	1	2	3	4	5
10. Коли вона (він) почувається щасливою, я відчуваю те ж саме.	1	2	3	4	5
11. Я дав би йому грошей.	1	2	3	4	5
12. Я розповів (а) б (їй) йому свій найбільший секрет.	1	2	3	4	5
13. Ми багато сперечаємося.	1	2	3	4	5
14. Вона багато дбає про мене.	1	2	3	4	5
15. Вона (він) завжди одягає мої речі.	1	2	3	4	5
16. Вона завжди намагається робити те, що роблю я.	1	2	3	4	5
17. Вона (він) завжди намагається наслідувати мене.	1	2	3	4	5
18. Вона (він) завжди псує всю справу.	1	2	3	4	5
19. Вона (він) бере мої речі без попиту.	1	2	3	4	5
20. Якщо я куплю щось, вона завжди хоче купити це теж.	1	2	3	4	5
21. Нам подобається робити однакові речі.	1	2	3	4	5

Обробка результатів:

Номер шкали	Назва шкали	Кількість запитань	Відповіді за номерами запитань	Максимальна кількість балів сума балів
			сума балів	
1	Емпатія	14	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	70
2	Підтримка кордонів	6	15, 16, 17, 18, 19, 20	30
3	Подібність	9	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29	45
4	Примус	6	30, 31, 32, 33, 34, 35	30

Ступінь виразності показників за опитувальником:

Назва шкали	Рівні		
	Високий	Середній	Низький
Емпатія	48-70 балів	23 – 47 балів	1-22 балів
Підтримка кордонів	21-30 балів	10-20 балів	1-9 балів
Подібність	31-45 балів	15-30 балів	1-14 балів
Примус	21-30 балів	10-20 балів	1-9 балів

Додаток В**МЕТОДИКА ДІАГНОСТИКИ СИБЛІНГОВОГО СПІЛКУВАННЯ**

Запропонована методика є модифікованим варіантом методики «Діагностика подружнього спілкування» (Ю.Є. Альошина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубовська). Модифікацію виконано М.В. Кравцової.

Інструкція: «Відповідайте, будь ласка, на запропоновані запитання. Постарайтеся, щоб обраний варіант відповіді найбільш повно відповідав саме вашій точці зору на ситуацію, що склалася у вашій родині».

Текст методики

1. Чи можна сказати, що тобі з сестрою (братом), як правило, подобаються ті самі фільми, книги, спектаклі?

- а) так;
- б) скоріше так, ніж ні;
- в) скоріше ні, ніж так;

г) ні.

2. Чи часто в тебе у розмові з сестрою (братом) виникає почуття спільності, повного порозуміння?

а) дуже рідко;

б) досить рідко;

в) досить часто;

г) дуже часто.

3. Чи є у вас улюблені висловлювання, які мають для вас обох одне й те саме значення, і ви із задоволенням використовуєте їх?

а) так;

б) скоріше так, ніж ні;

в) скоріше ні, ніж так;

г) ні.

4. Чи зможеш ти передбачити, чи сподобається твоїй сестрі (брату) фільм, книга тощо?

а) так;

б) скоріше так, ніж ні;

в) скоріше ні, ніж так;

г) ні.

5. Чи відчуває твоя сестра (брат), чи тобі подобається те, що вона (він) говорить або робить, коли ти безпосередньо їй (йому) про це не говориш?

а) практично завжди;

б) досить часто;

в) досить рідко;

г) майже ніколи.

6. Чи ти розповідаєш сестрі (брату) про свої стосунки з іншими людьми?

а) розповідаю практично все;

б) розповідаю досить багато;

в) розповідаю досить мало;

г) не розповідаю майже нічого.

7. Чи бувають у тебе із сестрою (братом) розбіжності на ґрунті того, які стосунки необхідно підтримувати з друзями?

- а) так, майже постійно;
- б) досить часто;
- в) досить рідко;
- г) ні, майже ніколи.

8. Наскільки добре твоя сестра (брат) тебе розуміє?

- а) дуже добре;
- б) скоріше добре, ніж погано;
- в) скоріше погано, ніж добре;
- г) не розуміє.

9. Твоя сестра (брат) відчуває, що ти засмучений або роздратований чимось, але не бажає цього показувати?

- а) так;
- б) мабуть, це так;
- в) навряд це так;
- г) ні, це не так.

10. Чи розповідає тобі сестра (брат) про свої невдачі та промахи?

- а) практично завжди;
- б) досить часто;
- в) досить рідко;
- г) майже ніколи.

11. Чи буває так, що якесь слово чи предмет викликає у вас обох один і той самий спогад?

- а) дуже рідко
- б) досить рідко;
- в) досить часто;
- г) дуже часто.

12. Коли в тебе неприємності, поганий настрій, чи тобі стає легше від спілкування з сестрою (братом)?

- а) практично завжди;
- б) досить часто;
- в) досить рідко;
- г) майже ніколи.

13. Як ти думаєш, чи є теми, на які сестрі (брату) важко та неприємно розмовляти з тобою?

- а) дуже багато;
- б) досить багато;
- в) досить мало;
- г) дуже мало.

14. Чи буває так, що у розмові з сестрою (братом) ти відчуваєшся сковано, не можеш підібрати потрібних слів?

- а) дуже рідко;
- б) досить рідко;
- в) досить часто;
- г) дуже часто.

15. Чи є у вашій сім'ї традиції, до яких ви з сестрою (братом) однаково ставитеся?

- а) так;
- б) скоріше так, ніж ні;
- в) скоріше ні, ніж так;
- г) ні.

16. Чи може твоя сестра без слів зрозуміти, який у тебе настрій?

- а) практично ніколи;
- б) досить рідко;
- в) досить часто;
- г) майже завжди.

17. Чи можна вважати, що в тебе із сестрою (братом) однакове ставлення до життя?

- а) так;

- б) скоріше так, ніж ні;
- в) скоріше ні, ніж так;
- г) ні.

18. Чи буває так, що ти не розповідаєш сестрі (брату) новину, важливу для тебе, але до неї не має прямого відношення?

- а) дуже часто;
- б) досить часто;
- в) досить рідко;
- г) дуже рідко.

19. Чи розповідає тобі сестра (брат) про свій фізичний стан?

- а) розповідає практично все;
- б) розповідає досить багато;
- в) розповідає досить мало;
- г) не розповідає майже нічого.

20. Чи подобається твоїй сестрі (брату) те, що ти робиш або говориш, коли вона (він) прямо не говорить про це?

- а) практично завжди;
- б) досить часто;
- в) досить рідко;
- г) майже ніколи.

21. Чи можна сказати, що ви згодні один з одним в оцінках своїх друзів?

- а) ні;
- б) скоріше ні, ніж так;
- в) скоріше так, ніж ні;
- г) так.

22. Чи може твоя сестра (брат) передбачити, чи тобі сподобається той чи інший фільм, книга?

- а) так;
- б) скоріше так, ніж ні;
- в) скоріше ні, ніж так;

г) ні.

23. Чи розповідаєш ти сестрі (брату) про невдачі?

а) практично ніколи;

б) досить рідко;

в) досить часто;

г) майже завжди.

24. Коли ви знаходитесь в компанії, сестрі (брату) достатньо подивитися не тебе, щоб зрозуміти, як ти ставишся до того, що відбувається?

а) дуже рідко;

б) досить рідко;

в) досить часто;

г) дуже часто.

25. Наскільки твоя сестра (брат) щира, відверта з тобою?

а) повністю;

б) скоріше так, ніж ні;

в) скоріше ні, ніж так;

г) ні.

26. Тобі легко спілкуватися із сестрою (братом)?

а) так;

б) скоріше так, ніж ні;

в) скоріше ні, ніж так;

г) ні.

27. Чи часто ви балуєтесь, спілкуючись один з одним?

а) дуже рідко;

б) досить рідко;

в) досить часто;

г) дуже часто.

28. Після того як ти розповів сестрі (брату) про щось дуже важливе для тебе, чи не доводилося шкодувати про це?

а) практично ніколи;

- б) досить рідко;
- в) досить часто;
- г) майже завжди.

29. Як ти думаєш, коли у твоєї сестри (брата) неприємності, поганий настрій, чи стає їй легше від спілкування з тобою?

- а) практично ніколи;
- б) досить рідко;
- в) досить часто;
- г) майже завжди.

30. Наскільки ти щирий, відвертий із сестрою (братом)?

- а) повністю;
- б) який завжди;
- в) скоріше не щирий;
- г) не щирий.

31. Чи завжди ти відчуваєш, коли твоя сестра (брат) засмучений (а) чи роздратований (а) чимось, але не хоче тобі цього показувати?

- а) так;
- б) мабуть, це так;
- в) навряд це так;
- г) ні, це не так.

32. Чи трапляється, що твої погляди з якогось важливого для тебе питання не збігаються з думкою твоєї сестри (брата)?

- а) дуже рідко;
- б) досить рідко;
- в) досить часто;
- г) дуже часто.

33. Твоя сестра (брат) ділиться з тобою новиною, яка важлива особисто для неї (його), але до тебе безпосереднього відношення не має?

- а) дуже рідко;
- б) досить рідко;

в) досить часто;

г) дуже часто.

34. Чи можеш без слів зрозуміти, який у твоєї сестри (брата) настрій?

а) практично завжди;

б) досить часто;

в) досить рідко;

г) майже ніколи.

35. Чи часто виникає у тебе з сестрою (братом) почуття єдності, згуртованості, так званої ми?

а) дуже часто;

б) досить часто;

в) досить рідко;

г) дуже рідко.

36. Наскільки добре ти розумієш свою сестру?

а) зовсім не розумію;

б) скоріше погано, ніж добре;

в) скоріше добре, ніж погано;

г) цілком розумію.

37. Чи розповідає тобі сестра (брат) про свої стосунки з іншими людьми?

а) практично нічого;

б) досить мало;

в) досить багато;

г) майже все.

38. Чи буває так, що в розмові з тобою сестра (брат) відчувається напружено, скуто, не може підібрати потрібних слів?

а) дуже рідко;

б) досить рідко;

в) досить часто;

г) дуже часто.

39. Чи ти маєш таємниці від сестри (брата)?

а є;

б) скоріше їсти, ніж ні;

в) скоріше ні, ніж є;

г) ні.

40. Чи часто ви, спілкуючись один з одним, використовуєте смішні назви, прізвиська?

а) дуже часто;

б) досить часто;

в) досить рідко;

г) дуже рідко.

41. Чи є теми, на які тобі важко і неприємно говорити із сестрою (братом)?

а) дуже багато;

б) досить багато;

в) досить мало;

г) дуже мало.

42. Чи часто у тебе з сестрою (братом) виникають розбіжності щодо виховання вас батьками?

а) дуже рідко;

б) досить рідко;

в) досить часто;

г) дуже часто.

43. Чи можна сказати, що твоїй сестрі (брату) легко спілкуватися з тобою?

а) так;

б) скоріше так, ніж ні;

в) скоріше ні, ніж так;

г) ні.

44. Чи ти розповідаєш сестрі (брату) про свій фізичний стан?

а) розповідаю практично все;

б) розповідаю досить багато;

в) розповідаю досить мало;

г) не розповідаю майже нічого.

45. Чи доводилося твоїй сестрі (брату) шкодувати, що вона не розповіла тобі щось дуже цікаве і важливе для нього?

а) практично ніколи;

б) досить рідко;

в) досить часто;

г) майже завжди.

46. Чи виникало колись почуття, що в тебе з сестрою (братом) існує своя мова, невідома нікому з оточуючих?

а) так;

б) скоріше так, ніж ні;

в) скоріше ні, ніж так;

г) ні.

47. Чи є у тебе сестри (брата) таємниці від тебе?

а) так;

б) скоріше так, ніж ні;

в) скоріше ні, ніж так;

г) ні.

48. Чи буває так, що коли ви перебуваєте серед інших людей, тобі достатньо подивитися на сестру (брата), щоб зрозуміти, як вона ставиться до того, що відбувається?

а) дуже часто;

б) досить часто;

в) досить рідко;

г) дуже рідко.

Ключ:

1. Довірливість спілкування

а) +6, +18, -23, +30, -39, +44;

б) +10, +19, +25, -33, -37, -47;

2. Порозуміння між сиблінгами

а) +4, +20, -24, +31, +34, -36;

б) +5, +8, +9, -16, +22, +48;

3. Подібність поглядів брата та сестри

+1, -7, +17, -21, +32, +42;

4. Загальні символи сім'ї

+3, -11, +15, +35, +40, +46;

5. Легкість спілкування між сиблінгами

-2, +14, +26, -27, +38, +43;

6. Психотерапевтичність спілкування

+12, -13, +28, -29, -41, +45.

Додаток Г

ТЕСТ ЗА МЕТОДИКОЮ К. ТОМАСА «ВИЗНАЧЕННЯ СТИЛЮ ПОВЕДІНКИ В КОНФЛІКТНІЙ СИТУАЦІЇ»

1.

а) Іноді я надаю можливість іншим узяти на себе відповідальність за розв'язання спірного питання.

б) Перш ніж обговорювати те, у чому ми не дійшли згоди, я намагаюся звернути увагу на те, із чим ми обидва погоджуємося.

2.

а) Я намагаюся знайти компромісне рішення.

б) Я намагаюся владнати справу з урахуванням інтересів іншого і власних.

3.

а) Зазвичай я наполегливо намагаюся досягти свого.

б) Я намагаюся заспокоїти іншого і здебільшого зберегти наші стосунки.

4.

а) Я намагаюся знайти компромісне рішення.

б) Іноді я жертвую власними інтересами заради інтересів іншої людини.

5.

а) Налагоджуючи спірну ситуацію, я повсякчас намагаюся знайти підтримку в іншого.

б) Я намагаюся зробити все, щоб уникнути напруження.

6.

а) Я намагаюся уникнути прикрощів.

б) Я намагаюся досягти свого.

7.

а) Я намагаюся відкласти розв'язання спірного питання, щоб згодом зробити це остаточно.

б) Я вважаю за можливе поступитися одним, щоб досягти іншого.

8.

а) Зазвичай я наполегливо намагаюся досягти свого.

б) Я насамперед намагаюся чітко з'ясувати те, у чому полягають усі порушені інтереси й питання.

9.

а) Вважаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають.

б) Я докладаю всіх зусиль, щоб досягти свого.

10.

а) Я наполегливо прагну досягти свого.

б) Я намагаюся знайти компромісне рішення.

11.

а) Насамперед я намагаюся чітко з'ясувати те, у чому полягають усі порушені інтереси й питання.

б) Я намагаюся заспокоїти іншого й здебільшого зберегти наші стосунки.

12.

а) Я завжди уникаю позиції, що може викликати суперечки.

б) Я даю можливість іншому мати свою думку, якщо він також іде мені назустріч.

13.

а) Я пропоную серединну позицію.

б) Я наполягаю, щоб усе було зроблено по-моєму.

14.

а) Я повідомляю іншому свою думку й запитую про його погляди.

б) Я намагаюся довести іншому логіку й переваги моїх поглядів.

15.

а) Я намагаюся заспокоїти іншого й здебільшого зберегти наші стосунки.

б) Я намагаюся зробити все необхідне, щоб уникнути напруженості.

16.

а) Я намагаюся не зачепити почуттів іншого.

б) Я намагаюся переконати іншого в перевазі моєї позиції.

17.

а) Зазвичай я наполегливо намагаюся досягти свого.

б) Я намагаюся зробити все, щоб уникнути марної напруженості.

18.

а) Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти на своєму.

б) Я даю можливість іншому мати свою думку, якщо він також іде мені назустріч.

19.

а) Передусім я намагаюся чітко з'ясувати те, у чому полягають усі порушені інтереси й спірні питання.

б) Я намагаюся відкласти рішення спірного питання, щоб згодом розв'язати його остаточно.

20.

а) Я намагаюся негайно подолати наші розбіжності.

б) Я намагаюся знайти найкраще поєднання вигод і втрат для нас обох.

21.

- а) Під час переговорів я намагаюся бути уважним до бажань іншого.
- б) Я завжди схильюся до прямого обговорення проблеми.

22.

- а) Я намагаюся знайти серединну позицію між моєю думкою та думкою іншої людини.
- б) Я відстоюю свої бажання.

23.

- а) Як правило, я турбуюся про те, щоб задовольнити бажання кожного з нас.
- б) Іноді я надаю можливість іншим узяти на себе відповідальність за розв'язання спірного питання.

24.

- а) Якщо позиція іншого видається мені важливою, я намагатимуся йти назустріч його бажанням.
- б) Я намагаюся переконати іншого дійти компромісу.

25.

- а) Я намагаюся довести іншому логіку й переваги моїх поглядів.
- б) Ведучи переговори, я намагаюся бути уважним до бажань іншого.

26.

- а) Я пропоную серединну позицію.
- б) Я майже завжди стурбований тим, щоб задовольнити бажання кожного з нас.

27.

- а) Зазвичай я уникаю позиції, що може викликати суперечки.
- б) Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти на своєму.

28.

- а) Зазвичай я наполегливо намагаюся досягти свого.
- б) Налагоджуючи ситуацію, я намагаюся знайти підтримку в іншого.

29.

а) Я пропоную серединну позицію.

б) Вважаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають.

30.

а) Я намагаюся не зачіпати почуттів іншого.

б) Я завжди дотримуюся такої позиції в спірному питанні, щоб досягти успіху.

Додаток Д

Дані про дітей з контрольної групи, що приймали участь у дослідженні

№ з/п	ППП дитини	Вік	Стать	Сиблінг	Вік
1	K1	10	ж	брат	6
2	K2	11	ч	сестра	6
3	K3	9	ч	брат	12
4	K4	13	ж	сестра	16
5	K5	11	ж	брат	7
6	K6	8	ч	брат	10
7	K7	11	ж	сестра	9
8	K8	13	ж	сестра	16
9	K9	9	ж	брат	11
10	K10	9	ж	сестра	8
11	K11	8	ч	брат	12
12	K12	14	ч	брат	12
13	K13	11	ч	брат	15
14	K14	10	ж	брат	13
15	K15	8	ч	брат	12

16	K16	12	ж	сестра	8
17	K17	12	ч	сестра	9
18	K18	15	ч	сестра	11
19	K19	15	ж	сестра	10
20	K20	14	ж	брат	9
21	K21	10	ж	сестра	15
22	K22	17	ч	сестра	15
23	K23	17	ч	брат	14
24	K24	10	ж	брат	7
25	K25	10	ч	брат	12
26	K26	7	ж	сестра	13
27	K27	8	ж	сестра	11
28	K28	11	ч	сестра	9
29	K29	11	ч	брат	9
30	K30	11	ч	брат	8

Дані про дітей з еспериментальної групи, що приймали участь у дослідженні

№ з/п	ППП дитини	Вік	Стать	Сиблінг	Вік
1	E1	18	ч	брат	6
2	E2	16	ж	сестра	5
3	E3	16	ж	брат	3
4	E4	16	ч	сестра	4
5	E5	17	ж	брат	5
6	E6	19	ч	брат	7
7	E7	21	ж	сестра	4
8	E8	15	ч	сестра	4
9	E9	18	ж	брат	5
10	E10	21	ж	сестра	9
11	E11	20	ч	сестра	7
12	E12	16	ч	брат	3
13	E13	17	ж	брат	4
14	E14	21	ж	брат	5
15	E15	22	ж	брат	4
16	E16	18	ж	сестра	6
17	E17	20	ч	сестра	9

18	E18	17	ч	брат	4
19	E19	18	ж	брат	7
20	E20	16	ж	сестра	4
21	E21	15	ж	сестра	4
22	E22	22	ч	сестра	11
23	E23	18	ч	брат	10
24	E24	16	ж	брат	6
25	E25	17	ч	брат	6
26	E26	24	ж	сестра	11
27	E27	17	ж	сестра	5
28	E28	16	ч	сестра	5
29	E29	21	ч	брат	8
30	E30	22	ч	брат	11

Додаток Е

Діагностика емоційних відносин у родині дітей з контрольної групи

Критерії ППП дитини	Характер почуттів до/від членів родини		Характер взаємодії з рідними	
	позитивні	негативні	позитивні	негативні
K1	3	1	4	3
K2	2	3	2	5
K3	3	2	4	1
K4	3	1	5	1
K5	2	2	4	4
K6	3	1	5	1
K7	3	1	5	1
K8	3	2	5	2
K9	2	1	2	1
K10	3	1	5	1
K11	3	1	5	1
K12	3	2	5	2
K13	2	3	4	4
K14	2	3	4	4
K15	3	1	5	1

K16	2	3	2	5
K17	3	1	4	2
K18	2	2	4	4
K19	3	2	4	4
K20	3	1	5	4
K21	3	1	5	1
K22	3	1	5	1
K23	3	2	5	1
K24	2	3	4	2
K25	2	2	4	2
K26	3	2	5	4
K27	2	2	2	1
K28	3	1	5	4
K29	3	2	5	2
K30	2	3	4	4

Діагностика емоційних відносин у родині дітей з експериментальної групи до і після тренінгу

Критерії ППП дитини	До тренінгу				Після тренінгу			
	Характер почуттів до/від членів родини		Характер взаємодії з рідними		Характер почуттів до/від членів родини		Характер взаємодії з рідними	
	позитивні	негативні	позитивні	негативні	позитивні	негативні	позитивні	негативні
E1	2	3	2	3	3	2	3	2
E2	1	2	2	5	2	2	3	5
E3	3	2	4	2	3	2	5	2
E4	3	1	5	1	3	1	5	1
E5	2	2	2	2	2	1	2	1
E6	3	1	5	1	3	1	5	1
E7	2	3	2	4	2	3	3	2
E8	3	2	5	4	3	2	5	4
E9	2	1	2	1	2	1	2	1
E10	3	2	5	1	3	2	5	1
E11	3	2	5	1	3	2	5	1
E12	3	2	5	2	3	2	5	2
E13	2	3	2	4	2	2	2	4
E14	2	3	2	4	2	2	2	4
E15	3	1	5	1	3	1	5	1
E16	1	3	2	5	2	3	2	5
E17	3	1	4	2	3	1	3	2
E18	2	2	4	4	2	2	4	4

E19	3	2	4	4	3	2	3	3
E20	3	1	5	4	3	1	4	3
E21	2	1	4	1	2	1	3	2
E22	2	1	4	1	2	1	3	2
E23	3	2	5	1	3	2	5	1
E24	2	3	4	2	2	3	5	3
E25	2	3	4	2	3	2	4	2
E26	3	2	5	2	3	2	5	2
E27	2	2	4	2	2	2	3	1
E28	2	1	4	4	3	2	4	3
E29	3	2	5	2	3	2	5	2
E30	2	3	4	4	3	2	4	3

Додаток Є

Результатами дослідження за методикою «Братсько-сестринський опитувальник» для контрольної групи

<i>Шкали ППП дитини</i>	<i>Емпатія</i>	<i>Підтримка кордонів</i>	<i>Подібність</i>	<i>Примус</i>
K1	55	19	10	8
K2	34	16	7	5
K3	20	26	35	14
K4	18	25	27	6
K5	62	8	12	13
K6	21	13	40	29
K7	11	18	8	27
K8	19	23	33	7
K9	13	15	6	5
K10	57	17	39	22
K11	16	18	37	4
K12	20	19	42	7
K13	38	8	13	15
K14	40	19	36	28
K15	30	25	35	30
K16	17	18	11	25

K17	60	6	24	28
K18	59	19	40	18
K19	9	4	8	3
K20	61	13	39	18
K21	65	20	41	18
K22	14	6	5	5
K23	20	18	19	26
K24	53	28	44	18
K25	18	19	9	12
K26	10	7	19	14
K27	38	17	9	8
K28	40	18	31	13
K29	27	19	13	29
K30	16	20	38	24

Результатами дослідження за методикою «Братсько-сестринський опитувальник» для експериментальної групи до і після тренінгу

<i>Шкал и ППП дитин и</i>	<i>До тренінгу</i>				<i>Після тренінгу</i>			
	<i>Емпатія</i>	<i>Підтримка кордонів</i>	<i>Подібність</i>	<i>Примус</i>	<i>Емпатія</i>	<i>Підтримка кордонів</i>	<i>Подібність</i>	<i>Примус</i>
E1	22	12	16	24	24	14	18	17
E2	47	15	30	18	49	19	35	14
E3	16	7	14	25	19	16	19	21
E4	37	18	29	23	44	18	22	23
E5	12	6	19	30	14	9	20	25
E6	21	13	25	22	26	19	29	13
E7	8	5	13	29	12	13	17	20
E8	19	9	21	28	20	22	21	10
E9	14	8	20	26	18	25	20	21
E10	32	10	28	20	39	26	28	20
E11	11	4	11	27	15	11	11	9
E12	17	7	23	24	19	10	35	20
E13	46	20	45	21	48	20	45	21
E14	38	14	34	25	41	35	34	25

E15	24	17	27	19	27	17	34	19
E16	35	18	31	25	39	31	31	21
E17	28	16	38	28	32	16	38	26
E18	15	9	33	18	17	9	33	18
E19	30	8	24	3	32	8	33	3
E20	20	10	36	18	20	10	36	16
E21	13	6	15	18	15	6	15	14
E22	25	7	17	5	25	11	18	5
E23	33	9	26	19	33	9	26	19
E24	14	11	32	30	16	26	32	25
E25	18	8	18	27	18	8	18	22
E26	41	12	41	22	48	12	41	12
E27	26	10	37	21	29	23	37	21
E28	27	14	22	20	29	14	22	14
E29	39	15	40	23	44	15	40	16
E30	34	14	35	24	38	18	35	11

Додаток Ж

Результати контрольної групи за методикою діагностики сиблінгового спілкування М. В. Кравцової

ПП	Довірливість спілкування		Порозуміння між сиблінгами		Подібність поглядів брата та сестри	Загальні символи сім'ї	Легкість спілкування між сиблінгами	Психотерапевтичність спілкування
	Оцінка себе	Оцінка брата/сестри	Оцінка себе	Оцінка брата/сестри				
K1	-2	1	9	9	12	10	9	4
K2	0	2	10	8	14	11	9	5
K3	1	0	6	10	6	12	8	6
K4	1	4	6	14	5	14	4	5
K5	2	2	7	9	4	9	6	4
K6	0	1	5	8	12	9	5	4
K7	4	3	5	7	9	8	5	6
K8	2	1	8	12	10	12	8	6
K9	1	0	4	9	11	14	10	7
K10	2	-2	6	10	12	9	11	7
K11	-2	1	6	11	14	11	12	4
K12	-1	1	7	12	12	12	14	6
K13	0	0	9	14	9	6	9	4
K14	4	-2	8	9	12	5	9	6

K15	1	2	7	9	9	4	8	5
K16	0	-2	12	8	10	4	9	5
K17	3	-1	4	13	11	6	9	8
K18	-1	3	6	11	6	6	8	4
K19	-2	1	5	12	5	5	13	6
K20	4	0	5	11	4	4	11	7
K21	-2	-2	12	12	11	6	9	7
K22	3	1	5	14	10	12	8	6
K23	1	2	11	9	11	9	10	7
K24	0	-2	7	11	12	10	14	4
K25	-2	-1	11	12	14	11	9	3
K26	1	1	12	14	9	12	8	7
K27	4	2	7	9	9	14	7	5
K28	1	0	13	9	5	12	12	6
K29	3	4	6	8	6	9	9	5
K30	0	2	6	13	8	10	6	7

Результати експериментальної групи за методикою діагностики сиблінгового спілкування М. В. Кравцової до тренінгу

ПП	Довірливість спілкування		Порозуміння між сиблінгами		Подібність поглядів брата та сестри	Загальні символи сім'ї	Легкість спілкування між сиблінгами	Психотерапевтичність спілкування
	Оцінка себе	Оцінка брата/сестри	Оцінка себе	Оцінка брата/сестри				
E1	-2	0	4	9	6	6	8	5
E2	-1	1	4	8	5	7	4	4
E3	0	-1	2	8	4	7	6	7
E4	0	2	3	4	4	6	5	4
E5	1	1	4	6	6	7	5	3
E6	0	1	5	5	6	9	8	4
E7	2	2	7	5	7	6	10	6
E8	1	1	5	8	7	5	8	4
E9	1	1	4	10	6	4	10	7
E10	2	-2	4	8	7	4	11	4
E11	-2	1	6	11	4	6	12	6
E12	-1	1	8	12	3	6	14	5
E13	0	0	9	14	6	5	9	4
E14	0	0	8	9	12	5	9	5
E15	1	1	7	9	9	4	8	7

E16	0	-1	8	6	10	4	9	5
E17	2	2	4	5	11	6	9	8
E18	1	1	6	4	6	6	8	4
E19	-2	1	5	4	5	5	13	6
E20	-1	0	4	6	4	4	11	7
E21	0	1	5	6	11	6	9	7
E22	0	-1	7	5	8	12	8	6
E23	1	2	5	9	4	6	10	7
E24	0	-1	4	6	6	5	14	4
E25	2	-1	9	7	5	4	9	4
E26	1	1	9	7	5	4	8	6
E27	1	2	7	6	9	6	7	5
E28	1	0	7	7	5	12	12	4
E29	3	2	6	4	6	9	9	5
E30	0	2	6	3	8	10	6	7

Результати експериментальної групи за методикою діагностики сиблінгового спілкування М. В. Кравцової після тренінгу

ПП	Довірливість спілкування		Порозуміння між сиблінгами		Подібність поглядів брата та сестри	Загальні символи сім'ї	Легкість спілкування між сиблінгами	Психотерапевтичність спілкування
	Оцінка себе	Оцінка брата/сестри	Оцінка себе	Оцінка брата/сестри				
E1	1	1	6	10	12	12	9	8
E2	0	4	7	11	14	9	9	9
E3	-2	1	9	12	12	10	14	10
E4	1	3	8	14	5	11	12	11
E5	1	0	7	9	4	6	5	12
E6	0	1	12	9	12	5	4	14
E7	-2	3	6	6	9	12	5	12
E8	2	1	8	6	10	9	8	5
E9	-2	0	10	7	11	10	10	4
E10	-1	-2	11	5	12	11	9	12
E11	3	1	12	5	12	6	10	11
E12	-1	1	14	8	14	12	11	12
E13	0	0	9	6	10	6	9	14
E14	4	1	8	7	11	5	9	9
E15	1	4	7	5	12	4	8	9
E16	0	1	12	5	14	12	9	7

E17	3	3	4	8	9	9	9	6
E18	-1	0	6	11	9	10	8	6
E19	1	1	5	12	12	11	13	7
E20	2	4	5	11	9	6	11	7
E21	0	1	12	12	11	5	9	7
E22	4	1	5	10	10	4	8	6
E23	2	2	11	11	11	11	10	7
E24	1	-2	7	12	10	10	14	9
E25	-2	-1	11	14	11	11	9	10
E26	1	1	6	12	12	12	8	11
E27	4	2	5	9	14	14	7	12
E28	1	0	5	12	9	12	12	14
E29	3	4	12	8	9	9	9	9
E30	0	2	5	13	8	10	6	9

Додаток 3

Результати контрольної групи за методикою К. Томаса «Визначення стилю поведінки в конфліктній ситуації».

	Суперництво	Співпраця	Компроміс	Уникнення	Пристосування
K1	3	17	3	3	4
K2	5	6	11	4	4
K3	5	3	7	3	12
K4	8	5	4	6	7
K5	5	12	7	2	4
K6	6	5	2	7	10
K7	2	6	12	6	4
K8	3	5	10	7	5
K9	5	12	5	4	4
K10	6	7	6	1	10
K11	7	3	11	4	5
K12	10	4	3	7	8
K13	3	7	4	3	13
K14	4	4	4	11	
K15	6	5	9	3	7
K16	5	6	5	11	3
K17	2	3	4	11	10
K18	3	3	8	3	6

K19	5	6	5	1	13
K20	9	7	4	5	5
K21	4	6	13	3	4
K22	5	4	9	11	1
K23	6	3	9	12	4
K24	1	10	7	9	9
K25	12	4	5	5	4
K26	8	5	11	3	3
K27	7	6	3	7	9
K28	4	3	3	3	17
K29	5	5	5	11	4
K30	7	6	3	7	9

Результати експериментальної групи за методикою К. Томаса «Визначення стилю поведінки в конфліктній ситуації» до та після тренінгу

	Суперництво		Співпраця		Компроміс		Уникнення		Пристосування	
	До	Після	До	Після	До	Після	До	Після	До	Після
E1	11	9	8	9	4	4	2	3	4	5
E2	6	4	10	12	5	5	4	4	6	6
E3	7	6	5	4	5	4	12	11	5	4
E4	8	7	4	4	6	6	8	7	8	9
E5	6	7	5	5	9	9	4	4	2	2
E6	7	8	6	6	7	8	14	12	5	6
E7	8	8	6	6	8	7	5	9	6	7
E8	8	8	8	9	6	5	6	6	9	7
E9	6	5	8	9	11	12	7	6	5	5
E10	7	8	4	5	7	8	13	12	5	6
E11	7	5	7	6	4	5	9	7	6	9
E12	9	8	6	5	4	6	5	5	6	6
E13	6	6	3	4	9	10	3	7	3	6
E14	2	3	4	6	5	4	7	6	11	10
E15	2	2	13	14	5	5	4	4	3	3
E16	3	2	3	4	5	5	12	12	2	2
E17	7	5	9	5	7	8	4	6	7	7
E18	7	6	5	4	6	2	3	4	9	10
E19	10	9	4	4	6	6	2	2	9	9

E20	6	6	5	5	6	4	9	8	6	7
E21	6	7	3	4	3	3	5	5	10	10
E22	3	4	5	5	8	10	8	6	11	9
E23	11	9	3	3	8	10	4	4	2	2
E24	6	5	5	5	4	4	11	9	6	7
E25	8	7	11	12	5	6	4	4	4	4
E26	7	8	5	4	6	6	8	7	5	5
E27	11	10	5	6	8	7	4	4	5	5
E28	5	6	6	6	7	6	11	8	7	6
E29	4	4	5	6	12	12	4	3	4	4
E30	5	6	7	6	3	4	9	9	5	5