

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.7>**Ірина ГАБА**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології та соціальної роботи Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського, вул. Острозького, 32, Вінниця, Україна, 21000

Naba IRYNA

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor at the Department of Psychology and Social Work of Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University, st. Ostrozhkogo, 32, Vinnytsia, Ukraine, 21000

**ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ДІТЕЙ
ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ****PECULIARITIES OF EMOTIONAL SELF-REGULATION OF
PRESCHOOL CHILDREN**

У статті проаналізовано поняття «емоційна саморегуляція» в контексті одного з найважливіших компонентів функціонування особистості; визначено емоційну саморегуляцію як навичку керування емоціями, знаходження конструктивних способів впоратися з негативними емоціями й управління вираженням сильних емоцій. Зазначено, що у дошкільному віці відбувається активний розвиток усєї емоційної сфери, спостерігається підвищення рівня обізнаності дошкільника про причини емоцій і почуттів, способи їхнього вираження, у розширенні кола об'єктів емпатії та форм її прояву, а також у послідовній активізації всіх механізмів довільної регуляції емоцій. Встановлено, що емоційна саморегуляція дітей дошкільного віку залежить від якості дитячо-батьківської взаємодії. З'ясовано, що застосування дошкільниками більш активних та ефективних поведінкових стратегій емоційної саморегуляції пов'язані з позитивним емоційним фоном взаємодії обох батьків, емоційною підтримкою з боку матері. Конкретизовано, що інтелектуальні стратегії емоційної саморегуляції у дошкільників частіше спостерігаються за достатньої уваги та інтересу з боку матері. Емоційні та поведінкові стратегії емоційної саморегуляції дошкільників виявилися взаємопов'язаними з характеристиками емоційної дитячо-батьківської взаємодії обох батьків. Показано, що у старшому дошкільному віці конструктивні стратегії переважають над неконструктивними. Дівчатка у старшому дошкільному віці характеризуються більш конструктивними та зрілими стратегіями емоційної саморегуляції порівняно з хлопчиками. Виявлено, що більша частота використання дошкільниками конструктивних стратегій емоційної саморегуляції визначається прийняттям та близькістю з дитиною з боку матері, її батьківською зрілістю та позитивним тлом емоційної взаємодії з батьком. Використання дошкільниками поведінкових стратегій емоційної саморегуляції пов'язане з позитивним емоційним фоном взаємодії обох батьків, емоційною підтримкою з боку матері.

Ключові слова: дошкільники, емоційна саморегуляція, дитячо-батьківська взаємодія, стратегії емоційної саморегуляції.

The article analyzes the concept of "emotional self-regulation" in the context of one of the most important components of the functioning of the personality; it defines emotional self-regulation as a skill of managing emotions, finding constructive ways to cope with negative emotions and managing the expression of strong emotions. It is noted that in preschool age there is an active development of the entire emotional sphere, there is an increase in the level of awareness of the preschool child about the reasons of emotions and feelings, the way of their expression, in the expansion of the range of objects of empathy and forms of its manifestation, and in the progressive activation of all mechanisms of arbitrary regulation of emotions. It has been established that the emotional self-regulation of preschool children depends on the quality of child-parent interaction. It is clear that the use of more active and effective behavioral strategies of emotional self-regulation by preschool children is connected with positive emotional background of interaction of both parents, emotional support from mother. It is concrete that intellectual strategies of emotional self-regulation in preschool units are often observed for sufficient attention and interest on the part of the mother. Emotional and behavioral strategies of emotional self-regulation of preschool children were interrelated with the characteristics of emotional child-parent interaction of both parents. It is shown that in the senior preschool age constructive strategies prevail over non-constructive ones. Girls at the senior preschool age are characterized by more constructive and mature strategies of emotional self-regulation compared to boys. It was found that the greater frequency of use of constructive strategies of emotional self-regulation by preschool children is determined by acceptance and closeness with the child by mother, her parental maturity and positive background of emotional interaction with the father. The use of pre-school behavioral strategies of emotional self-regulation is connected with a positive emotional background of interaction between both parents, emotional support from the mother.

Key words: preschoolers, emotional self-regulation, child-parent interaction, emotional self-regulation strategies.

Постановка проблеми. Емоційна саморегуляція одна із найважливіших компонентів функціонування людини, здатність до емоційної саморегуляції є сутнісною характеристи-

кою особистості. Усі особистісні характеристики починають формуватися й розвиватися ще у дошкільному віці. На цей віковий період припадає інтенсивне формування емоційної

сфери дитини, і однією із важливих характеристик особистості цього періоду є формування емоційної саморегуляції регуляції. Дошкільний вік – це період соціалізації, коли дитина починає активно спілкуватися не тільки з батьками, а й з однолітками й іншими дорослими, що формує навички міжособистісної взаємодії. Управління своїми емоціями відіграє найважливішу роль у взаємодії дитини з оточуючими – однолітками та дорослими. Варто зазначити, що соціальна компетентність особистості у старшому віці тісно пов'язана саме з емоційною саморегуляцією дошкільника. Емоційна саморегуляція має актуальну проблематику в науковому просторі, її окремі аспекти знайшли відображення у наукових пошуках зарубіжних та вітчизняних науковців, зокрема визначення сутності, змісту саморегуляції емоцій та розкриття механізмів її розвитку вивчали Л. Бекіньова, М. Падун, М. Півень, І. Цілінко. Окремі аспекти вікових і гендерних особливостей емоційної саморегуляції особистості досліджували Н. Власова, Н. Гарнефски, Л. Гільова, М. Гринців, В. Крайг, І. Кочергіна, К. Фоменко досліджували. Водночас, проблема емоційної саморегуляції дітей дошкільного віку в контексті дитячо-батьківських відносин залишається малодослідженою.

Мета дослідження полягає у вивченні особливостей стратегій емоційної саморегуляції дошкільників у зв'язку з особливостями дитячо-батьківської взаємодії.

Виклад основного матеріалу. У психологічному доробку існує чимала кількість визначень поняття «емоційна саморегуляція», а саме: вміння стримувати занадто сильні, небажані емоційні прояви; трансформація деструктивних емоцій в конструктивні [1]; здатність усвідомлювати, розуміти і приймати свої емоції, використовувати ці знання в управлінні власною поведінкою і стосунками з іншими людьми [2]; використання соціально прийнятних способів вираження емоцій, зміна інтенсивності та тривалості переживання емоції [4]. Більшість учених вважають, що емоційна саморегуляція містить у собі навички керувати емоціями, знаходити конструктивні способи впоратися з негативними емоціями й управляти вираженням сильних емоцій.

У зарубіжній психології існує велика кількість визначень емоційної саморегуляції. Проведений аналіз засвідчив, що різні автори наголошують не на обмеженні емоційної регуляції лише контролем або придушенням емоцій, а на включенні усвідомлення й оцінювання свого емоційного досвіду, його зміни,

цілеспрямованості, навмисності та спрямованості на адаптацію [7]. Зокрема, Н. Ейзенберг і Т. Спінрад визначають емоційну саморегуляцію як процес ініціювання, гальмування, уникнення, утримання або зміни виникнення, форми, інтенсивності чи тривалості внутрішнього емоційного стану, пов'язаного з емоціями фізіологічних процесів, процесів уваги, мотиваційного стану та/або поведінкових проявів (супутніх емоцій), що слугують для біологічної або соціальної адаптації (пов'язаної з впливом) або досягнення індивідуальних цілей [6]. Цього визначення дотримується більша частина сучасних зарубіжних дослідників емоційної саморегуляції. У наукових працях термін «емоційна саморегуляція» дітей дошкільного віку найчастіше застосовують для позначення процесів, за допомогою яких діти контролюють і регулюють свій емоційний стан і способи його вираження.

У дошкільному віці відбувається активний розвиток усієї емоційної сфери, спостерігається підвищення рівня обізнаності дошкільника про причини емоцій і почуттів, способи їхнього вираження, у розширенні кола об'єктів емпатії та форм її прояву, а також у послідовній активізації всіх механізмів довільної регуляції емоцій [3]. Що стосується емоційної саморегуляції, то в цей період дитина значно розширює спектр стратегій саморегуляції, у неї з'являється дедалі більше самостійних стратегій саморегуляції, а в 5 років - складніший варіант копінг-стратегії «позитивна переоцінка» [2, с.65]. Вона також вчиться пригнічувати соціально не заохочувані емоції (заздрість, образа, презирство) і значно рідше симулювати або маскувати їх.

Становлення емоційної сфери дошкільника тісно пов'язане із взаємодією з батьками, оскільки саме у близьких дорослих дитина вчиться не виражати емоції, саме від дорослих вона отримує підкріплення тих чи інших форм її реагування на складні, фруструючі ситуації. Н. Ейзенберг, Т. Спінрад та А. Камберленд розробили модель соціалізованої поведінки емоційної сфери дитини та запропонували 4 напрямки, як батьки можуть соціалізувати емоції своїх дітей: а) реакція батьків на емоції дітей; б) обговорення емоцій із дітьми; в) вираження емоцій батьками; г) вибір чи зміна ситуацій батьками [6]. П. Коул зауважує, що батьки створюють модель позитивного реагування тоді, коли прояв високого рівня негативних емоцій, непідтримуюча поведінка викликає дизрегуляцію і жорстокість [5]. Значення реагування батьків на емоції для формування емоційної саморегуляції підкреслюється й іншими дослідниками: негативна,

непідтримуюча поведінка батьків пов'язана з дизрегуляцією емоцій дитини та емоційною реактивністю [10]. Діти, чиї батьки реагують на вираження негативних емоцій покаранням за них або їх придушенням, демонструють нижчий рівень емоційної компетентності [8]. Чуйність батьків на дистрес дітей визначає, наскільки добре діти навчаються регулювати свої негативні емоції, але це залежить від статі: вплив матерів на їхніх доньок спостерігається меншою мірою. Материнська чуйність на дистрес дитини також є предиктором позитивного та емпатійного реагування на інших. Материнська теплота пов'язана з кращим регулюванням позитивних емоцій у дітей [10]. При цьому в іншому дослідженні було показано роль соціальної підтримки позитивних та негативних емоцій дітей батьками [11].

Значна кількість досліджень зв'язку емоційної саморегуляції та дитячо-батьківських відносин була проведена в руслі теорії прихильності. Ідею залежності емоційної саморегуляції від типу прихильності дослідники обґрунтовують тим, що діти з беззаперечною прихильністю інтерналізують ефективні стратегії емоційної саморегуляції у відносинах з близьким дорослим і здатні успішно застосовувати адаптивні стратегії емоційною саморегуляцією вже поза прихильністю, коли «фігура» прихильності відсутня [11]. Таким чином, можна відзначити, що вплив батьків на формування емоційної саморегуляції багатоаспектний і при цьому ще недостатньо вивчений.

Для дослідження особливостей емоційної саморегуляції дітей дошкільного віку в контексті дитячо-батьківських відносин було використано проєктивну методика для діагностики стратегій емоційної саморегуляції дошкільників, анкету діагностики стратегій емоційної саморегуляції дошкільнят для батьків та анкету діагностики стратегій емоційної саморегуляції дошкільників для вихователів. Проєктивна методика діагностики стратегій емоційної саморегуляції для дошкільників складається з 8 зображень складних емоційних ситуацій, в яких може опинитися дитина, та 16 різних стратегій поведінки. До кожної ситуації дитина має обрати 3 стратегії. Вибрані дитиною стратегії діляться на 1) конструктивні, нейтральні, неконструктивні та 2) емоційні, інтелектуальні, поведінкові, після чого підраховується відсоток вибору різних типів стратегій з кожної групи.

Анкета вивчення стратегій емоційної саморегуляції дошкільників для батьків включала схожі емоційні ситуації (9 ситуацій) із 14 варіантами поведінки (стратегій емоційної

саморегуляції) дитини. У кожній ситуації батьки зазначає, чи характерна ця стратегія для дитини. Подібну анкету було запропоновано і вихователям. Таким чином, оцінка емоційної саморегуляції дошкільника проводилася з трьох сторін – з боку батьків, вихователів та самих дошкільнят. Використовувався опитувальник дитячо-батьківської емоційної взаємодії (ОДРЕВ) А. І. Захарової, для матерів використовувалася методика «Аналіз семейного виховання» (АСВ) Е. Г. Ейдемільера і В. В. Юстіцькіса [2]. Для статистичного аналізу використовувався кореляційний аналіз за Спірменом, аналіз середніх значень, регресійний аналіз Вибірка для вивчення стратегій емоційної саморегуляції та дитячо-батьківських відносин складала: 97 дошкільників у віці 5-7 років (56 хлопчиків, 41 дівчинка); 93 особи батьків (52 матері та 41 батько); 18 вихователів.

Результати вивчення стратегій емоційної саморегуляції дошкільників за критерієм конструктивності/неконструктивності свідчать про те, що і батьки, і вихователі, і самі дошкільники відзначають більшу кількість конструктивних стратегій емоційної саморегуляції (68% батьків та вихователів та 57% дошкільників). Нижчий результат у дошкільників може бути пов'язаний із ширшим спектром ситуацій порівняно з анкетами батьків та вихователів. Найменшу кількість неконструктивних стратегій емоційної саморегуляції у дошкільників відзначають батьки (13%), а вихователі й самі дошкільники – приблизно однакова їхня кількість (17 та 18% хлопчики й дівчатка відповідно).

Порівняльний аналіз частоти конструктивних стратегій емоційної саморегуляції дошкільників за гендерними відмінностями показав подібні тенденції щодо оцінки трьох груп: достовірно більш високий рівень конструктивних стратегій у дівчаток порівняно з хлопчиками за оцінкою батьків та вихователів ($p < 0,05$ та $p < 0,01$ відповідно) та відмінності на рівні статистичної тенденції щодо оцінки самих дошкільників ($p = 0,061$). При цьому найбільш очевидні відмінності відзначають вихователі. Неконструктивні стратегії емоційної саморегуляції значно частіше використовують хлопчики з оцінки всіх трьох груп ($p < 0,05$). Кількість нейтральних стратегій емоційної саморегуляції оцінюється як подібне у хлопчиків і дівчаток батьками та дошкільниками, проте, за оцінкою вихователів, хлопчики значно частіше, ніж дівчатка, використовують нейтральні стратегії ЕС ($p < 0,05$).

Дослідження стратегій емоційної саморегуляції дошкільників за змістовим критерієм

рієм (інтелектуальні, емоційні, поведінкові) визначили, що інтелектуальних стратегій емоційної саморегуляції відзначається найменша кількість (у порівнянні з емоційними та поведінковими) у всіх трьох групах: найменша у вихователів. Ці особливості можуть бути пов'язані з тим, що вихователі бачать дітей тільки в денний час і поза їхнім звичним домашнім оточенням. Вищий результат у дошкільників може частково пояснюватися ширшим спектром вибору стратегій на відміну від батьків та вихователів. Однак навіть при цьому кількість інтелектуальних стратегій емоційної саморегуляції залишається незначною (всього 15% за оцінкою дошкільнят).

Цікавим є результати оцінки емоційних та поведінкових стратегій емоційної саморегуляції: якщо вихователі відзначають більше емоційних типів стратегій у порівнянні з поведінковими (53% проти 47%), то батьки і самі дошкільники – більше поведінкових (батьки – 36% емоційних та 64% поведінкових, дошкільники – 42% та 54% хлопчики, дівчатка відповідно). Можливо, це пов'язано з тим, що вихователі найчастіше звертають увагу і відзначають у дітей саме емоційні стратегії емоційної саморегуляції як яскравіші та помітніші в їх поведінці у складних ситуаціях.

Порівняльний аналіз застосування інтелектуальних, емоційних і поведінкових стратегій емоційної саморегуляції дошкільників за гендерними ознаками не виявив суттєвих відмінностей у цих стратегіях у хлопчиків і дівчаток, тоді як батьки та вихователі відзначають різницю інтелектуальних і поведінкових стратегій у дівчаток, а у хлопчиків – частоту емоційних стратегій. Достовірні відмінності були виявлені тільки у частоті виборів емоційних стратегій емоційного саморегуляції дошкільників за оцінкою батьків ($p < 0,05$). Отже, дівчатка у старшому дошкільному віці характеризуються більш конструктивними і більш зрілими стратегіями емоційної саморегуляції порівняно з хлопчиками, що відповідає з існуючими даним про більш ранній розвиток дівчаток.

Конструктивні та неконструктивні стратегії емоційної саморегуляції дошкільників, за оцінкою батьків, тісно пов'язані як з особливостями виховання так і особистісними характеристиками батьків. Конструктивні та неконструктивні стратегії емоційної саморегуляції дошкільників, за оцінкою матерів, тісно пов'язані практично з усіма характеристиками емоційної взаємодії матерів та окремими характеристиками батьків. Регре-

сивний аналіз показав, що більша частота використання конструктивних стратегій емоційної саморегуляції дошкільників пов'язана з позитивним ставленням до себе як батька ($\beta = 0,298$; $p < 0,01$) та прагненням до тілесного контакту з дитиною у матерів ($\beta = 0,249$; $p < 0,05$). Підґрунтям неконструктивних стратегій є низький рівень безумовного прийняття матері ($\beta = -0,365$; $p < 0,01$); разом з тим у батьків підґрунтям конструктивних і неконструктивних стратегій є переважаючий фон настрою ($\beta = 0,462$; $p < 0,01$). Отже, з боку матерів для розвитку емоційної саморегуляції дошкільника необхідно безумовне прийняття та збереження близьких відносин, тоді як вплив батька на емоційну саморегуляцію дошкільника ефективний лише тоді, коли батько отримує задоволення від взаємодії з дитиною. Конструктивні та неконструктивні стратегії емоційної саморегуляції, за експериментальною оцінкою дошкільників, не виявили зв'язку з характеристиками емоційної взаємодії батьків. Дослідження взаємозв'язку конструктивних та неконструктивних стратегій емоційної стратегії дошкільників з особливостями дитячо-батьківської емоційної взаємодії, за оцінкою вихователів, показало, що вони негативно пов'язані лише з характеристиками взаємодії батька.

Загалом, велика частота використання дошкільниками конструктивних стратегій емоційної саморегуляції та менша – неконструктивних визначається прийняттям та близькістю з дитиною з боку матері, її материнською зрілістю та позитивним фоном емоційної взаємодії з батьком.

Розглянемо результати дослідження в контексті взаємозв'язку дитячо-батьківських відносин та стратегій емоційної саморегуляції дошкільників за змістовим критерієм (інтелектуальні/емоційні/поведінкові).

Інтелектуальні стратегії емоційної саморегуляції за оцінкою матерів, відзначаються у дошкільників за умов відсутності у вихованні матерів гіпоопіки ($p < 0,05$), низької вимогливості ($p < 0,05$) та нерозвиненості батьківських почуттів ($p < 0,05$). Оскільки всі зв'язки слабкі, то можна припустити, що більше уваги приділяється дитині, тим частіше вона використовує складні варіанти стратегій емоційної саморегуляції. Інтелектуальні стратегії, за експериментальною оцінкою дошкільників, негативно пов'язані з недостатністю заборон зі сторони матерів ($p < 0,01$). Отож, можна припустити, що в ситуації, коли дитині все дозволяється і немає необхідності поводитися відповідно до певних норм, вона не прагне виробляти складніші стратегії емо-

ційної саморегуляції. Зв'язок інтелектуальних стратегій емоційної саморегуляції з характеристиками дитячо-батьківської взаємодії, за оцінкою матерів, виявлено лише з емоційним тлом взаємодії матері з дитиною ($p < 0,01$);, позитивне тло взаємодії, коли обидва учасники отримують від нього задоволення, сприяє формуванню у дошкільнят інтелектуальних стратегій емоційної саморегуляції.

Інтелектуальні стратегії, за оцінкою вихователів, не пов'язані з характеристиками дитячо-батьківської взаємодії.

Отже, інтелектуальні стратегії емоційної саморегуляції у дошкільників частіше спостерігаються за достатньої уваги та інтересу з боку матері. Емоційні та поведінкові стратегії емоційної саморегуляції дошкільників виявилися взаємопов'язаними з характеристиками емоційної дитячо-батьківської взаємодії обох батьків. Регресійний аналіз показав, що велика частота застосування емоційних стратегій емоційної саморегуляції дошкільниками пов'язана з переважним негативним емоційним фоном взаємодії матері з дитиною ($\beta = -0,348$; $p < 0,01$) та негативним емоційним фоном взаємодії з дитиною батька ($\beta = 0,252$; $p < 0,05$) у поєднанні з невмінням впливати на стан дитини ($\beta = -0,288$; $p < 0,05$). Поведінкові стратегії продемонстрували схожі зв'язки зі зворотним знаком. Регресійний аналіз показав, що частота даних стратегій вища за наявності емоційної підтримки з боку матері ($\beta = 0,298$; $p < 0,01$) та позитивного фону взаємодії з дитиною батька ($\beta = 0,358$; $p < 0,01$), тобто формування більш зрілих поведінкових стратегій емоційної саморегуляції у дошкільників важливим, насамперед, є позитивний фон емоційної взаємодії дитини та обох батьків.

Серед стратегій емоційної саморегуляції у дошкільників за оцінкою вихователів, було виявлено зв'язок з характеристиками емоційної дитячо-батьківської взаємодії лише емоційних стратегій і лише з характеристиками матері: більша вираженість емоційних стратегій спостерігається при нижчому рівні виразності у неї прагненні до тілесного контакту з дитиною ($p < 0,05$) та надання нею емоційної підтримки ($p < 0,05$). Емоційні та поведінкові стратегії емоційної саморегуляції, за експериментальною оцінкою дошкільників, не пов'язані з характеристиками дитячо-батьківської взаємодії. Таким чином, застосування дошкільниками більш активних та ефективних поведінкових стратегій емоційної саморегуляції пов'язані з позитивним емоційним фоном взаємодії обох батьків, емоційною підтримкою з боку матері, а також з низькою

вираженістю проєкції на дитину небажаних якостей матері. Одержані нами результати узгоджуються з даними зарубіжних досліджень щодо ролі позитивного емоційного фону та емоційної підтримки [10,11].

Було також проведено порівняння взаємозв'язку стратегій емоційної саморегуляції та дитячо-батьківських відносин у хлопчиків і дівчаток. Дослідження показало, що у хлопчиків зв'язок стратегій емоційної саморегуляції з дитячо-батьківськими відносинами тісніший, ніж у дівчаток, і у хлопчиків виявляється більший зв'язок з характеристиками емоційного взаємодії батька, а й у дівчаток – матері. Таким чином, можна припустити, що формування емоційної саморегуляції у дошкільників пов'язане зі статеворольовою ідентифікацією.

В результаті дослідження визначено, що важливим аспектом у розвитку емоційної саморегуляції дошкільника є стосунки матері і батька в контексті дитячо-батьківських відносин. Серед усіх характеристик емоційної взаємодії батька та дитини ключову роль у формуванні емоційної саморегуляції відіграє позитивний фон емоційної взаємодії з дитиною, тобто демонстрація батьком позитивних емоцій призводить до більш частого використання дошкільниками більш зрілих та конструктивних стратегій емоційної саморегуляції, тоді як з боку матері значення має не лише позитивний фон емоційної взаємодії з дитиною, але й емоційна підтримка, прийняття та достатність уваги.

Висновок. В результаті дослідження стратегій емоційної саморегуляції з'ясовано, що у старшому дошкільному віці конструктивні стратегії переважають над неконструктивними. За змістом поодинокі зустрічаються складніші інтелектуальні стратегії, тоді як емоційні і поведінкові зустрічаються у майже однаково. Порівняльний аналіз частоти стратегій емоційної саморегуляції дошкільників показав, що дівчатка у старшому дошкільному віці характеризуються більш зрілими і конструктивними стратегіями емоційної саморегуляції на відміну від хлопчиків.

Аналіз взаємозв'язку частоти використання конструктивних/ неконструктивних стратегій емоційної саморегуляції та дитячо-батьківських відносин показав, що більша частота використання дошкільниками конструктивних стратегій емоційної саморегуляції та менша – неконструктивних визначається прийняттям та близькістю з дитиною з боку матері, її материнською зрілістю та позитивним фоном взаємодії з батьком. В результаті

дослідження взаємозв'язку частоти використання стратегій емоційної саморегуляції (за змістовим критерієм) та дитячо-батьківських відносин встановлено, що інтелектуальні стратегії емоційної саморегуляції спостерігаються частіше при достатній увазі, інтересу з боку матері за умови позитивного фону

взаємодії та відсутності всюдозволеності у вихованні. Використання дошкільниками більш активних та ефективних поведінкових стратегій емоційної саморегуляції пов'язане з позитивним емоційним фоном взаємодії обох батьків, емоційною підтримкою зі сторони матері.

Література:

1. Бекіньова Л. Б. Теоретичні підходи до проблеми емоційної саморегуляції особистості. URL:http://distance.dsu.dp.ua/ukr/conference/2015/osvitniy_dosvid/Bekinova.pdf (дата звернення: 25.11.2019).
2. Півень М. Структурні особливості емоційної зрілості особистості: дисерт. канд. психол. наук: 19.00.01 / Харків, 2016. 244 с.
3. Рева О.М. Формування емоційної стійкості у ранньому віці: автореф. дисерт. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Київ, 2005. 23 с.
4. Цілинко І.О. Теоретичний аналіз емоційної саморегуляції особистості. *Молодий вчений*. 2015. №8 (23). Ч.1. С. 161-164.
5. Cole P. M., Michel M. K., Teti L. O. The Development of Emotion Regulation and Dysregulation : A Clinical Perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*. 1994. Vol. 59, № 2–3. P. 73–102.
6. Eisenberg N., Spinrad T. L., Cumberland A. J. The Socialization of Emotion : Reply to Commentaries. *Psychological Inquiry*. 1998. Vol. 9. P. 317–333.
7. Gross J.J., John O.P. Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *J. Pers. and Soc. Psychol.* 2003. V. 85 (2). P. 348-362.
8. Gross J.J., Thompson R.A. Emotion regulation: Conceptual foundations / Gross J.J. (ed.). *Handbook of emotion regulation*. N.Y.: Guilford Press, 2007. P. 3-24.
9. Leahy R.L. Emotional Schema Therapy: A meta-experiential model. *Australian Psychologist*. 2016. Vol. 51 (2). P. 82-88.
10. Shewark E., Blandon A. Mothers' and Fathers' Emotion Socialization and Children's Emotion Regulation : A Within-Family Model. *Social Development*. 2014. Vol. 24, iss. 2. P. 266–284.
11. Ștefan C. A., Avram J., Miclea M. Children's Awareness Concerning Emotion Regulation Strategies: Effects of Attachment Status // *Social Development*. 2017. Vol. 26, № 4. P. 694–708

References:

1. Bekinova L.B. Teoretychni pidkhody do problemy emotsiinoi samorehuliatcii osobystosti. URL: http://distance.dsu.dp.ua/ukr/conference/2015/osvitniy_dosvid/Bekinova.pdf (data zvernennia: 25.11.2019) [in Ukrainian].
2. Piven M. (2016). Strukturni osoblyvosti emotsiinoi zrilosti osobystosti: dysert. kand. psykhol. nauk: 19.00.01 / Kharkiv. 244 s. [in Ukrainian].
3. Reva O.M. (2005). Formuvannia emotsiinoi stiikosti u rannomu vitsi: avtoref. dysert. ... kand. psykhol. nauk: 19.00.07 / Kyiv, 2005. 23 s. [in Ukrainian].
4. Tsilynko I.O. (2015). Teoretychnyi analiz emotsiinoi samorehuliatcii osobystosti. *Molodyi vchenyi*. 2015. №8 (23). Ch.1. S. 161-164. [in Ukrainian].
5. Cole P. M., Michel M. K., Teti L. O. The Development of Emotion Regulation and Dysregulation : A Clinical Perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*. 1994. Vol. 59, № 2–3. P. 73–102.
6. Eisenberg N., Spinrad T. L., Cumberland A. J. The Socialization of Emotion : Reply to Commentaries. *Psychological Inquiry*. 1998. Vol. 9. P. 317–333.
7. Gross J.J., John O.P. Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *J. Pers. and Soc. Psychol.* 2003. V. 85 (2). P. 348-362.
8. Gross J.J., Thompson R.A. Emotion regulation: Conceptual foundations / Gross J.J. (ed.). *Handbook of emotion regulation*. N.Y.: Guilford Press, 2007. P. 3-24.
9. Leahy R.L. Emotional Schema Therapy: A meta-experiential model. *Australian Psychologist*. 2016. Vol. 51 (2). P. 82-88.
10. Shewark E., Blandon A. Mothers' and Fathers' Emotion Socialization and Children's Emotion Regulation : A Within-Family Model. *Social Development*. 2014. Vol. 24, iss. 2. P. 266–284.
11. Ștefan C. A., Avram J., Miclea M. Children's Awareness Concerning Emotion Regulation Strategies: Effects of Attachment Status // *Social Development*. 2017. Vol. 26, № 4. P. 694–708