

4. Лукіянчук А.М. Мотивація професійної діяльності педагогічних працівників : методичні рекомендації : Біла Церква : БІНПО ДЗВО УМО, 2020. 46 с.

5. Яремко, Р., Гродська, В., Дзюбак, А., & Ільків, Х. Теоретичне дослідження проблеми тривожності особистості у психологічній літературі. *Молодий вчений*, 2022, 5 (105). С. 83-86.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-507-8-14>

Власова Д. А.,

*студентка I курсу магістратури за спеціальністю «Психологія»
кафедри філософії, психології та суспільних наук
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

Кузьменко А. О.,

*студентка I курсу магістратури за спеціальністю «Психологія»
кафедри філософії, психології та суспільних наук
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського
Науковий керівник: Мітіна С. В.,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології, філософії та суспільних наук
Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*

ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОЇ ЗАНЕДБАНОСТІ НА ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЛЮДИНИ

Занедбаність у дитинстві, в тому числі емоційна, має тривалий і глибокий вплив на благополуччя людини. У той час як фізична занедбаність і насильство більш очевидні, емоційна – часто залишається непоміченою. Сучасні дослідження з психології розвитку, нейробіології та епігенетичних досліджень, дають нам підстави стверджувати, що непослідовність у вихованні батьків, брак любові та підтримки можуть призвести до довготривалих проблем з психічним здоров'ям, міжособистісними стосунками та повсякденним життям, а також до зниження загального особистісного потенціалу і щастя [8].

Термін «емоційна занедбаність» означає постійну нездатність батьків визнати або відреагувати на емоційні переживання дитини. На відміну від емоційного насильства, яке включає в себе шкідливі дії, емоційна занедбаність стосується того, чого не вистачає – емоційної близькості, схвалення та зв'язку.

Незважаючи на труднощі з розпізнаванням та дослідницьким вимірюванням емоційного занедбаності, мета-аналіз глобальної поширеності подібного поведіння переконливо демонструє, що про емоційне занедбання в дитинстві самостійно повідомляє більша частка дорослого населення (близько 36%) порівняно з фізичним (близько 18%), сексуальним (8-18%) або фізичним нехтуванням (близько 16%). Діти будь-якого походження можуть зазнавати емоційного нехтування, хоча показники поширеності можуть бути вищими в певних групах. Наприклад, діти з неблагополучних сімей, діти переміщені внаслідок війни та інших кризових ситуацій, можуть зазнавати як між-, так і внутрішньосімейного емоційного нехтування [5].

Багато людей, які зазнали емоційного нехтування в дитинстві, демонструють почуття безнадійності, низьку самооцінку, знижене відчуття соціальної підтримки, низьку задоволеність життям, нейробіологічні зміни в системах реагування на стрес, а також структурний і функціональний дефіцит мозку; вони також піддаються підвищеному ризику розвитку ментальних розладів. Важливо зазначити, що емоційне насильство може мати найбільш масштабний негативний вплив на психічне здоров'я з усіх видів жорстокого поведіння в дитинстві. Існує значний зв'язок між емоційною занедбаністю в дитинстві та підвищеним рівнем тривожності, генералізованого тривожного розладу та депресії. Крім того, емоційна занедбаність негативно впливає на загальне благополуччя та сприйняття соціальної підтримки.

Важливим аспектом, який логічно впливає з попередньо викладеного матеріалу, є вплив емоційної занедбаності на формування стилів прив'язаності. Особи, які зазнали емоційного нехтування, часто розвивають небезпечні стилі прив'язаності, такі як тривожний або унікаючий. Що впливає та може призводити до труднощів у встановленні близьких стосунків, підвищеної чутливості до відмови та страху перед інтимністю [4].

Дослідження [3] демонструють, що раннє нехтування дитини пов'язане з порушеннями в нейронних та увагових системах, залучених у обробку емоційних виразів обличчя, що може впливати на точність розпізнавання емоцій. Питання про наявність чутливих або критичних періодів для сприйняття емоційних виразів залишається відкритим. Зокрема, припускається існування чутливого періоду для увагових зрушень у дітей, які зазнали нехтування, хоча конкретний часовий інтервал не було визначено. Інші дослідження вказують на те, що діти, які були розміщені в прийомні сім'ї до 2-річного віку, демонструють кращу нормалізацію нейронної активності, що може свідчити про існування чутливого періоду для розвитку цих навичок. Різні типи досвіду нехтування можуть по-різному впливати на розпізнавання

емоцій. Наприклад, відповідно до пласту наукових робіт спрямованих на дослідження особливостей психічного розвитку, діти, які виховувалися в інституційних закладах, демонструють знижену здатність ідентифікувати щасливі обличчя, тоді як діти, які жили на вулиці, краще розпізнавали злі вирази, але гірше – страх і смуток. Це може бути пов'язано з різним рівнем та типом емоційного досвіду в цих середовищах.

Також, у науковій літературі активно підіймається питання того як досвід емоційного нехтування в дитинстві впливає на динамічну функціональну зв'язність мозку у молодих дорослих. Використовуючи функціональну магнітно-резонансну томографію, вони виявили, що особи з таким досвідом демонструють змінену динамічну зв'язність між областями мозку, відповідальними за емоційну обробку та когнітивний контроль. Зокрема, спостерігалася підвищена зв'язність між мигдалеподібним тілом та префронтальною корою, що може свідчити про труднощі в регуляції емоцій та підвищену вразливість до стресу в дорослому віці [7].

Крім психічних наслідків, емоційна занедбаність у дитинстві може впливати на фізичне здоров'я. Дослідження вказують на підвищений ризик розвитку автоімунних захворювань у дорослому віці серед осіб, які зазнали емоційного нехтування. Зокрема, було встановлено зв'язок між емоційною занедбаністю та підвищеною поширеністю таких захворювань, як ревматоїдний артрит та системний червоний вовчак [1]. Приблизно чверть цього зв'язку опосередкована через депресію, тривожність та посттравматичний стресовий розлад.

На відміну від літератури про інтерналізацію дистресу, зв'язок між занедбаністю та екстерналізацією поведінки, зокрема вживанням психоактивних речовин, є менш чітким. Деякі дослідження показують, що занедбаність сприяє збільшенню вживання наркотиків та алкоголю в різних вікових групах та вибірках. Водночас інші дослідження не змогли підтвердити ці зв'язки, зазначивши, що, хоча фізичне та сексуальне насильство прогнозує вживання алкоголю та заборонених речовин, патерни емоційної занедбаності не мають суттєвого зв'язку з проблемним вживанням психоактивних речовин серед підлітків та дорослих [6].

Отже, підсумовуючи вищенаведене, можна зазначити, що вплив емоційної занедбаності на благополуччя людини, проявляється у довготривалих наслідках для психологічного, емоційного та соціального стану особистості. Люди, які зазнали емоційного нехтування в дитинстві, частіше стикаються з проблемами у питаннях емоційної регуляції, підвищеного рівня стресу, тривожності та депресії. Крім того, дослідження показують, що емоційна занедбаність впливає на розвиток мозку, зокрема на функціональну зв'язність між ключовими областями,

що відповідають за емоційну обробку та самоконтроль, що може призводити до труднощів у соціальній адаптації, зниження рівня довіри до оточення та підвищеного ризику розвитку ментальних розладів.

Список використаних джерел:

1. Adverse childhood experiences, mental distress, and autoimmune disease in adult women: findings from two large cohort studies / O. Köhler-Forsberg та ін. *Psychological medicine*. 2025. Т. 55. URL: <https://doi.org/10.1017/s0033291724003544>
2. Childhood maltreatment and its mental health consequences among Indian adolescents with a history of child work / R. Pandey та ін. *Australian & new zealand journal of psychiatry*. 2020. Т. 54, № 5. С. 496–508. URL: <https://doi.org/10.1177/0004867420909524>
3. Effects of early neglect experience on recognition and processing of facial expressions: a systematic review. *Brain sciences*. 2018. Т. 8, № 1. С. 10. URL: <https://doi.org/10.3390/brainsci8010010>
4. Erozkhan A. The link between types of attachment and childhood trauma. *Universal journal of educational research*. 2016. Т. 4, № 5. С. 1071–1079. URL: <https://doi.org/10.13189/ujer.2016.040517>
5. Kumari V. Emotional abuse and neglect: time to focus on prevention and mental health consequences. *The british journal of psychiatry*. 2020. Т. 217, № 5. С. 597–599. URL: <https://doi.org/10.1192/bjp.2020.154>
6. The distal consequences of physical and emotional neglect in emerging adults: a person-centered, multi-wave, longitudinal study / J. R. Cohen та ін. *Child abuse & neglect*. 2017. Т. 63. С. 151–161. URL: <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2016.11.030>
7. The influence of childhood emotional neglect experience on brain dynamic functional connectivity in young adults / X. Jin та ін. *European journal of psychotraumatology*. 2023. Т. 14, № 2. URL: <https://doi.org/10.1080/20008066.2023.2258723>
8. Winston R., Chicot R. The importance of early bonding on the long-term mental health and resilience of children. *London journal of primary care*. 2016. Т. 8, № 1. С. 12–14. URL: <https://doi.org/10.1080/17571472.2015.1133012>