



SECTION: PEDAGOGICAL SCIENCES.

SEKCJA: NAUKI PEDAGOGICZNE.

How to cite: Knyazev, V. (2024). Strategies to Overcome Emotional Regulation Challenges in Parents of Children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *Horizons of Innovation: Conference on Multidisciplinary Trends in Science 2024*. (pp. 377-379). Futurity Research Publishing. <https://futurity-publishing.com/horizons-of-innovation-conference-on-multidisciplinary-trends-in-science-2024-2/>

Strategies to Overcome Emotional Regulation Challenges in Parents of Children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder

Князєв Владислав Михайлович

*аспірант кафедри психології факультету психології Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова, м. Київ, Україна*

Accepted: February 23, 2024 | **Published:** February 28, 2024 | **Language:** Ukrainian

Abstract: This paper describes specific characteristics of the relationship between the level and strategies of emotional regulation among parents raising children with ADHD. The results of the research of possible variants of social regulation strategies are provided, as well as the abilities of pre-emotional regulation among parents in the context of their relationship with the features of ADHD manifestations in childhood. Conclusions are provided regarding what should be paid attention to in the context of counseling parents who have difficulties with emotional regulation and interaction with the child. Specifics of more effective emotional regulation strategies for parents of children with ADHD are indicated.

Keywords: ADHD, hyperactivity, impulsivity, attention deficit, family counseling, inclusion.

Вступ

Протягом останнім десятиріч фіксується збільшення кількості дітей з різноманітними неврологічними розладами. Одних з найбільш розповсюджених серед них є розлад дефіциту уваги та гіперактивності (РДУГ). Поширеність РДУГ становить 2–5% для дітей дошкільного та шкільного віку (Feng et al., 2020). Специфікою неврологічних розладів, що є притаманними для дитячого віку, є їх вплив не тільки на безпосередню динаміку когнітивного розвитку дитини, але й вплив на її безпосереднє соціальне оточення, що може значно знижувати рівень якості життя усієї родини та у подальшому виступати, як ще один чинник порушень динаміки розвитку. Таким чином постає необхідність у розробці та апробації методів консультування батьків дітей пари організації загальної системи засобів психологічного супроводу дитини.

Метою дослідження є аналіз специфіки методів консультування батьків, що виховують дітей з РДУГ, в контексті розробки загальної системи психологічного супроводу.

Результати дослідження

Регулювання емоцій є одним з найбільш складних завдань у відносинах між батьками та дітьми, і тим більше у випадку дітей із РДУГ. Гроса і Томпсон, визначили регуляцію емоцій як сукупність процесів, за допомогою яких люди впливають на те, які емоції вони відчувають, коли вони їх відчувають, а також на те, як вони відчувають і виражають ці емоції» (Gross, Thompson, 2007, p. 275). Вони також описали дві важливі та широко досліджені стратегії регулювання емоцій: переоцінку (наприклад, переосмислення ситуації з метою зменшення негативних емоцій) та придушення (наприклад, приховування негативних емоцій). У свою чергу зазначається, що рівень емоційної регуляції та ті стратегії, які забезпечують його у батьків, є чинником, що може значною мірою впливати на особливий розвитку дитини, її емоційний стан та поведінку. У дослідженні, що проводилося Герші та Грей, було виявлено, що регулювання батьківських емоцій має значне і навіть вирішальне значення для зниження переважної батьківської поведінки. значний вплив на ризик конфлікту між батьками та дітьми, а регулювання батьківських емоцій мало значний негативний зв'язок із ризиком насильства та конфліктів між батьками та дітьми (Christina et al., 2017). Результати дослідження Шенаар-Голан із колегами, вказують на зв'язок між стратегіями переоцінки батьків та придушенням емоційної поведінки залежно від батьківського досвіду та наголосіть на важливості вирішення конкретних питань регулювання емоцій батьків у програмах батьківського втручання (Shenaar-Golan et al., 2017).

Також необхідно вказати на зв'язок між рівнем емоційної регуляції у батьків та особливостями стратегій виховання дітей з РДУГ, ступенем їх емоційного прийняття. Так було виявлено, що сприйняття дітьми батьківського неприйняття, що може бути пов'язано із використанням стратегій дистанціювання, відсутність ефективних стратегій саморегуляції у батьків, є вагомим чинником збереження симптоматики РДУГ (Brinksmas et al., 2023). Цікавими також є дослідження наявності проявів РДУГ у батьків та їх впливу на особливості взаємодії між батьками та дітьми. Зокрема було виявлено зв'язок між наявністю проявів РДУГ у батьків та посиленням відповідної проблематики у дітей (Mazursky-Horowitz et al., 2018). Зважаючи на те, що РДУГ асоціюється, перш за все, з проблемами саморегуляції, які включають в себе також і проблеми регуляції афекту та складнощі із формуванням позитивних стратегій самостабілізації, також можна зазначити саме на вплив цих показників на інтенсивність проявів РДУГ у дитячому віці.

Гроса та Томпсон зазначають, що стратегії, орієнтовані на антецеденти, є такими, що застосовуються до того, як емоційна реакція на подразник сформується та проявить себе повною мірою. Вони включають в себе звернення за допомогою, вирішення проблем та переоцінку.

Отже, можна стверджувати, що дана стратегія є в значній мірі раціоналізованою, оскільки вона заснована на високому рівні саморегуляції та прогнозуванні поведінки. Стратегії, орієнтовані на реакцію, на відміну від попередніх, ініціюються вже після того, як емоційна реакція на подразник повністю сформується і включають пригнічення, дистанціювання та капітуляцію, для зниження рівню емоційного напруження. При цьому відмічається, що довгострокове та часте використання стратегій переоцінки призводить до посилення контролю над емоціями, міжособистісного функціонування, а також до психологічного та фізичного благополуччя (Gross and John, 2003).

Вона контрастує із стратегіями, заснованими на імпульсивній реакції, які активізуються після повного формування емоційної відповіді на подразник і охоплюють методи, такі як придушення, емоційне відсторонення та уникнення, з метою зниження емоційної напруги. Водночас, за даними Gross і John (2003), регулярне застосування стратегій переоцінки сприяє покращенню контролю над емоціями, міжособистісним взаємодіям, а також забезпечує психологічне та фізичне благополуччя.

Висновки

Відтак, процес розробки навичок регуляції емоцій у батьків дітей з розладами уваги та гіперактивності має охоплювати детальний аналіз існуючих стратегій емоційної регуляції, які втілюються в практиці, а також оцінку їхньої ефективності в контексті різноманітних обставин. Це передбачає ідентифікацію, розвиток та адаптацію тактик із вищим рівнем ефективності. Особлива увага має бути приділена стратегіям переоцінки, оскільки вони демонструють збільшену ефективність у довготривалій перспективі. У майбутніх наукових дослідженнях актуальним є розробка та експериментальна перевірка алгоритму для аналізу та модифікації стратегій емоційної регуляції серед батьків дітей з розладами уваги та гіперактивності.

Література

- Brinksma, D. M., Hoekstra, P. J., De Bildt, A., Buitelaar, J. K., Van Den Hoofdakker, B. J., Hartman, C. A., & Dietrich, A. (2023). Parental rejection in early adolescence predicts a persistent ADHD symptom trajectory across adolescence. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 32(1), 139–153.
- Christina, M., Levi, R., Doris, B. F., & Meagan, C. (2017). Predicting parent-child aggression risk in mothers and fathers: Role of emotion regulation and frustration tolerance. *Journal of Child and Family Studies*, 26(11), 2529–2538.
- Feng, M., Zhai, M., Xu, J., et al. (2022). Kindergarten-based screening for ADHD in preschool children. *Journal of Nanjing Medical University: Natural Sciences Edition*, 42, 569–571. <https://doi.org/10.7655/NYDXBNS20220418>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–24). The Guilford Press.
- Mazursky-Horowitz, H., Thomas, S. R., Woods, K. E., Chrabaszcz, J. S., Deater-Deckard, K., & Chronis-Tuscano, A. (2018). Maternal executive functioning and scaffolding in families of children with and without parent-reported ADHD. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 46(3), 463–475.
- Shenaar-Golan, V., Wald, N., & Yatzkar, U. (2017). Patterns of emotion regulation and emotion-related behaviors among parents of children with and without ADHD. *Psychiatry Research*, 258, 494–500.