

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА

ПЕТРЕНКО ГАННА ОЛЕКСАНДРІВНА

Допускається до захисту:

т.в.о. завідувача кафедри кризової
та клінічної психології,

канд. психол. н., доцент

_____ Катерина ВАСЮК

« _____ » _____ 2025

**ВПЛИВ МОТИВУ ВИБОРУ ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА НА ПОДРУЖНІ
ВЗАЄМИНИ**

Спеціальність 053 Психологія

Освітня програма Реабілітаційна психологія в надзвичайних ситуаціях

Кваліфікаційна (магістерська) робота

Науковий керівник:

Вікторія ОВЕРЧУК

д-р.ekon.н, к.психол.н., професор

професор кафедри кризової та клінічної психології

Оцінка: _____ / _____ / _____
(бали за шкалою ECTS/за національною шкалою)

Голова ЕК: _____
(підпис)

Вінниця – 2025

АНОТАЦІЯ

Петренко Г.О. Вплив мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини. Спеціальність 053 Психологія. Освітня програма «Реабілітаційна психологія в надзвичайних ситуаціях». Донецький національний університет імені Василя Стуса, Вінниця, 2025.

Робота присвячена вивченню впливу мотивів вибору шлюбного партнера на якість і стабільність подружніх взаємин. У дослідженні проаналізовано сучасні психологічні теорії, що пояснюють механізми шлюбного вибору, зокрема психоаналітичний, гендерний, соціокультурний та підхід сімейних сценаріїв. Проведене емпіричне дослідження з використанням опитувальників, анкет і методів математичної статистики охопило 70 респондентів різного віку. Результати виявили тісний зв'язок між характером мотивації шлюбного вибору та якістю подружньої взаємодії, емоційною близькістю, довірою й задоволеністю стосунками.

Практичне значення роботи полягає у створенні програми психологічної корекції, яка може бути застосована у консультиванні подружніх пар. Отримані дані мають прикладну цінність

Ключові слова: шлюбний вибір, подружні взаємини, мотиви вибору партнера, психологія сім'ї, емоційна близькість, мотивація, конфлікти у шлюбі, самореалізація, сімейні цінності.

97 с., 11 табл., 7 рис., 4 дод., 66 джерел

Petrenko G.O. The influence of the motive for choosing a marriage partner on marital relations. Specialty 053 Psychology. Educational program "Rehabilitation Psychology in Emergency Situations." Vasyl Stus Donetsk National University, Vinnytsia, 2025.

The work is devoted to studying the influence of motives for choosing a marriage partner on the quality and stability of marital relations. The study analyzes contemporary psychological theories that explain the mechanisms of marital choice, in particular psychoanalytic, gender, sociocultural, and family scenario approaches. The empirical study, conducted using questionnaires, surveys, and mathematical statistics methods, covered 70 respondents of different ages. The results revealed a close connection between the nature of the motivation for marital choice and the quality of marital interaction, emotional closeness, trust, and relationship satisfaction.

The practical significance of the work lies in the creation of a psychological correction program that can be used in counseling married couples. The data obtained have applied value

Key words: marital choice, marital relations, motives for choosing a partner, family psychology, emotional intimacy, self-realization, family values.

97 p., 11 tables, 7 figures, 4 appendices, 66 sources

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВПЛИВУ МОТИВУ ВИБОРУ ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА НА ПОДРУЖНІ ВЗАЄМИНИ	3
1.1 . Поняття «вибору» в психологічній теорії і практиці	9
1.2. Психологічні особливості вибору шлюбного партнера.....	12
1.3. Взаємозв'язок мотиву вибору шлюбного партнера і подружніх взаємин.....	20
Висновки до першого розділу	25
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ МОТИВУ ВИБОРУ ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА НА ПОДРУЖНІ ВЗАЄМИНИ	27
2.1. Обґрунтування методів та методик дослідження мотивації вступу в шлюб та подружніх взаємин.....	27
2.2. Дослідження мотиву вибору шлюбного партнера та подружніх взаємин.....	37
2.3. Кореляційний аналіз впливу мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини.....	49
Висновки до другого розділу.....	53
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ОПТИМІЗАЦІЇ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ	56
3.1. Обґрунтування корекційної програми «Партнерство з розумінням: як будувати щасливі стосунки».....	56
3.2. Ефективність корекційної програми та результати проведеного дослідження	59
Висновки до третього розділу.....	65
ВИСНОВКИ	67
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	71
ДОДАТКИ	78

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. У сучасному суспільстві, яке переживає глибокі соціокультурні трансформації, проблема вибору шлюбного партнера набуває особливого значення. Зміна традиційних уявлень про сім'ю, переосмислення гендерних ролей, зростання рівня особистісної автономії та орієнтації на самореалізацію зумовлюють необхідність нового наукового осмислення психологічних чинників, що впливають на створення та стабільність подружніх взаємин.

Останні десятиліття характеризуються зростанням кількості розлучень, зниженням тривалості шлюбів і підвищенням емоційної напруги у стосунках між подружжям. Це свідчить про недостатню зрілість мотиваційних основ шлюбного вибору, коли рішення про створення сім'ї приймається під впливом зовнішніх або ситуативних чинників — соціального тиску, прагнення стабільності, страху самотності чи матеріальної вигоди. Саме тому дослідження мотивів вибору шлюбного партнера стає не лише теоретично значущим, а й практично необхідним для гармонізації сімейних відносин.

Від того, які мотиви лежать в основі шлюбного вибору - усвідомлені, зрілі чи, навпаки, поверхові й компенсаторні, - належить подальший характер подружньої взаємодії, рівень емоційної близькості, довіри, задоволеності шлюбом і стабільність сімейного союзу. Мотиви вибору партнера відображають глибинні потреби особистості, її цінності, життєві орієнтири та попередній досвід міжособистісних стосунків, що робить їх важливим прогностичним чинником подружньої гармонії.

Особливої актуальності це питання набуває в умовах сучасної України, де суспільні зміни, воєнні виклики та криза сімейних цінностей впливають на трансформацію уявлень про шлюб і стосунки. У цих умовах важливо розуміти, які саме мотиви стають визначальними для молоді у виборі партнера, як вони

впливають на якість подружніх стосунків і які психологічні ресурси можуть забезпечити стабільність сім'ї.

Таким чином, дослідження впливу мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини є своєчасним і соціально значущим, оскільки воно спрямоване на глибше розуміння психологічних основ створення гармонійного шлюбу, формування відповідального ставлення до сімейного життя та розробку ефективних напрямів психологічного консультування і профілактики подружніх конфліктів.

Об'єкт дослідження – подружні взаємини шлюбних партнерів.

Предмет дослідження – вплив мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини.

Мета дослідження полягає в теоретико-методологічному обґрунтуванні й емпіричному вивченні впливу мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини.

Реалізація поставленої мети передбачала виконання таких **завдань**:

1. Визначення подружніх стосунків під час війни, з'ясування особливостей впливу мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини.
2. Розробка програми емпіричного дослідження впливу мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини.
3. Дослідити вплив мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини.
4. Розробити програму психологічної корекції щодо оптимізації подружніх стосунків в сім'ї.

Для досягнення поставленої мети та вирішення завдань використано такі методи: *теоретичні методи*: здійснено аналіз наукових джерел, що стосуються проблематики дослідження, для визначення сутності ключових понять;

застосовано теоретичне моделювання та систематизація для розробки концептуальних засад дослідження;

емпіричні: спостереження, бесіда, анкетування (авторська анкета дослідження мотиву вступу в шлюб, анкета з аналізу подружніх потреб У. Харлі), опитувальники та тести (Опитувальник «Реакції чоловіка й жінки на конфлікт» А. С. Кочаряна, «Опитувальник форм агресивного реагування» Басса-Даркі, «Рольові очікування й домагання у шлюбі (РОД)» О.Волкова, Г.Трапезникова, комунікативна толерантність подружніх пар за методикою В.В.Бойко, тест-опитувальник «Задоволеність шлюбом» В.Столін, Т.Романова, Г.Бутенко), тренінгова корекційна робота, методи математичної статистики, кореляційний аналіз. Обробка даних проводилась з використанням комп'ютерної програми SPSS-17.

Експериментальна база дослідження: дослідно-експериментальною роботою було охоплено 70 респондентів, тобто 35 чоловіків і 35 жінок віком від 21 до 54 років, що проживають у м. Вінниці та Вінницькій області.

Теоретико-методологічна основа цього дослідження ґрунтується на інтеграції сучасних психологічних концепцій, які пояснюють механізми вибору шлюбного партнера та формування подружніх взаємин. Для побудови теоретичного підґрунтя було використано низку підходів: психоаналітичний, соціально-психологічний, когнітивно-поведінковий, гендерний, соціокультурний та теорію сімейних сценаріїв. Психоаналітичний напрям (З. Фрейд, К. Юнг) акцентує увагу на ролі несвідомих мотивів і внутрішніх архетипів, зокрема «аніми» та «анімуса», які формуються внаслідок дитячо-батьківських стосунків і визначають глибинні емоційні уявлення людини про ідеального партнера. Цей підхід дозволяє пояснити несвідоме відтворення ранніх моделей прихильності у дорослих романтичних стосунках.

Гендерні теорії розкривають психологічні відмінності між чоловіками та жінками у шлюбному виборі. Згідно з ними, жінки частіше орієнтуються на емоційну близькість, підтримку та інтуїтивне відчуття безпеки, тоді як чоловіки — на раціональні критерії, соціальний статус і життєві цілі. Подібні відмінності є наслідком соціалізації, сімейного виховання та культурних стереотипів.

Теорії сімейних сценаріїв (С. Кратохвіл, Л. Термен, В. Томан) підкреслюють, що вибір партнера значною мірою зумовлений засвоєними у дитинстві моделями взаємин у батьківській сім'ї. Дослідники вказують, що люди несвідомо відтворюють знайомі типи емоційної взаємодії — як позитивні, так і проблемні. У разі негативного сімейного досвіду може формуватися так званий «антисценарій» — прагнення уникнути подібних помилок у власному шлюбі. Отже, поєднання зазначених підходів забезпечує комплексне бачення проблеми вибору шлюбного партнера: від внутрішньо-психологічних механізмів і несвідомих мотивів до впливу соціальних норм, культурних стереотипів і сімейного досвіду. Такий інтегрований підхід створює методологічну основу для всебічного аналізу мотиваційних і психологічних чинників, що визначають гармонійність і стабільність подружніх взаємин.

Практичне значення проведеного дослідження полягає в можливості широкого використання його результатів у професійній діяльності психологів, які працюють із подружніми парами. На основі отриманих даних була створена програма «Партнерство з розумінням: як будувати щасливі стосунки», яку можна ефективно застосовувати у практиці консультивання, психокорекції та психотерапії. Запропоновані підходи можуть бути корисними для фахівців психологічних служб під час надання допомоги сім'ям, а також у процесі психологічної підготовки молоді до шлюбного життя.

Результати дослідження мають прикладну цінність і можуть бути використані для розроблення психокорекційних і тренінгових програм, спрямованих на підвищення усвідомленості у сфері подружніх взаємин, формування навичок конструктивного спілкування та подолання сімейних труднощів. Крім того, отримані матеріали доцільно застосовувати у навчальному процесі під час викладання дисциплін психологічного спрямування, зокрема: *«Психологія сім'ї»*, *«Соціальна психологія»*, *«Організація діяльності практичного психолога»*, *«Психологічний супровід сім'ї»*, *«Гендерна психологія»* та *«Сімейне консультування»* у закладах вищої та післядипломної освіти.

Апробація результатів дослідження здійснювалась шляхом публікацій основних положень кваліфікаційної роботи у вигляді друкованих тез: Петренко Г. Теоретичний аналіз впливу мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини у психологічній науці. Збірник матеріалів V Міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні проблеми реалізації адаптаційного потенціалу особистості в сучасних умовах життєдіяльності», 13-14 листопада 2025 р.; Петренко г. Дослідження впливу мотиву вибору шлюбного партнера на подружні відносини. Збірник «Травмоване дитинство: психологічні проблеми особистісного та соціального становлення дітей та молоді в умовах війни та поствоєнного періоду», 27-28 листопада 2025 р.

Структура кваліфікаційної роботи охоплює вступ, три розділи з висновками до кожного, загальний висновок, список використаних джерел (72 найменування) та додатки. Загальний обсяг магістерської роботи становить 89 сторінок, із яких основний зміст представлений на 81 сторінці. Робота містить 12 рисунків, що ілюструють ключові результати та аналітичні положення дослідження.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВПЛИВУ МОТИВУ ВИБОРУ ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА НА ПОДРУЖНІ ВЗАЄМИНИ

1.1. Поняття «вибору» у психологічній науці та практиці

Оцінка праць відомих закордонних (Дж. М. Б'юкенен, Н. І. Кабушкін, Д. Канеман, Ю. Козелецький, Н. І. Козлов, Т. В. Корнілова, Дж. Лерер, Р. І. Мокшанцев, Р. М. Нурев, С. Плаус, П. Словік, А. Тверські, М. А. Чумакова, Б. Шварц та ін.) і вітчизняних (Г. О. Балл, Л. В. Діденко та ін.) науковців засвідчує, що психологічна сутність поняття «звершення вибору» обговорюється в багатьох доктринах. Проте доволі часто чітке формулювання цього поняття бракує, що обтяжує дискусії та розв'язання практичних і наукових завдань. Згідно з доктриною суспільного вибору Дж. М. Б'юкенена, суспільний вибір полягає у перетворенні індивідуальних уподобань на загальновизнані соціальні. Підґрунтям цієї доктрини є засада раціональної економічної поведінки, що використовується в усьому, включно з обранням шлюбного супутника [21].

К. Ерроу зіставляє процес творення вибору з ринковою операцією, де результативність обміну залежить від співпраці та принципу взаємності. Подружня взаємодія також збудована на співпраці та взаємному обміні енергією, вкладеною у взаємини [57; 58]. Якщо поглянути на вибір партнера крізь призму суспільного вибору, вступ до шлюбу є свідомим рішенням, яке стимулює розподіл функцій: чоловік гарантує матеріальний достаток, а жінка виконує побутові обов'язки та виховує дітей. Обидві сторони підраховують взаємну користь у цьому процесі.

Дж. Лерер підкреслює, що довгі роздуми над рішеннями рідко гарантують результати, а надмірна інформація не в стані збільшити точність вибору. Оптимальний вибір приходить, коли поєднуємо розум з інстинктом; поспішні рішення під впливом емоцій часто спричиняють помилки, пов'язані з змішаними

почуттями та логічним міркуванням. Ідеї запропоновані П. Словіком та А. Тверськи показує, як приймати рішення, коли результати не передбачувані, пов'язані з невпевненістю, де результати дій залишаються непередбаченими заздалегідь [64, с.617].

Вибір подружнього партнера включає в себе вроджену двозначність; рішення, зроблені сьогодні, мають наслідки, які з бігом часу стають очевидними. Коли люди розмірковують, то часто вибирають різні варіанти, на які впливають різні дані; однак коли вони стикаються з нещасливою ситуацією в подружжі, то мають більше значення, ніж коли не задумуються над іншими можливостями [6].

Між чоловіком та жінкою, що приймають рішення, існує різниця між гендерами; жінки зазвичай ставлять на перше місце емоційні реакції та інтуїтивні висновки щодо логічного аналізу, тоді як чоловіки часто базуються на поміркованості, практичній підзвітності та підзвітності дій. Часто жінки виявляють емоційну прив'язаність до стосунків, тоді як чоловіки зосереджуються на виконанні обов'язків та відповідному бажанні партнера.

У процесі вибору партнера особа стикається із фрустрацією через потребу знайти рівновагу між бажанням бути у парі, оцінкою можливих варіантів, набутим досвідом попередніх стосунків та страхом лишитися самотньою. У цьому процесі значуще брати до уваги як розсудливі аргументи, так і чуттєвий аспект обрання. Це формує підґрунтя для подальшого теоретичного аналізу психологічних чинників вибору супутніку життя.

В Україні питання вибору як психологічного феномену досліджувалося низкою науковців у різних площинах: ухвалення рішень, життєвих шляхів, фахової спрямованості та становлення особистості. Зокрема, Віталій Роменець розглядав вибір крізь призму творчості та етичного самовизначення, підкреслюючи волю особистості реалізовувати себе у світі. Іван Бех вивчав значення моральних та ціннісних орієнтирів, наголошуючи на вазі

відповідальності у прийнятті рішень. Т. Титаренко досліджувала вибір у скрутних життєвих обставинах, висвітлюючи стратегії пристосування до викликів. О. Головаха та Н. Паніна фокусувалися на впливі суспільних трансформацій на життєві обрії та ціннісні орієнтації індивіда. Л. Лобанова приділяла увагу професійному вибору, досліджуючи вплив соціального оточення на самовизначення, а С. Максименко аналізував психологічні механізми вибору у контексті цінностей особистості [26].

Головними напрямками наукових пошуків були моральний вибір (етичні дилеми та вплив переконань), фахове самовизначення (особливості добирання гатунку праці), кризовий вибір (пристосування до скрутних життєвих обставин) та соціокультурні аспекти (вплив суспільних трансформацій на формування рішень). Практична цінність цих розробок зачіпає освітню галузь, психотерапію та суспільну політику. Зокрема, створені програми допомагають професійній візії, формуванню життєвих умінь та психологічній підтримці у важких моментах.

Отже, оцінка досліджень зарубіжних і вітчизняних науковців свідчить про багатогранність поняття «вибору» у психології. Попри відсутність єдиного визначення, більшість авторів сходяться на тому, що вибір — це складний процес, де поєднуються раціональні, емоційні, інтуїтивні та соціальні чинники. У шлюбному контексті це особливо важливо, адже рішення про партнера впливає на якість подружніх стосунків. Зарубіжні дослідники підкреслюють роль раціональності, взаємної вигоди й впливу невизначеності. Українські вчені акцентують на моральній відповідальності, самовизначенні та впливі соціокультурного контексту. Відтак вибір партнера — це не лише наслідок почуттів, а й відображення особистісної зрілості та адаптації до життєвих обставин.

1.2. Психологічні особливості вибору шлюбного партнера

Вчені застосовують різні методи, щоб спостерігати за тим, що спонукає людей обирати собі супутника, зокрема, як вони емоційно реагують, чого прагнуть, як міркують і що відбувається довкола. Наявні концепції поділяються на кілька головних блоків: теорії, що пов'язують вибір із дитячим досвідом, засади мислення; ідеї, які розглядають вибір крок за кроком чи через певні фільтри, та теорії комплексного визначення. Ці погляди демонструють, що батьки мають значний вплив на те, з ким одружуються діти, і стимулюють науковців проводити подальші розробки у цій сфері. Фройд добре знайомий із цією думкою, і вона стверджує, що вибір партнера — це те, як відбудовується розвиток дітей, коли вони переживають перші потяги, здебільшого до своїх батьків. Фройд стверджував, що чоловіки бажають жінок, подібних до своїх матерів, а жінки прагнуть мати чоловіків, які наслідують приклад їхніх батьків [51; 52].

К. Г. Юнг також акцентує увагу на важливості підсвідомих чинників у виборі партнера. Він запроваджує термін архетипних образів «аніма» та «аніmus» — неусвідомлених уявлень про ідеального партнера. У чоловіків «аніма» формується як образ жінки, що асоціюється з матір'ю, і задовольняє потреби глибинного «Я». Якщо обрана жінка не відповідає цим установам, виникає внутрішній розлад, оскільки позитивні почуття нівелюються негативними підсвідомими відгуками. У жінок подібний архетип зветься «аніmus» і окреслює подобу чоловіка. Юнг підкреслює, що свідомі та несвідомі складові взаємодіють у процесі вибору, причому сильна прив'язаність до батьків може як сприяти знаходженню партнера, так і унеможливити його, ускладнюючи свідоме ухвалення рішення [48, с. 56].

К. Г. Юнг підкреслював, що природна схильність людини до вибору партнера з метою продовження роду має інстинктивне підґрунтя. Водночас він зазначав, що справді зрілі та гармонійні подружні стосунки найчастіше

формуються у зрілому віці, коли особистість досягає внутрішнього балансу між свідомими й несвідомими аспектами психіки [48, с. 86].

А. Адлер, у свою чергу, вважав, що ставлення людини до любові й шлюбу закладається ще в дитинстві. Ці ранні установки проявляються особливо яскраво під час вибору майбутнього партнера. Наприклад, чоловік, який переживає почуття неповноцінності, зазвичай шукає жінку, що забезпечить йому підтримку та турботу, подібну до материнської [48, с.39].

Погляди представників фройдистської та постфройдистських шкіл свідчать, що партнер обирається несвідомо — за образом одного з батьків. У концепції Юнга це відображено через архетипи «аніми» й «анімуса», які формуються в дитячо-батьківських стосунках. Адлерівська теорія акцентує, що людина тяжіє до того партнера, який відповідає її внутрішнім комплексам, сформованим у ранньому досвіді [55].

С. Кратохвіл запропонував концепцію дублювання батьківських ролей, згідно з якою у власній сім'ї людина несвідомо відтворює модель взаємин, засвоєну в дитинстві. Важливим чинником при цьому є тип взаємодії між батьками, зокрема ступінь домінування одного з них [57]. Такий підхід близький до фройдистської традиції, однак основний акцент у ньому зроблено саме на повторенні батьківської моделі. Л. Термен у своїх дослідженнях довів, що гармонійні взаємини в родині дитинства сприяють формуванню позитивних уявлень про сім'ю. Емоційна врівноваженість, теплі стосунки з батьками та відкритість у розмовах про почуття є підґрунтям для створення здорових подружніх стосунків у майбутньому [21].

В. Томан доповнив ці уявлення, наголошуючи на тому, що досвід взаємин між братами й сестрами також впливає на вибір майбутнього партнера [16]. Його концепція виходить із припущення, що в дорослому житті людина часто прагне відтворити знайомі з дитинства моделі спілкування. Дослідження Е. Берна та Н.

Пезешкіана підкреслюють роль батьківських життєвих сценаріїв, які визначають ключові параметри подружнього життя — час укладання шлюбу, кількість дітей, стиль взаємин тощо [12; 17; 51].

Е. Г. Ейдемільер і В. В. Юстицкіс звертають увагу, що більшість сценаріїв поведінки у шлюбі формується під впливом батьківського прикладу. Якщо ж дитина зростала в умовах конфліктних або холодних стосунків, вона нерідко формує так званий «антисценарій» — прагнення уникнути повторення неблагополучної моделі сім'ї. Це може позначатися на способі знайомства з партнером, тривалості шлюбу або навіть віці вступу в нього. За результатами досліджень О. С. Прилепських, позитивне ставлення до батька часто зумовлює вибір партнера, подібного до нього, тоді як негативне — сприяє несвідомому відторгненню схожих рис і навіть сумніву у цінності шлюбу як такого [23; 24; 26].

М. І. Пірен наголошує на важливості характерологічних рис у становленні конфліктів у молодій родині. Суттєвими важелями формування сім'ї є трансляція (скопіювання батьківської моделі) і компенсація (доповнення або виправка хиб попереднього досвіду). Ці важелі впливають на підбір супутника життя та тактики розбудови родинних взаємин [11]. Подібно, В. Д. Менделевич гадає, що зразки родинної поведінки закладаються ще у дитинстві, спираючись на припущення і настанови, передані батьками [29; 48].

К. Вітек у власних дослідженнях довів, що розлучення батьків суттєво збільшує загрозу розлучення у їхніх нащадків. Виховання у неповній сім'ї теж впливає на формування поглядів про шлюб і партнерські зв'язки. Ймовірність розірвання шлюбу дітей, чиї батьки не розлучалися, складає лише 5% [34]. Таким чином, батьківська оселя виконує значущу функцію у формуванні майбутніх сімейних стосунків та визначенні супутника.

Згідно зі сценарієм соціалізації, окресленим В. Н. Дружиніним, вибір подружжя складається з декількох шаблів. Спершу діти переймають зразок

стосунків із батьківської оселі, спостерігаючи за взаємодією батьків. Далі вони відтворюють ці зразки у своїх зв'язках із сиблінгами, виконуючи різні функції. Насамкінець, на підставі оцінки тих зразків та їхньої подібності до бажаних, молоді особи обирають супутника та будують власні родинні стосунки, повторюючи структуру функцій батьківської оселі [46]. Важливим є те, що на вибір супутника впливають не лише дитячо-батьківські зв'язки, а й стосунки з братами та сестрами.

На думку З. Цельмер, ми формуємо свої уявлення про подружні ролі, спостерігаючи за взаємодією між батьком і матір'ю, а також ідентифікуючи себе з кимось із них. Дослідниця зазначає, що образ батька (чи матері) протилежної статі є особливо визначальним: майбутній партнер може або сильно нагадувати цей образ, або ж бути його повною протилежністю [60].

Загалом, більшість психологічних підходів у цій галузі наголошують на важливості дитячо-батьківських стосунків. Наприклад, Мюррей Боуен, відомий представник системної сімейної психотерапії, пов'язував вибір партнера з рівнем «диференціації Я». Цей рівень — що по суті є нашою здатністю відділяти власні почуття від думок, бути емоційно незалежним та адаптивним — формується саме в батьківській сім'ї. Відповідно, молоді люди обирають собі пару, спираючись на цей рівень, хоча сам процес значною мірою визначається несвідомими емоціями та інстинктами [18].

Карл Вітакер дивився на шлюб як на взаємне доповнення. Він вважав, що кожен у парі несвідомо очікує, що партнер замінить йому батьківську фігуру, дасть захист і стабільність. Згідно з цією логікою, вибір партнера залежить від того, наскільки він відповідає нашим емоційним потребам, наприклад, «моїй депресії» або «моєму садизму». Вітакер припускав, що в партнерів зазвичай однаковий рівень емоційної зрілості, а також схожі рівні агресії та любові [32; 33].

А. Б. Добрович та О. Ясічка розглядають приховані, несвідомі мотиви, які спонукають людей до шлюбу, позначаючи їх як «пастки закоханості». До них належать прагнення романтичної гри, пошук «спорідненої душі», бажання реалізувати себе, уникнути самотності, отримати матеріальні вигоди чи позбутися страху перед майбутнім [45].

В. М. Радчук підкреслює, що вибір партнера часто зумовлений архетиповим прагненням до єднання з «Іншим». Уявлення про ідеального партнера формуються на основі батьківського імаго, яке стає підґрунтям несвідомих установок. Таким чином, засвоєна з дитинства модель сімейних взаємин впливає на сприйняття світу та визначає несвідомі критерії вибору партнера [21].

Ю. Р. Сидорик у своїх дослідженнях зазначає, що життєва перспектива особи, зорієнтованої на сім'ю, безпосередньо залежить від характеру її сімейних відносин. Цей досвід впливає на розвиток таких психологічних параметрів, як оптимістичність, рівень автономності, локус контролю та емоційна стабільність у прогнозуванні власних майбутніх стосунків [49; 67]. Е. В. Козловська, у свою чергу, вважає, що здатність створювати гармонійний шлюб визначається ступенем подібності уявлень партнерів про сім'ю, які, у більшості випадків, формуються на основі досвіду рідної родини.

Потреби чоловіків і жінок у шлюбі мають різну структуру та емоційне забарвлення. Люди, як правило, обирають тих, чия поведінка й особистісні риси забезпечують найбільше емоційне задоволення при найменших психологічних витратах. Згідно з теорією гомогамії, найміцніші шлюби утворюються між людьми зі спільними соціальними характеристиками — схожою освітою, соціальним статусом, етнічним походженням, релігією та навіть територіальною близькістю. У цьому контексті часто простежується шлюбний градієнт, коли чоловіки схильні обирати молодших жінок із нижчим соціальним становищем [57].

Д. Берн доводить, що подібність у поглядах, цінностях і рисах характеру значно підвищує ймовірність формування стабільних подружніх стосунків. Результати довготривалих спостережень показують: партнери, схожі за віком, рівнем освіти, релігійними переконаннями й політичними орієнтаціями, з часом стають ще ближчими один до одного, що сприяє зміцненню їхнього союзу [19].

Даний психолог увів поняття соціальних ролей, наголошуючи, що успішність стосунків визначається не змістом самих ролей, а взаємною домовленістю між партнерами щодо їх виконання. Наприклад, чоловік, який очікує, що дружина зосередиться на родині, навряд чи обере жінку, орієнтовану насамперед на кар'єрний розвиток [21].

Інша концепція пояснює вибір партнера через подібність ціннісних орієнтацій. Спільні цінності забезпечують емоційну рівновагу у відносинах, сприяють порозумінню й поглибленню емоційного зв'язку. Водночас різкі відмінності у системі цінностей часто стають причиною внутрішньої напруги, конфліктів і нестабільності у парі [41].

На думку Дж. МакКолла, вирішальним чинником у формуванні подружніх відносин є атракція — взаємне тяжіння, що виникає в процесі спілкування. Партнери оцінюють одне одного крізь призму задоволення власних потреб, а любов у цьому контексті постає як своєрідний обмін, у межах якого кожен підтверджує ідеалізований образ іншого [43].

М. Яффі та Ф. Фенвік підкреслюють значення сексуальної сумісності як одного з головних показників гармонійності стосунків. Вона визначається не лише фізичними аспектами, а й взаємним потягом і збігом у ставленні до сексуальності. Коли ці установки суттєво різняться, це часто стає джерелом конфліктів і призводить до зниження задоволеності шлюбом [14; 19].

Е. Фромм розглядав любов як форму взаємовигідного обміну, у якому кожен із партнерів прагне отримати максимальне емоційне задоволення відповідно до

власної «цінності» на умовному ринку особистісних стосунків. Відтак вибір партнера зумовлюється не лише почуттями, а й здатністю обох сторін відповідати взаємним очікуванням і потребам [53].

Отже, на процес вибору партнера впливають кілька ключових чинників: схожість соціальних характеристик, ціннісна та рольова узгодженість, сексуальна привабливість і взаємне задоволення потреб. Саме ці параметри становлять основу для подальшого розуміння закономірностей подружніх стосунків.

Представлена на рис. 1.1. Теоретична модель психологічних чинників вибору шлюбного партнера базується на чотирьох ключових категоріях, що впливають на цей процес. Теоретична модель психологічних чинників вибору шлюбного партнера відображає системний підхід до розуміння процесу формування подружніх взаємин. Вона пояснює, що вибір партнера зумовлений комплексною взаємодією соціальних, рольових, ціннісних і емоційно-інтимних чинників, об'єднаних психологічним ядром особистості. Центральне місце в моделі посідають психологічні чинники, які визначають глибину емоційного зв'язку, ступінь особистісної зрілості, рівень довіри, а також здатність до емпатії, відкритості та відповідальності. Саме вони забезпечують основу для гармонійного партнерства, що базується на взаєморозумінні, підтримці й здатності до компромісу.

Важливою складовою виступає соціальна характеристика, яка включає соціальний статус, рівень освіти, професійну діяльність, матеріальний добробут, культурну та релігійну приналежність, а також соціальні очікування з боку оточення. Вона виконує роль зовнішнього фільтра, який визначає відповідність потенційного партнера певним соціальним нормам і уявленням про прийнятні ролі в шлюбі. Соціальна подібність полегшує спілкування, формує спільне бачення життя та сприяє стабільності стосунків.

Теоретична модель психологічних чинників вибору шлюбного партнера

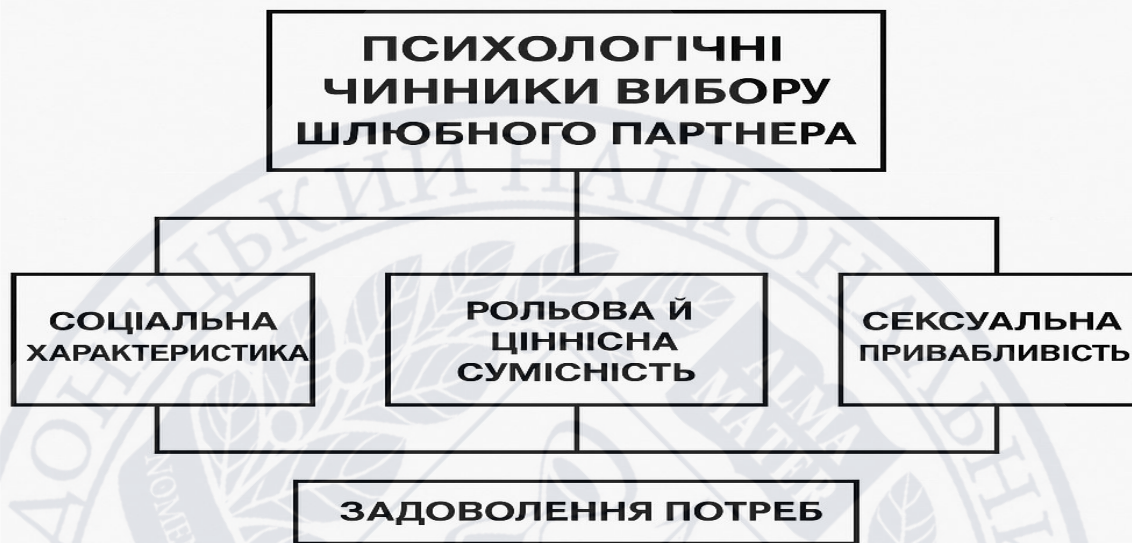


Рис. 1.1. Психологічні чинники вибору шлюбного партнера

Рольова й ціннісна сумісність є психологічним стрижнем взаємин, адже саме узгодженість цінностей, поглядів і життєвих орієнтацій створює емоційну стабільність і почуття єдності. Взаємне прийняття сімейних ролей, готовність до спільної відповідальності та розуміння потреб одне одного зміцнюють партнерські стосунки.

Сексуальна привабливість та сумісність становлять емоційно-інтимний аспект моделі, який забезпечує фізичну та психологічну близькість, формує почуття прихильності, безпеки та прийняття. Гармонія в цій сфері сприяє стабільності подружніх стосунків і підвищує загальний рівень задоволення шлюбом.

Кінцевим результатом взаємодії всіх перелічених складових є задоволення потреб партнерів — не лише фізичних чи соціальних, а насамперед емоційних: потреби в любові, турботі, визнанні, стабільності та приналежності. Саме узгодженість між соціальними, ціннісними, рольовими й емоційними

компонентами створює підґрунтя для зрілих, гармонійних і стійких подружніх стосунків.

Таким чином, дана модель пояснює, що вибір шлюбного партнера — це не випадковий, а багатовимірний психологічний процес, який поєднує раціональні й емоційні елементи, ведучи до формування гармонійного союзу, здатного забезпечити взаємне задоволення потреб і довготривалу стабільність у стосунках.

1.3. Взаємозв'язок мотиву вибору шлюбного партнера і подружніх взаємин

Проблематика мотивів вибору шлюбного партнера займає важливе місце у сучасній психології, адже саме мотиваційна основа є внутрішнім регулятором міжособистісних відносин і визначає їхню якість, стабільність та задоволеність шлюбом. Мотиви вибору партнера виступають не лише поштовхом до створення сім'ї, а й чинником, який задає вектор розвитку подружніх взаємин упродовж усього спільного життя.

Ще в класичному психоаналізі З. Фрейд (Freud, 1998) зазначав, що несвідомі механізми дитячої прихильності до батьків протилежної статі впливають на подальший вибір партнера. Ця ідея знайшла розвиток у працях К. Юнга, який увів поняття «аніми» та «анімуса» — архетипів, що формують внутрішні образи «ідеального партнера». Подібної думки дотримувався і А. Адлер, який пов'язував вибір партнера з прагненням до психологічної компенсації та потребою подолати власні комплекси [21].

У сучасній європейській психології мотиваційний підхід до вибору партнера розвивали Б. Мурстейн, Р. Уінч, А. Керкгофф і К. Девіс. Так, Б. Мурстейн у своїй теорії «Стимул – Цінність – Роль» (Murstein, 1976) показав, що міжособистісні стосунки розвиваються поетапно: від початкової фізичної та емоційної привабливості (стимул), через узгодження цінностей, до розподілу сімейних

ролей. Його емпіричні дослідження довели, що пари, які мають подібні системи цінностей, частіше демонструють високий рівень задоволеності шлюбом і рідше розлучаються.

Теорія комплементарних потреб Р. Уінча (Winch, 1958) підтвердила, що найміцніші шлюби формуються тоді, коли психологічні особливості партнерів взаємно доповнюють одне одного. Дослідження, проведене серед понад 200 подружніх пар у США, показало, що успішні стосунки частіше спостерігаються у парах, де один із партнерів схильний до лідерства, а інший — до підтримки та адаптації [62].

Європейські вчені А. Керкгофф і К. Девіс (Kerckhoff & Davis, 1962) у своїй теорії фільтрів наголошували, що вибір партнера є процесом послідовного «відсіювання» невідповідних кандидатів за певними критеріями: соціальними, ціннісними, рольовими. Їхні дослідження на вибірці студентів із Великої Британії довели, що пари зі спільними соціально-культурними характеристиками та ціннісними орієнтаціями значно частіше залишаються разом після п'яти років шлюбу.

Сучасні емпіричні дослідження підтверджують, що мотиви вибору партнера безпосередньо впливають на характер подружньої взаємодії. Наприклад, за даними метааналізу Finkel, Simpson і Eastwick (2017), шлюби, побудовані на внутрішній мотивації — любові, підтримці, емоційній близькості — демонструють більш високі показники задоволеності, ніж ті, що базуються на прагматичних або зовнішніх мотивах [61].

В Україні питання мотивації вибору партнера досліджували Н. Пов'якель, О. Кікінежді, В. Москалець, Л. Карамушка, Т. Титаренко, О. Доній. Зокрема, Н. Пов'якель (2014) визначає мотиви вступу до шлюбу як поєднання соціально-культурних норм і внутрішніх психологічних прагнень, які формуються в процесі гендерної соціалізації. Її дослідження серед молодих подружніх пар засвідчили,

що домінування зрілих мотивів (любов, партнерство, розвиток) пов'язане з вищими показниками сімейної згуртованості та емоційної задоволеності.

Таблиця 1.1.

Взаємозв'язок мотиву вибору шлюбного партнера і подружніх взаємин у психологічних дослідженнях

№	Автор	Теоретичний підхід / модель	Основний мотив вибору партнера	Виявлений вплив на подружні взаємини
1.	Б. Мурстейн (Murstein, 1976)	Теорія «Стимул – Цінність – Роль»	Подібність цінностей, рольова сумісність	Пари зі спільними цінностями мають вищу задоволеність шлюбом і нижчий рівень розлучень
2.	Р. Уінч (Winch, 1958)	Теорія комплементарних потреб	Взаємодоповнюваність особистісних рис	Вищий рівень стабільності у шлюбах, де партнери компенсують риси одне одного
3.	А. Керкгофф і К. Девіс (Kerckhoff & Davis, 1962)	Теорія фільтрів	Соціальна та ціннісна схожість	Пари з подібними соціокультурними характеристиками рідше розлучаються; вища згуртованість
4.	Finkel, Simpson & Eastwick (2017)	Метааналіз мотиваційних моделей шлюбу	Внутрішня мотивація (любов, підтримка)	Емоційна близькість має найвищу кореляцію із задоволеністю шлюбом ($r = 0,52$); прагматичні мотиви — нижчу ($r = 0,23$)
6.	Н. Пов'якель (2014)	Соціально-психологічний підхід	Поєднання соціальних норм і внутрішніх прагнень	Зрілі мотиви (любов, партнерство) пов'язані з сімейною згуртованістю та емоційною задоволеністю ($r = 0,61$)
7.	О. Кікінежді (2015)	Гендерний підхід	Емоційна підтримка (жінки), самореалізація (чоловіки)	Гармонійні стосунки у парах із взаємодоповнюючими мотивами; конфлікти у разі суперечливих мотивів

8.	Л. Карамушка (2014)	Організаційно-психологічний підхід	Прагматичні мотиви (матеріальна безпека, статус)	Через 2–3 роки знижується емоційна близькість, зростає конфліктність; емоційно-ціннісні мотиви сприяють довірі
9.	Дж. Готтман і Н. Сільвер (Gottman & Silver, 2015)	Лонгітюдний дослідницький підхід	Емоційна підтримка, альтруїзм, спільний розвиток	Здатність задовольняти емоційні потреби — головний чинник стабільності шлюбу
10.	Т. Титаренко (2017)	Соціокультурний і екзистенційний підхід	Безпека, стабільність, підтримка (у кризовий час)	У кризові періоди переважають мотиви безпеки; у мирний час — самореалізація, духовність
11.	О. Доній (2020)	Психологія сімейних стосунків	Взаємний розвиток, емпатія, духовна спільність	Пари з мотивом особистісного зростання мають високий рівень емпатії, толерантності та компромісності

О. Кікінежді (2015) у дослідженні гендерних аспектів сімейних стосунків показала, що для українських жінок частіше характерні мотиви емоційної підтримки та стабільності, тоді як для чоловіків — мотив самореалізації й соціального визнання. При цьому найвищий рівень гармонії спостерігався у тих подружніх пар, де ці мотиви були взаємодоповнюючими, а не конфліктними [33].

Дослідження Л. Карамушки (2014) довело, що в подружжях, сформованих на основі прагматичних мотивів (матеріальна безпека, соціальний статус), уже протягом перших трьох років спостерігається зниження емоційної близькості та зростання кількості конфліктів. Натомість пари, у яких домінують ціннісно-духовні та емоційні мотиви, мають значно вищі показники психологічної сумісності та довіри [18].

Європейські автори Дж. Готтман і Н. Сільвер (Gottman & Silver, 2015) у своїх 20-річних лонгітюдних дослідженнях понад 600 пар дійшли висновку, що головним чинником стабільності шлюбу є не відсутність конфліктів, а здатність партнерів задовольняти взаємні емоційні потреби. При цьому мотиви, пов'язані з альтруїзмом, підтримкою та спільним зростанням, виявилися найпотужнішими предикторами тривалих і щасливих шлюбів.

Т. Титаренко (2017) в українському контексті підкреслює, що мотиваційна структура вибору партнера часто відображає соціальні трансформації суспільства: у воєнний і кризовий період переважають мотиви безпеки, підтримки, стабільності, тоді як у мирний час — мотиви самореалізації та духовного розвитку [45].

Порівняльний аналіз українських і європейських досліджень показує спільну закономірність: чим більш усвідомленим і зрілим є мотив вибору партнера, тим вища задоволеність шлюбом. У працях О. Доній (2020) виявлено, що пари, які створюють сім'ю з прагнення до взаємного розвитку, демонструють значно вищий рівень когнітивної емпатії, толерантності до відмінностей і здатності до компромісу, ніж ті, у яких переважає соціальний тиск або страх самотності.

Таким чином, результати українських і європейських досліджень переконливо доводять, що мотив вибору шлюбного партнера виступає ключовим прогностичним чинником якості подружніх взаємин. Зрілі мотиви — любов, підтримка, духовна спільність — сприяють стабільності, довірі й гармонії в стосунках, тоді як зовнішні або компенсаторні мотиви ведуть до емоційної дистанції, конфліктності й невдоволення шлюбом.

Отже, аналіз сучасних наукових праць дає підстави стверджувати, що мотиваційна сфера виступає не лише джерелом формування подружніх стосунків, а й визначає їхню динаміку, адаптаційний потенціал і перспективу розвитку.

Усвідомленість мотивів вибору партнера є важливим чинником психологічної зрілості особистості та запорукою успішного, гармонійного шлюбу як у вітчизняному, так і в європейському культурному контексті (Фрейд, 1998; Murstein, 1976; Кікінежді, 2015; Титаренко, 2017; Gottman & Silver, 2015).

Висновки до першого розділу

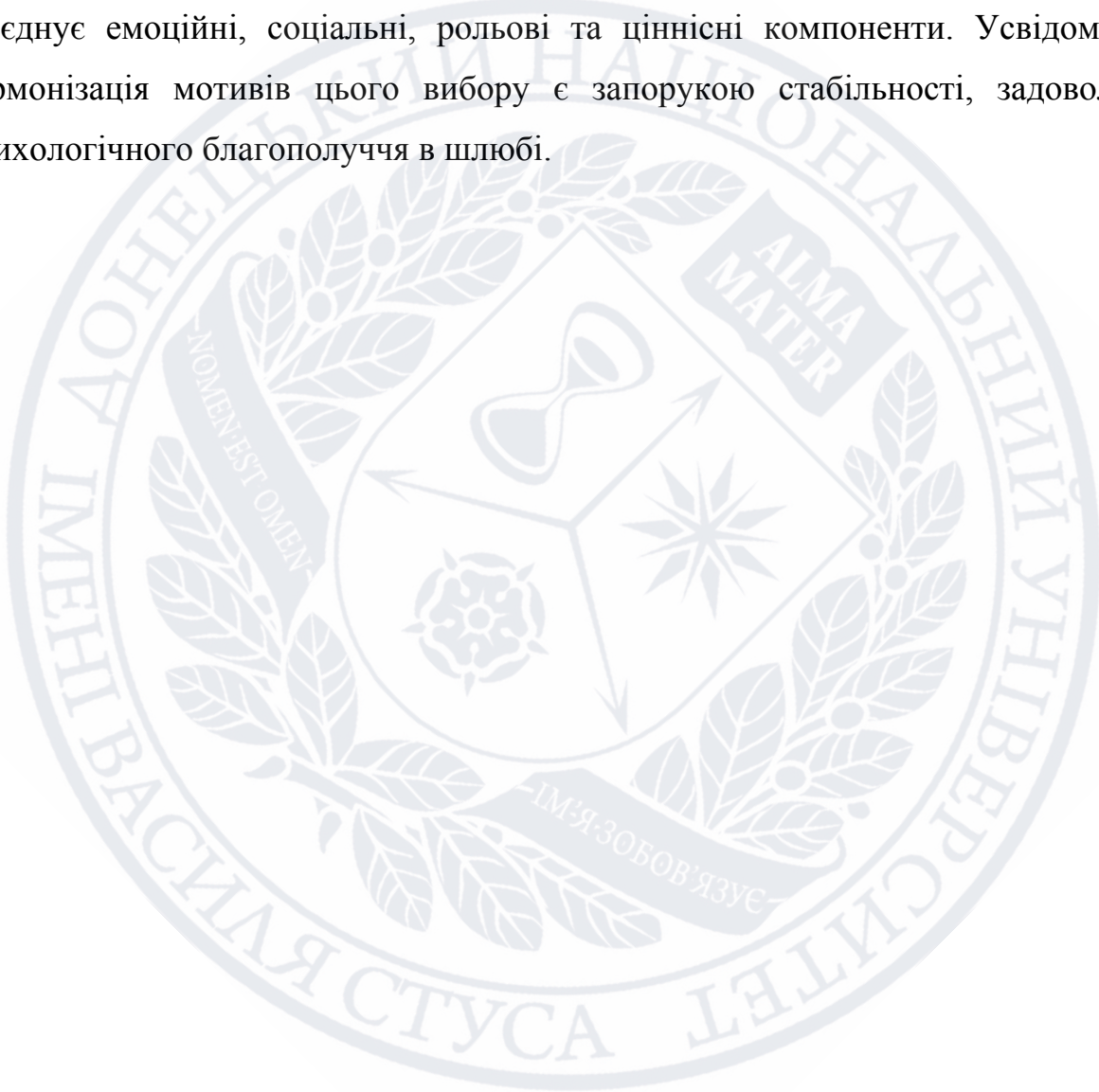
У психології вибір розглядається як складний процес, що включає когнітивні, емоційні та соціокультурні компоненти. Відповідно до підходів Дж. Б'юкенена, К. Ерроу, А. Тверські, П. Словіка, вибір партнера має риси як раціонального обрахунку, так і інтуїтивно-емоційної оцінки. Українські дослідники (В. Роменець, І. Бех, Т. Титаренко, Є. Головаха, О. Лобанова, С. Максименко та ін.) підкреслюють значення моральної, ціннісної та адаптаційної складової вибору як фундаментальної основи для становлення особистості.

Психологічні особливості вибору шлюбного партнера базуються на впливі дитячо-батьківських стосунків, особистісних рис і соціального контексту. Теорії З. Фрейда, К. Юнга, А. Адлера, С. Кратохвіла, Ф. Томана, К. Вітакера, Е. Фромма та ін. доводять, що несвідомі установки, сформовані у дитинстві, істотно впливають на моделі поведінки у подружньому житті. Також підкреслюється значення схожості соціальних характеристик, узгодженості цінностей, рольових очікувань і сексуальної сумісності як факторів стабільності шлюбу.

Результати теоретичного аналізу вказують на те, що мотив вибору партнера є центральним елементом, що визначає якість, стійкість і перспективу розвитку подружніх взаємин. Мотиваційна структура вибору - від романтичних спонукань до прагматичних чи компенсаційних мотивів - безпосередньо впливає на емоційну близькість, рівень довіри, конфліктність і задоволення шлюбом. Дослідження Б. Мурстейна, Р. Уінча, Керкгоффа і Девіса, а також українських науковців

(Кікінежді, Пов'якель, Карамушка, Титаренко) підтверджують: зрілі, усвідомлені мотиви (любов, партнерство, взаємний розвиток) сприяють формуванню гармонійних подружніх стосунків.

Таким чином, вибір шлюбного партнера є багатовимірним процесом, що об'єднує емоційні, соціальні, рольові та ціннісні компоненти. Усвідомлення і гармонізація мотивів цього вибору є запорукою стабільності, задоволення і психологічного благополуччя в шлюбі.



РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ МОТИВУ ВИБОРУ ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА НА ПОДРУЖНІ ВЗАЄМИНИ

2.1. Основні методи та методики емпіричного дослідження

Емпіричне дослідження проводилося протягом 2024-2025 років. У дослідженні взяли участь 70 респондентів, тобто 35 сімейних пар, що працюють у Вінницького обласного центру соціальних служб.

Представлена в дослідженні вибірка сукупність є випадковою. Таким чином, вибірка сукупність відповідає умовам репрезентативності. За соціально-демографічними характеристиками вибірка є досить різномірною (графік розподілу значень наближений до нормального), що є показником надійності результатів емпіричного дослідження (додаток А).

Найбільша кількість значень (див. рис. 2.1.) перебуває в інтервалах: 2 місяці - 10 років (20 сімей), 10-20 років (7 сімей) та 20-30 років шлюбного стажу (6 сімей), 30 – 40 років (2 сім'ї).

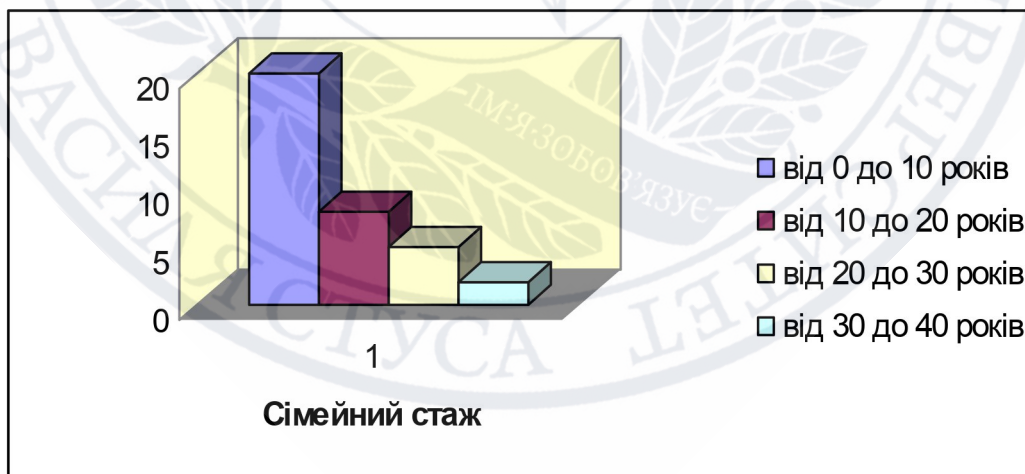


Рис. 2.1. Розподіл значень шлюбного стажу вибіркової сукупності

Бездітні сім'ї – 8 сімей (22,9%); сім'ї з 1 дитиною - 17 (47,1%); сім'я з двома й більше дітьми – 8 (30%), 3 дітьми – 2 (2,1% від загальної вибірки).

Умови проживання подружжя: разом з батьками (розширена сім'я) - 6 (15,7%); разом з дітьми (нуклеарна сім'я) - 22 (65%); окремо (подружжя) - 7 (19,3%).

Професійна сфера зайнятості подружжя: 1. Чоловік: кваліфіковані робітники (водії, машиністи, шахтарі, будівельники, робітники сфери торгівлі) - 16 (45%); державні службовці - 4 (12,9%); юристи, співробітники органів внутрішніх справ, приватних охоронних структур - 4 (12,9%); приватні підприємці - 3 (8,6%); менеджери середньої ланки - 2 (4,3%); пенсіонери - 2 (4,3%); військовослужбовці – 1 (3,6%); менеджери вищої ланки - 1 (2,9%); педагоги - 1 (2,9%); тимчасово безробітні - 1 (2,9%).

2. Дружина: педагоги - 11 (32,9%); домогосподарки - 6 (15,7%); кваліфіковані робітники - 5 (13,6%); державні службовці - 4 (12,9%); медичні працівники - 3 (7,9%); економісти, бухгалтери - 2 (5%); пенсіонери - 1 (4,3%); студентки - 1 (2,9%); приватні підприємці - 1 (1,4%); психологи - 1 (1,4%);

Аналізуючи соціально-демографічні характеристики сімей вибіркової сукупності, можемо припустити, що більшість досліджуваних сімей перебувають на одному із трьох етапів розвитку сім'ї [33, с.148-149]:

1) етап «медового місяця». Основні завдання цього етапу - прийняття змін у інтенсивності почуттів, установлення психологічної і просторової дистанції з генетичними сім'ями, набування досвіду взаємодії у вирішенні питань організації повсякденного побуту сім'ї, створення інтимності, первинне узгодження сімейних ролей. Даний етап характеризується проходженням подружжям першої нормативної сімейної кризи – прийняття подружніх обов'язків – яка, перш за все, передбачає вирішення конфлікту між особистісними й сімейними потребами та вирішення проблем сімейної ієрархії та сфер відповідальності [33, с.33];

2) етап молоді сім'ї. Межі етапу: рішення про продовження роду – повернення жінки до професійної діяльності або початок відвідування дитиною дошкільного виховного закладу. Для цього етапу є властивим розподіл ролей, пов'язаний з

батьківством, їх узгодженість, матеріальне забезпечення нових умов життя сім'ї, пристосування до важкого фізичного і психологічного навантаження, до обмеження загальної активності подружжя за межами сім'ї. Цей етап характеризується нормативною сімейною кризою освоєння подружжям батьківських ролей і прийняття факту появи в сім'ї нового члена. Феноменологія даної кризи передбачає реорганізацію сім'ї для виконання нових завдань, зокрема перебудову структури сім'ї у зв'язку з появою дитини, забезпечення дитині безпеки та батьківського авторитету, узгодженість особистих і сімейних ролей подружжя [33, 48].

3) етап зрілої сім'ї, що успішно виконує свої функції. Завдання цього етапу визначаються створенням нової структури стосунків. Якщо на попередньому етапі сім'я поповнюється новим членом, то на даному етапі вона поповнюється новою особистістю [1, 148]. Відповідно змінюються ролі батьків. Їх можливості задовольняти потреби дитини в піклуванні й безпеці доповнюються здатністю до виховання, організації соціальних зв'язків дитини. Етап закінчується, коли діти досягають часткової незалежності від батьківської сім'ї, психологічний вплив батьків і дітей один на одного досягає рівноваги, усі члени сім'ї є умовно автономними. Феноменологія нормативної сімейної кризи, що супроводжує даний етап розвитку сім'ї, перш за все передбачає вирішення завдань перерозподілу автономії і контролю між батьками й дітьми, зміну типу батьківської поведінки й батьківських ролей і, як результат, досягнення сепарації дорослої дитини від батьківської сім'ї [1, с. 69].

Для дослідження предмету нашого дипломного проекту було обрано наступні методики.

Для проведення кваліфікаційного дослідження «Вплив мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини» була створена авторська анкета «Дослідження мотивів вступу в шлюб», яка слугує основним інструментом збору

емпіричних даних. Її мета полягає у виявленні психологічних, соціальних та ціннісних чинників, що визначають мотиви людей при прийнятті рішення про одруження.

Анкета побудована у структурованій формі й складається з двох логічних блоків. *Перший блок* - «Загальна інформація» - спрямований на збір базових соціально-демографічних характеристик респондентів: статі, віку, рівня освіти, сімейного стану та наявності дітей. Ці дані дають змогу виявити залежність між соціальним статусом та мотиваційними особливостями вибору партнера.

Другий блок - «Основні мотиви вступу в шлюб» - містить як закриті, так і відкриті запитання, що дозволяє комплексно оцінити ставлення респондентів до інституту шлюбу. У цьому розділі досліджуються головні причини вступу в шлюб (кохання, потреба в підтримці, соціальний статус, традиції, матеріальні чинники тощо), а також визначаються ціннісні орієнтації респондентів і вплив сучасних соціальних умов, зокрема воєнного контексту, на шлюбні мотиви. Окреме відкрите питання дає змогу учасникам висловити власне розуміння поняття «вдалий шлюб», що забезпечує якісний рівень аналізу.

У вступній частині анкети наголошується на анонімності участі та виключно науковому характері дослідження, що сприяє щирості відповідей і підвищує достовірність отриманих результатів.

Отримані дані за допомогою анкети дають змогу визначити домінуючі мотиви вступу в шлюб серед різних груп респондентів, дослідити взаємозв'язок між типом мотивації та уявленнями про сімейне життя, а також проаналізувати, як соціальні умови сучасного суспільства впливають на шлюбні цінності.

Таким чином, запропонована анкета є ефективним психодіагностичним інструментом, що дозволяє комплексно дослідити як внутрішні (емоційно-психологічні), так і зовнішні (соціокультурні) фактори формування мотивів вступу в шлюб, а також їхній вплив на якість і гармонійність подружніх взаємин.

Найбільш поширеною в даний час є анкета з аналізу подружніх потреб У. Харлі. На її основі С.С.Носов виділив 10 сімейних цінностей, які пропонуються до прямого ранжирування кожному з подружжя. Інструкція до тесту: перед кожною назвою проставте цифру від одного до десяти, що відповідає важливості цієї цінності для Вас. Поставте Цифру 1 перед самою важливою для вас цінністю, 2 - перед наступною за значимістю і т.д., поки не розставите всі цифри.

Тест включає наступні шкали: Ніжність, Сексуальні стосунки, Спілкування, Чоловік (дружина) як супутник по відпочинку, Фінансова підтримка, Привабливість партнера, Щирість і відкритість, Робота по будинку, Відданість родині, Захоплення.

Опитувальник «Реакції чоловіка й жінки на конфлікт» був розроблений сексотерапевтом А. С. Кочаряном стосовно клінічних потребах. Він дозволяє діагностувати індивідуально-специфічні захисні моделі чоловіка й жінки і їхню структуру. Опитувальник включає шкали проєктивних і дефензивних захистів, неконструктивні установки на шлюб, депресію, агресію, соматизацію тривоги, фіксацію на психотравмі, контрольну шкалу [29].

Автор методики вважає, що шкала неконструктивних установок на шлюб (НУ) діагностує такі види установок шлюбного партнера, які дезінтегрують сімейну структуру, перешкоджають терапевтичній реконструкції подружніх відносин.

У шкалу депресії (Д) увійшли твердження, які виражають три види депресії: класичну ("загальмованість", сповільненість афекту й інтелекту), астенічну (слабкість, млявість і т.п.) і апатичну (зниження інтересу, байдужність), а також почуття провини.

Опитувальник дозволяє діагностувати індивідуально-специфічні захисні паттерни поведінки. У нього включені дві шкали захисних механізмів.

Шкала протективних механізмів (ПМ) діагностує той тип захистів, що приводить до недопущення у свідомість психотравмуючої інформації (витіснення, заперечення ускладнень, регресія й т.п.).

Шкала дефензивних механізмів (ДМ) діагностує той тип захистів, що звичайно позначається як «реінтерпретативна активність» - психотравмуюча інформація допускається у свідомість за рахунок її перекрученої реінтерпретації (раціоналізація, ізоляція, інтелектуалізація й т.п.).

У шкалу агресії (А) увійшли твердження, зв'язані як із прямою фізичною й вербальною агресією, так і з непрямою агресією.

У шкалу соматизації тривоги (СТ) включені твердження, що стосуються загальної соматизації (голова - серце - шлунок, загальна заклопотаність здоров'ям).

У шкалу фіксації на психотравмі (Ф) увійшли твердження, що свідчать про "застрягання" афектів й інтелекту на психічній травмі.

Наступним опитувальником є методика А.Басса-А.Даркі (Додаток 1), так як в ньому враховані різні форми агресивних реакцій, що дозволяє визначити типові для досліджуваних форми агресивної поведінки в комунікативному процесі.

«Опитувальник форм агресивного реагування» Басса-Даркі враховує різні форми агресивних реакцій, що дозволяє визначити типові для досліджуваних форми агресивної поведінки. Крім цього, результати даної методики дозволяють зробити деякі висновки про зміст мотиваційної сфери подружжя, тому що вибір способів поведінки з числа звичних для суб'єкта форм реагування пов'язаний з реально діючими смислоутворюючими мотивами [35].

Опитувальник складається із 75 тверджень, на які досліджуваний відповідає «так» або «ні». В результаті можемо дослідити наступні форми агресивних і ворожих реакцій:

Фізична агресія (напад) - використання фізичної сили проти іншої особи.

Непряма агресія - під цим терміном розуміють як агресію, що опосередковано спрямована на іншу особу (плітки, злісні жарти), так і агресію, що ні на кого не спрямована - вибухи люті, що виявляються в лементі, тупанні ногами, битті кулаками по столі і т.п. Ці вибухи характеризуються не спрямованістю і неупорядкованістю.

Схильність до роздратування (коротко - роздратування) - готовність до прояву при найменшому збудженні запальності, різкості, брутальності.

Негативізм - опозиційна міра поведінки, звичайно спрямована проти авторитету або керівництва, ця поведінка може наростати від пасивного опору до активної боротьби проти встановлених законів і звичаїв.

Образа - заздрість, ненависть до оточуючих, обумовлені почуттям гіркоти, гніву на весь світ за дійсні або уявні страждання.

Підозрілість - недовіра й обережність стосовно людей, засновані на переконанні, що навколишні мають намір заподіяти шкоду.

Вербальна агресія - вираження негативних почуттів як через форму (сварка, лемент, вереск), так і через зміст словесних відповідей (погрози, прокляття, лайка).

Каяття совісті і почуття провини. Відповіді на питання цієї шкали виражають стримуючий вплив почуття провини на прояви форм поведінки, що як правило забороняються (нормами суспільства). Цей пункт виражає ступінь переконання обстежуваного в тім, що він є поганою людиною, що здійснює неправильні вчинки, наявність у нього каяття совісті.

«Рольові очікування й домагання у шлюбі (РОД)» (О.Волкова, Г. Трапезникова). Опитувальник містить сім шкал: інтимно-сексуальна сфера, сфера особистісної ідентифікації зі шлюбним партнером, господарсько-побутова, батьківсько-виховна сфери, сфера соціальної активності, емоційно-терапевтична сфера та сфера зовнішньої привабливості шлюбного партнера (додаток В). Аналіз

шкал сімейних цінностей дозволяє встановити ієрархію сімейних цінностей, уявлення подружжя про розподіл сімейних ролей та рольову структуру сімейної пари [29].

Опитувальник РОД має за мету визначити уявлення подружжя:

- про значущість у сімейному житті основних функцій сім'ї (показники утворюють шкалу сімейних цінностей – ШСЦ);
- про бажаний розподіл ролей між чоловіком та дружиною при виконанні сімейних функцій (показники утворюють шкалу рольових очікувань і домагань – (РОД);

Аналіз результатів опитувальника РОД дає змогу отримати такі дані:

1. Індивідуальні показники шкали сімейних цінностей, рольових очікувань і рольових домагань, на основі яких аналізується ієрархія сімейних цінностей та рольові установки подружжя. Чим вищий бал за шкалою сімейних цінностей, тим більш значущою для чоловіка (дружини) є ця сфера життєдіяльності сім'ї.

2. Ступінь узгодженості сімейних цінностей подружжя (УСЦ), який визначається шляхом порівняльного аналізу уявлень подружжя про сімейні цінності та рольові установки. Узгодженість сімейних цінностей характеризується різницею балів показників шкали сімейних цінностей чоловіка і дружини. Чим менша різниця, тим вищий ступінь узгодженості уявлень подружжя про найбільш значущі сфери життєдіяльності сім'ї.

Ступінь рольової адекватності подружньої пари, який визначається шляхом аналізу різниці балів оцінок рольових домагань і рольових очікувань кожного із шлюбних партнерів. Чим менша різниця, тим більшою мірою виявляється рольова адекватність кожного зі шлюбних партнерів.

В основі більшості робіт із сімейної комунікації лежить навчання про комунікаційний канал. Навчання це - результат розвитку кібернетики й теорії інформації - досліджує процеси передачі інформації, розкриває найбільш загальні

причини інформаційних перекручувань. До появи навчання про комунікаційний канал обмін інформацією між членами родини розумівся досить спрощено. Уважалося очевидним, що члени родини обмінюються думками тільки тоді, коли хочуть, що вони передають саме те, що хочуть передати й не повідомляють один одному нічого з того, що не хочуть повідомити (Ейдемільер Э. Г., Юстіцкий В.). Тому ми обрали наступну методику, яка дозволяє діагностувати якісну характеристику комунікативного каналу.

Розглянемо методику дослідження комунікативної толерантності подружніх пар за методикою В.В. Бойко [29]. Ця методика досліджує 9 установок.

Компоненти установки

1. Неприйняття або нерозуміння індивідуальності людини.
2. Використання себе як еталон при оцінці інших.
3. Категоричність або консерватизм в оцінках людей.
4. Невміння ховати або згладжувати неприємні почуття при зіткненні з некоммунікбельними якостями партнера.
5. Прагнення переробити перевиховати партнерів.
6. Прагнення підігнати партнера під собі, зробити його зручним.
7. Невміння прощати іншому помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності.
8. Нетерпимість до фізичного або психічного дискомфорту партнера.
9. Невміння пристосовуватися до партнерів.

По кожному з компонентів випробуваний зміг набрати до 15 балів. Чим більше балів - тим менше виражена толерантність у досліджуваних.

Тест-опитувальник “Задоволеність шлюбом” (В.Столін, Т.Романова, Г.Бутенко). Тест-опитувальник призначений для експрес-діагностики ступеня задоволеності шлюбом, а також ступеня узгодженості-неузгодженості задоволеності шлюбом конкретної подружньої пари. Опитувальник може

застосовуватися індивідуально, у консультативній практиці, і масово, для з'ясування задоволеності шлюбом тієї чи іншої соціальної групи [29, 379].

На думку І.А.Грабської, "...задоволеність шлюбом, вочевидь, складається як результат адекватної реалізації уявлення (образу) про сім'ю, що сформувався у свідомості людини під впливом зустрічей з різними обставинами, які утворюють її досвід (дійсний або символічний) у даній сфері діяльності" [9, с.27]. Задоволеність шлюбом визначається як внутрішня суб'єктивна оцінка, ставлення подружжя до власного шлюбу; вона є інтегральним показником функціонування сучасної сім'ї, яка відображає якісну сторону сімейних процесів. Задоволеність шлюбом є складовою психологічного здоров'я сім'ї, її душевного психологічного благополуччя, яка забезпечує адекватну життєвим умовам регуляцію поведінки й діяльності усіх членів сім'ї [25, с.123].

Тест-опитувальник «Задоволеність шлюбом» (В. Столін, Т. Романова, Г. Бутенко) є одномірною шкалою, що складається з 24-х тверджень (додаток Б), які належать до різних сфер: сприйняття себе і партнера, думки, оцінки, установки тощо. За розподілом сумарного балу опитувальника розрізняють типи сімей: від абсолютно неблагополучної до абсолютно благополучної.

Підрахунки проводяться наступним чином: за відповідь, що співпадає з ключем, присвоюється 2 бали, за неспівпадання з ключем – 0 баллів. Таким чином, можливий діапазон сумарних оцінок від 48 до 0.

Опитувальник «Задоволеність шлюбом» (В.Столін, Т.Романова, Г.Бутенко) широко використовується в консультативній практиці та в психологічних дослідженнях до сьогодні.

Таким чином, обраний комплекс методик є валідним, надійним та повністю відповідає цілям і завданням кваліфікаційного дослідження. Його перевага полягає у комплексності підходу до аналізу мотивів вибору шлюбного партнера та їхнього впливу на динаміку подружніх взаємин. Кожна з використаних методик -

від авторської анкети до стандартизованих психодіагностичних тестів - дозволяє вивчити подружні стосунки з різних ракурсів: мотиваційного, емоційного, когнітивного, рольового та поведінкового. Підбір діагностичних інструментів не лише забезпечує об'єктивність і глибину дослідження, а й створює підґрунтя для подальшої психологічної інтервенції, профілактики сімейних конфліктів та сприяння формуванню гармонійних, емоційно стабільних подружніх стосунків. Це дозволяє зробити цінні наукові висновки та розробити практичні рекомендації щодо підтримки сімейного благополуччя в умовах сучасного соціального середовища.

2.2. Дослідження мотиву вибору шлюбного партнера та подружніх взаємин

У дослідженні взяли участь 70 респондентів віком від 21 до 54 років, серед яких 35 жінок і 35 чоловіків. Метою анкетування було виявлення основних мотивів, що спонукають людей вступати в шлюб, а також з'ясування ставлення до цього інституту в сучасних соціальних умовах.

Серед опитаних більшість мали вищу освіту (42 особи), 7 - незакінчену вищу, 8 - середню, 6 - професійно-технічну, а 7 респондентів мали науковий ступінь. За сімейним станом 32 особи перебували у зареєстрованому шлюбі, 8 - у цивільних стосунках, 18 ніколи не були одруженими, 9 були розлученими, а 3 - удівцями або вдовами. Дітей мали 41 респондент, 29 - не мали.

Аналіз отриманих відповідей (рис.1.1.) засвідчив, що найбільш поширеними мотивами вступу в шлюб є кохання та емоційна близькість (54 особи), бажання мати дітей і сім'ю (42 особи) та потреба в підтримці або подоланні самотності (21 особа). Дещо рідше згадувалися економічна стабільність (17), соціальний статус (6), дотримання традицій і релігійні переконання (13), а також вирішення

житлового питання (11). Інші варіанти, такі як очікування родини, незапланована вагітність чи юридичний захист, вибиралися поодинокі.

Виявлено певні статеві відмінності у відповідях: жінки частіше вказували на мотиви любові, материнства, емоційної підтримки, тоді як чоловіки частіше називали матеріальні та статусні чинники. Це свідчить про те, що жінки орієнтуються переважно на емоційно-ціннісну сферу стосунків, тоді як чоловіки — на соціально-практичний аспект шлюбу.



Рис.2.1. Результати дослідження вступу в шлюб за авторською анкетой «Дослідження мотивів вступу в шлюб»

На запитання про загальне ставлення до шлюбу більшість респондентів (33 особи) розглядають його як необхідний крок для створення міцної сім'ї та виховання дітей, 11 осіб вважають шлюб лише формальністю, 7 розглядають його як економічне або юридичне партнерство, 4 — як застарілий інститут, а 15 респондентів не змогли дати чіткої відповіді.

Близько двох третин учасників (44 особи) зазначили, що в умовах війни мотиви вступу в шлюб суттєво або частково змінилися. Найчастіше вони пояснювали це зростанням потреби у безпеці, стабільності, підтримці та бажанні

юридично оформити стосунки. 15 осіб не відчули істотних змін, 11 утрималися від відповіді.

Відповідаючи на відкрите запитання про те, що для них означає «вдалий шлюб», респонденти найчастіше називали такі характеристики: взаємоповага, довіра, емоційна підтримка, спільні цінності, любов і вірність. Частина учасників також відзначала важливість економічної стабільності, відсутності насильства та можливості самореалізації у стосунках.

Узагальнення результатів показує, що провідними мотивами створення сім'ї залишаються емоційно-ціннісні фактори — кохання, близькість, потреба в підтримці, прагнення мати дітей. Прагматичні мотиви (економічні, статусні, юридичні) мають допоміжний характер, однак набувають більшої ваги у періоди соціальної нестабільності. Отримані дані підтверджують, що мотиваційна основа шлюбу безпосередньо впливає на якість і стабільність подружніх взаємин, а також відображає рівень психологічної зрілості та ціннісних орієнтацій особистості в сучасному суспільстві.

Кожен із членів подружжя до моменту вступу в шлюб має сформовані потреби, які не можуть бути ідентичні в обох шлюбних партнерів. За результатами проведеного дослідження видно, що ці потреби часто суперечать одна одній. Очікування — це бажання задоволення своєї потреби. Оскільки за анкетною У. Харлі [51] максимальна оцінка задоволення потреби партнером становить 3 бали, то це означає, що якщо потреби у членів подружжя не суперечать одна одній, то вони задоволені одне одним на максимальному рівні (3 бали), незалежно від того, який рівень прояву цих потреб. Тому різниця між максимальною оцінкою (3 бали) і рівнем задоволення своїм партнером являє собою рівень нереалізованого очікування. Відповідно, чим більше протиріччя між проявом потреб у членів подружжя, тим вищий рівень нереалізованого очікування. Ми підраховували результати рівня нереалізованих очікувань подружніх пар конфліктних і

неконфліктних сімей по кожній із подружніх потреб. Кількісні результати рівня нереалізованих очікувань чоловіків і жінок конфліктних і неконфліктних сімей представлені у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1. Кількісні результати рівня нереалізованих очікувань у шлюбних партнерів конфліктних і неконфліктних сімей

№	Подружні потреби	Рівень нереалізованих очікувань			
		неконфліктні сім'ї		конфліктні сім'ї	
		Чоловік	Жінка	Чоловік	Жінка
1	Потреба в ніжності	1,05	1,13	2,32	2,02
2	Потреба в сексуальних відносинах	1,13	1,13	2,23	2,06
3	Потреба в спілкуванні	0,9	1,33	2,00	2,25
4	Потреба у супутнику по відпочинку	0,9	1,16	1,82	2,04
5	Потреба у фінансовій підтримці	1,43	1,66	1,66	2,42
6	Потреба у привабливості партнера	1,84	1,52	2,19	2,09
7	Потреба в щирості та відвертості	1,00	1,05	1,99	2,09
8	Потреба в допомозі по господарству	1,52	1,86	2,44	3,08
9	Потреба у відданості сім'ї	1,17	1,58	3,05	3,29
10	Потреба у захопленні зі сторони партнера	1,32	1,11	2,18	2,38

З таблиці 2.1. видно, що ступінь нереалізованих очікувань як чоловіків, так і жінок конфліктних сімей вища від ступеня нереалізованих очікувань чоловіків та жінок неконфліктних сімей.

Інформованість у взаємовідносинах подружжя відіграє важливу роль у формуванні правильних уявлень про партнера в процесі комунікації, являючись необхідною умовою успішної адаптації, а відтак і підвищення стабільності шлюбу. Низький рівень взаємної інформованості членів подружжя заважає формуванню довірливих відносин у сім'ї, що створює конфліктні ситуації.

Розглянемо особливості комунікативної толерантності подружжя у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2. Результати дослідження комунікативної толерантності в чоловіка і жінки за методикою В. Бойко

№	Назва шкали	Чоловік/ дружина (у %)			
		Рівень прояву			
		Низький (чоловік)	Високий (чоловік)	Низький (дружина)	Високий (дружина)
1	Неприйняття або нерозуміння індивідуальності людини	7%	2 40%	0%	4 53%
2	Використання себе як еталон при оцінці інших	67%	33%	50%	50%
3	Категоричність або консерватизм в оцінках людей	51%	43%	52%	46%
4	Невміння приховувати або згладжувати неприємні почуття при зіткненні з некоммунікбельними якостями партнерів	50%	50%	44%	57%
5	Прагнення переробити перевиховати партнерів	56%	46%	51%	32%
6	Прагнення підігнати партнера під себе, зробити його зручним	69%	31%	39%	50%
7	Невміння прощати іншому помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності	36%	42%	34%	51%
8	Нетерпимість до фізичного або психічного дискомфорту партнера	74%	39%	63%	37%
9	Невміння пристосовуватися до партнера	54%	38%	55%	39%

У своєму дослідженні ми виділили 2 рівні толерантності (рис.2.2. і рис.2.3.): високий і низький.

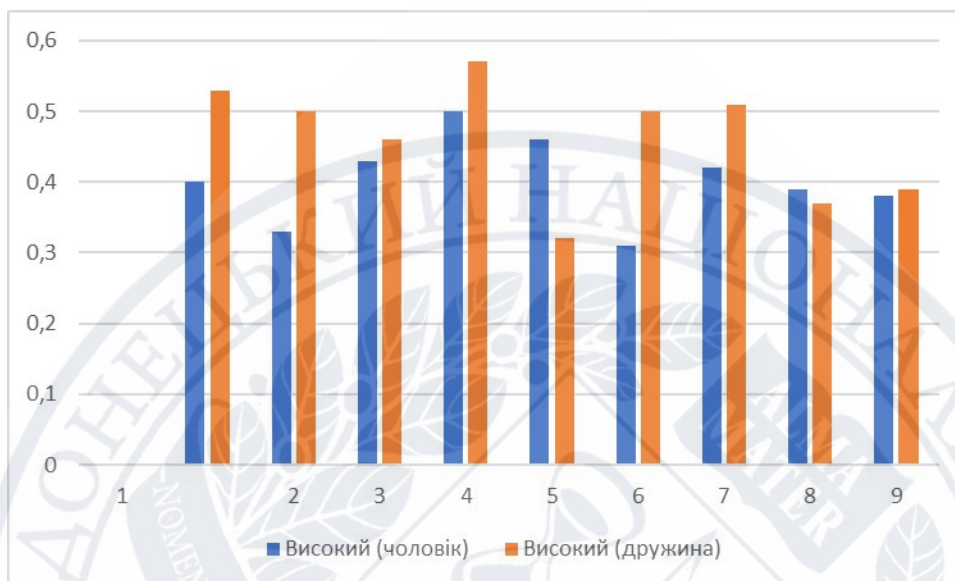


Рис. 2.2. Результати дослідження толерантності за методикою В.Бойко (високий рівень)

Аналізуючи результати дослідження ми бачимо, що жінки більш толерантні в порівнянні з чоловіками за здатністю приймати або не приймати індивідуальність партнера (40% - 53%); за оцінкою поведінки, особливостей комунікативності партнера або його окремих характеристик партнера, розгляду себе як еталону (37% - 50%); за невмінням приховути або згладжувати неприємні почуття при зіткненні з некоммунікбельними якостями чоловіка (50% - 57%); прагненні підігнати під себе партнера, зробити його зручним (37% - 50%).

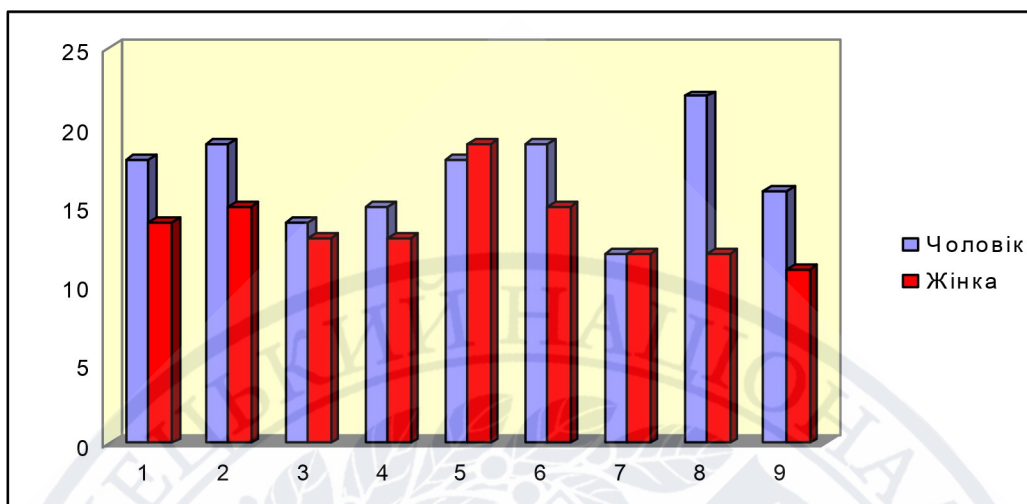


Рис. 2.3. Результати дослідження толерантності за методикою В.Бойко (низький рівень)

Найбільш різними за своїми проявами толерантності дружини і чоловіки виявилися в проявах нетерпимості до фізичного або психічного дискомфорту партнера. Тут дружини є більш нетерпимі порівнянні з чоловіками (27% - 60%).

Майже однакові результати виявилися в жінок і чоловіків за такими проявами толерантності як переробити або перевиховати партнерів (40% - 37%) і невміння прощати іншому помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності (60% - 60%).

Можна зробити наступне припущення, що в цілому жінки показали більш високий рівень толерантності, ніж їхні чоловіки. Аналізуючи фактори толерантності, ми бачимо, що жінки не толерантні до зовнішніх проявів партнера (зовнішній вигляд, неприйняття індивідуальності), а чоловіки до внутрішніх якостей (невміння прощати іншому помилки, незручність, ненавмисне заподіяної неприємностей т.д.).

Зрозуміло, що найчастіше всього характер комунікативної взаємодії у шлюбних партнерів проявляються в ситуації конфліктної взаємодії. Тому ми обрали методику, яка дає нам можливість дослідити форми конфліктного

реагування за допомогою опитувальника «Реакції чоловіка й жінки на конфлікт», що був розроблений сексотерапевтом А. С. Кочаряном. Зазначений опитувальник дозволяє діагностувати індивідуально-специфічні захисні моделі подружжя і їх структуру: депресію, неконструктивні установки на шлюб, агресію, соматизацію тривоги, фіксацію на психотравмі т.д. Розглянемо отримані результати за даною методикою на табл. 2.3.

Таблиця 2.3. Розподіл результатів дослідження за методикою «Реакції чоловіка та жінки на конфлікт»

№	Назва шкали	Чоловік (у %)			Дружина (у %)		
		Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
1	Неконструктивних установок на шлюб (НУ)	26%	47%	27%	16%	52	32%
2	Депресії (Д)	18%	46%	36%	36%	44%	20%
3	Протективних механізмів (ПМ)	28%	35%	38%	18%	62%	20%
4	Дефензивних механізмів (ДМ)	42%	27%	31%	16%	35%	49%
5	Агресії (А)	29%	47%	24%	16%	52%	32%
6	Соматизації тривоги (СТ)	14%	63%	23%	37%	51%	12%
7	Фіксації на психотравмі (Ф)	24%	47%	29%	33%	56%	11%

Розглянемо отримані результати за вказаною методикою у досліджуваних чоловіків (див. рис. 2.4).

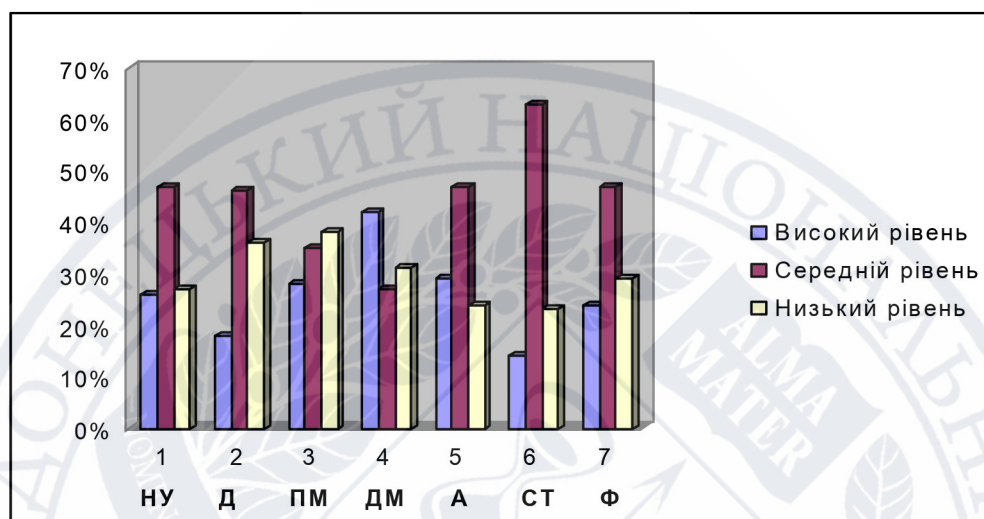


Рис. 2.4. Розподіл результатів дослідження за методикою «Реакція чоловіка та жінки на конфлікт» у чоловіків

Як видно з рис. 2.4. у чоловіків за високим рівнем вираженості спостерігаються такі реакції у конфлікті, як дефензивні механізми (42%), що свідчить про те, що чоловіки ту інформацію яка допускається в свідомість здатні раціоналізувати, ізолювати. Так за іншими шкалами високий рівень вираженості присутній у шкалі: «Проективних механізмів ПМ» - 28%, «Неконструктивні установки» - 26%, «Фіксація на психотравмі» - 24%. Такі результати ми можемо пояснити тим, що чоловіки у конфлікті прагнуть уникання чи навпаки проявляють агресивність (29%).

Проаналізуємо отримані результати у жінок за методикою «Реакція чоловіка та жінки на конфлікт» (див.рис.2.5.).

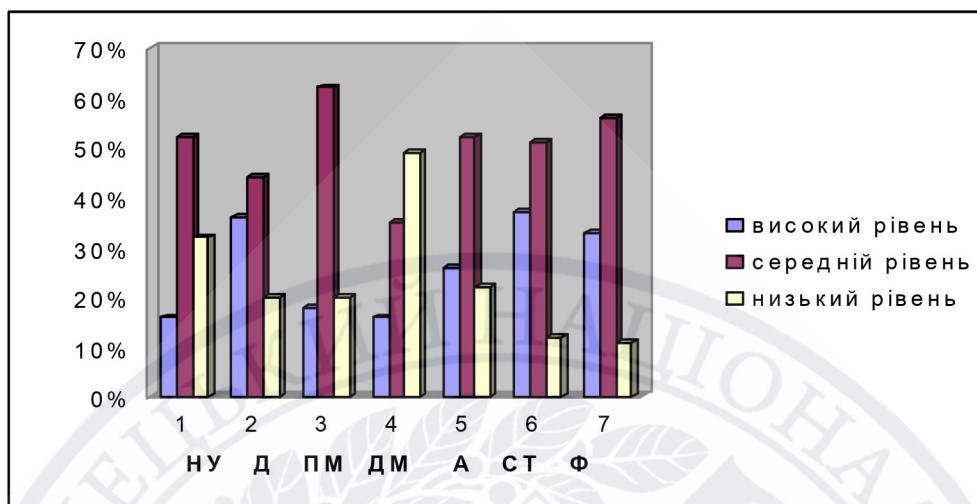


Рис. 2.5. Розподіл результатів дослідження за методикою «Реакція чоловіка та жінки на конфлікт» у жінок

Як видно з рис. 2.5. жінки на відміну від чоловіків більш схильні до депресивних переживань (36%). Такі результати говорять про більшу ранимість жінок до будь якого стрес фактору, відчуття емоційного виснаження в процесі конфлікту а також розвиток почуття провини. Жінки також схильні до соматизації тривоги (37%), яка проявляється в турбуванні про власне здоров'я. Також можна виділити, що у жінок (33%) так і як у чоловіків значна частка від загальної вибірки досліджуваних схильна до фіксації на психотравмі, хоча жінки превалюють. Це означає, що жінки гірше справляються з емоційними проблемами, сильніше за чоловіків переживають сімейні конфлікти.

Конфліктне спілкування між шлюбними партнерами може бути викликана різними причинами, такими як, наприклад, образа, ревності, нерозуміння, неправда, боротьба за лідерство, і багато чого іншого, а так само бути і відповідною реакцією на агресивну поведінку. Проте такі стосунки також можуть бути і наслідком особистісної агресивності. У даному випадку мова йде про властивість особистості, що виражається в готовності до агресії, а також у схильності сприймати й інтерпретувати поведінку шлюбного партнера як ворожу.

Для з'ясування цієї обставини ми використали тест на дослідження агресивності «Басса-Даркі». Проаналізуємо отримані результати (табл.2.4.).

Таблиця 2.4. Середні показники особливостей агресивного реагування чоловіків та жінок за методикою Басса-Дарки

№	Форми агресивного реагування	Чоловіки	Жінки
1.	Фізична агресія	9,7	7,4
2.	Непряма агресія	5,2	10,5
3.	Роздратування	7,5	8,3
4.	Негативізм	6,3	7,5
5.	Образа	8,2	9,4
6.	Підозрілість	6,7	6,9
7.	Почуття провини	5,4	9,3
8.	Вербальна агресія	8,5	6,4
9.	Індекс агресивності	18,4	17,4
10.	Індекс ворожості	4,5	4,9

На основі отриманих даних проведено порівняльний аналіз результатів за методикою Баса-Дарки (див.рис.2.6.).

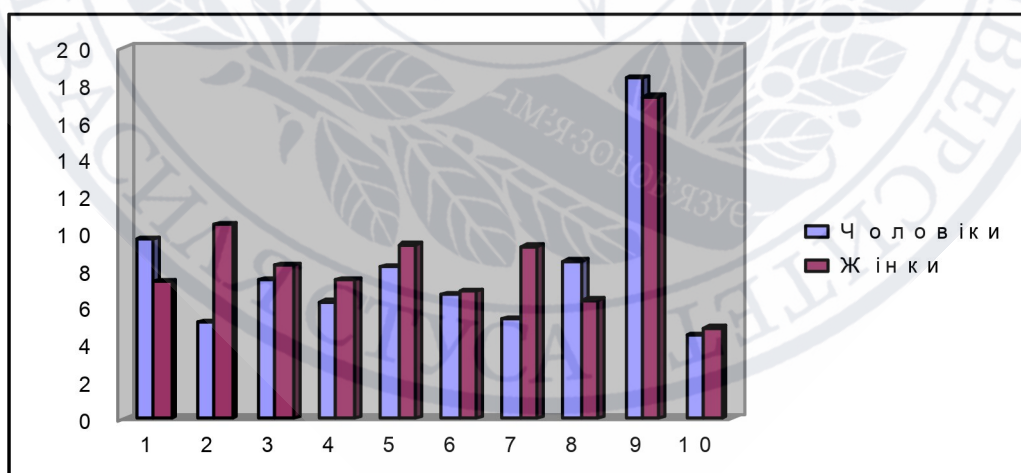


Рис. 2.6. Порівняльний аналіз особливостей агресивного реагування чоловіків та жінок

Для того, щоб порівняти чоловіків та жінок ми використали U-критерій Манна-Уїтні. Після підрахунку критерію, ми виявили, що достовірність

відмінностей у групі чоловіків вища за такими шкалами як «Фізична агресія» ($U_{\text{емп}} \leq U_{\text{кр}0,05}$) та «Вербальна агресія» ($U_{\text{емп}} \leq U_{\text{кр}0,05}$). Звичайно така тенденція пояснює те, що в сучасному суспільстві будь який чоловік зобов'язаний демонструвати більш високі рівні прямої фізичної та вербальної агресії ніж жінка.

В свою чергу жінки переважають чоловіків за «Непрямою агресією» ($U_{\text{емп}} \leq U_{\text{кр}0,01}$) та «Почутті провини» ($U_{\text{емп}} \leq U_{\text{кр}0,05}$). Така тенденція пояснюється тим, що жінки після прояву агресії стурбовані тим, чим вона може для них повернутися. Тому проявивши агресію вони швидше реагують на неї з почуттям провини і страху. Так наприклад жінки йдуть швидше на примирення ніж чоловіки, вони швидше прагнуть загладити провину.

На наш погляд однією із причин конфліктного реагування у спілкуванні може бути незадоволеність подружжя власним шлюбом. Тому представимо результати дослідження за методикою «Опитувальник задоволеності шлюбом В.В.Століна, Т.А.Романової, Г.П.Бутенко».

Представимо результати дослідження у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5. Результати дослідження за методикою «Опитувальник задоволеності шлюбом В.В. Століна, Т.А. Романової, Г.П. Бутенко»

Тип сім'ї	Абсолютна благополучна сім'я	Благополучна сім'я	Неблагополучна сім'я
Розподіл у %	21%	63%	16%

Як видно у таблиці 2.4., в основному шлюбні партнери задоволені своїм шлюбним союзом. Хоча для 16% сімейних пар, з нашої вибірки це 6 сімейних пар знаходяться або в стані кризової ситуації або в стані перед розлученням.

В подружніх парах, незадоволених своїми стосунками, відмічається зниження симпатії, невірноваженість, зайва критичність, постійне прагнення “взяти верх” над іншими, відчуженість, підозрілість, недовіра партнеру, скритість у вираженні почуттів, планів, думок. Крім того слід зазначити, що симпатія і привабливість сприяє зменшенню труднощів та перешкод, які виникають в подружньому житті, пом’якшує сімейну адаптацію, полегшує кризові періоди сім’ї, змінюють сімейні стосунки.

Узагальнюючи результати, можна стверджувати, що якість подружніх взаємин прямо залежить від структури мотивів вступу в шлюб. Зрілі, ціннісно-емоційні мотиви сприяють гармонійності стосунків, високій толерантності, конструктивному спілкуванню й задоволеності шлюбом. Натомість шлюб, заснований на прагматичних або суперечливих мотивах, частіше характеризується емоційною дистанцією, конфліктністю та низьким рівнем узгодженості потреб і очікувань.

Отже, мотиваційна структура шлюбу виступає прогностичним чинником стабільності й гармонії сімейних стосунків, відображаючи не лише індивідуальні цінності партнерів, але й їхню психологічну зрілість, здатність до емпатії, довіри та взаємної підтримки — ключові умови довготривалого, щасливого подружжя.

2.3. Кореляційний аналіз впливу мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини

Застосування кореляційного аналізу в дослідженні «Вплив мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини» є науково обґрунтованим, оскільки його метою є виявлення статистично значущих взаємозв’язків між психологічними змінними, що описують мотиваційні чинники вибору партнера та особливості функціонування подружніх стосунків. Використання цього методу дозволяє не лише констатувати наявність певних характеристик у респондентів, а

й визначити, які саме мотиви (емоційні, соціальні, економічні, духовні) мають найбільший вплив на якість і стабільність сімейних відносин.

Кореляційний аналіз забезпечує можливість кількісно оцінити силу та напрям взаємозв'язку між різними показниками, наприклад, між рівнем емоційної мотивації та задоволеністю шлюбом або між прагматичними мотивами і конфліктністю у стосунках. Завдяки цьому можна виявити глибинні закономірності, які не завжди очевидні під час описового аналізу, зокрема, як підвищення ролі матеріальних мотивів супроводжується зниженням рівня емоційної гармонії у шлюбі. Крім того, метод дозволяє перевірити висунуті гіпотези про те, що емоційно-ціннісні мотиви вибору партнера (кохання, підтримка, духовна спільність) позитивно корелюють із гармонійними подружніми стосунками, тоді як прагматичні або утилітарні мотиви — з підвищеною конфліктністю та нереалізованими очікуваннями.

З огляду на характер вибірки (70 осіб) і кількісну природу показників, у роботі доцільно застосовувався коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона (r), що дозволяє точно виміряти силу зв'язку між змінними. Для аналізу даних із ранговими чи якісними характеристиками може використовуватися коефіцієнт Спірмена (ρ), що підвищує достовірність висновків. Методика також дає змогу порівняти результати чоловічої та жіночої підгруп, визначити внутрішні зв'язки між аспектами подружньої взаємодії — рівнем толерантності, агресивності, задоволеністю шлюбом і ступенем нереалізованих очікувань. Розглянемо результати кореляційного аналізу в таблиці 2.6.

Таблиця 2.6. Результати кореляційного аналізу взаємозв'язку показників мотиву вступу в шлюб та подружніх відносин

Показники взаємозв'язку	Коефіцієнт кореляції (r)	Рівень значущості (p)
Кохання та емоційна близькість ↔ Задоволеність шлюбом	0,68	$p < 0,001$

Бажання мати дітей ↔ Відданість сім'ї	0,55	$p < 0,001$
Потреба в підтримці ↔ Толерантність у спілкуванні	0,49	$p < 0,001$
Економічна стабільність ↔ Задоволення потреб	0,37	$p < 0,01$
Соціальний статус ↔ Конфліктність у шлюбі	-0,42	$p < 0,01$
Релігійні мотиви ↔ Спільні цінності	0,51	$p < 0,001$
Прагматичні мотиви ↔ Нереалізовані очікування	0,57	$p < 0,001$

Інтерпретація результатів кореляційного аналізу показала наявність низки статистично значущих взаємозв'язків між мотивами вибору шлюбного партнера та особливостями подружніх взаємин. Найбільш виражений позитивний зв'язок спостерігається між емоційно-ціннісними мотивами (кохання, довіра, потреба у підтримці) та показниками задоволеності шлюбом ($r = 0,68$; $p < 0,001$). Це свідчить про те, що партнери, які вступали у шлюб із мотивів любові та емоційної близькості, демонструють вищий рівень гармонії, довіри та психологічного комфорту у взаєминах. Подібний зв'язок виявлено і між бажанням мати дітей та сім'ю та відданістю сімейним цінностям ($r = 0,55$; $p < 0,001$), що підтверджує важливу роль спільних цілей і батьківських орієнтацій у зміцненні подружніх стосунків.

Мотивація, пов'язана з потребою у підтримці, помірно корелює з комунікативною толерантністю ($r = 0,49$; $p < 0,001$), що вказує на здатність таких партнерів до взаємного прийняття, емпатії та конструктивного розв'язання конфліктів. Водночас мотиви економічної стабільності мають слабший позитивний зв'язок із задоволеністю потреб ($r = 0,37$; $p < 0,01$), тобто прагматичні чинники можуть посилювати відчуття безпеки, але не гарантують емоційної гармонії. Натомість соціальний статус і престиж негативно корелюють із рівнем подружньої гармонії ($r = -0,42$; $p < 0,001$), що свідчить про те, що шлюби,

побудовані на зовнішніх, статусних мотивах, частіше виявляються конфліктними або емоційно дистанційованими.

Додатково встановлено, що прагматичні мотиви вибору партнера мають сильний позитивний зв'язок із рівнем нереалізованих очікувань ($r = 0,57$; $p < 0,001$), тобто в таких парах спостерігається невідповідність між очікуваннями й реальністю спільного життя. Це часто проявляється у зниженні толерантності, зростанні критичності та взаємного незадоволення. Релігійні мотиви та орієнтація на традиційні сімейні цінності, навпаки, виявили позитивний зв'язок із показником спільності цінностей ($r = 0,51$; $p < 0,001$), що підтверджує стабілізуючий вплив духовних чинників на подружні взаємини.

Зіставлення результатів для чоловіків і жінок засвідчило певні відмінності у структурі зв'язків. Для жінок сильніше виражені кореляції між емоційно-ціннісними мотивами та комунікативною толерантністю ($r = 0,46$; $p < 0,001$), тоді як для чоловіків - між прагматичними мотивами і вербальною агресією ($r = 0,41$; $p < 0,01$). Це свідчить про те, що жінки схильні будувати взаємини на емоційній близькості, а чоловіки - частіше на соціальних або функціональних аспектах шлюбу.

Отже, результати кореляційного аналізу підтвердили, що *мотив вибору шлюбного партнера є важливим прогностичним чинником якості подружніх взаємин*. Емоційно зрілі мотиви (кохання, взаємопідтримка, спільні цінності) сприяють підвищенню задоволеності шлюбом, толерантності й стабільності стосунків, тоді як утилітарні мотиви (економічна вигода, престиж, тиск оточення) зумовлюють зростання рівня конфліктності, агресивності та емоційного відчуження. Таким чином, якість подружніх стосунків безпосередньо залежить від глибини, усвідомленості й зрілості мотивів, що лежать в основі вибору партнера.

Висновки до другого розділу

У результаті емпіричного дослідження, що охопило 70 респондентів різної статі, віку та соціального статусу, було встановлено, що домінуючими мотивами вступу в шлюб є емоційно-ціннісні чинники - кохання, емоційна близькість, бажання мати дітей і потреба в підтримці. Ці мотиви позитивно корелюють із задоволеністю шлюбом, високим рівнем комунікативної толерантності та гармонійними взаєминами у подружжі. Водночас прагматичні мотиви - економічна вигода, соціальний статус або юридичний аспект - мають слабший або навіть негативний вплив на якість стосунків, часто супроводжуючись емоційною дистанцією, конфліктністю та незадоволеними очікуваннями.

Аналіз виявив чіткі гендерні відмінності: жінки більше орієнтовані на емоційну підтримку, любов та спільні цінності, тоді як чоловіки частіше зосереджуються на практичних, матеріальних аспектах шлюбу. В умовах воєнного часу значна частина респондентів відзначає зміну мотивації на користь безпеки, стабільності та потреби у захищеності, що посилює прагматичний компонент вибору.

Згідно з результатами методики У. Харлі, у конфліктних сім'ях спостерігається високий рівень нереалізованих очікувань щодо ніжності, допомоги, щирості, фінансової підтримки та інших базових потреб. Це підтверджує важливість збігу очікувань і реальних проявів партнерської поведінки для стабільності подружжя.

Дані методики В. Бойка показали, що жінки демонструють вищий рівень комунікативної толерантності, краще сприймають індивідуальність партнера, проявляють більше гнучкості й схильності до компромісів. Натомість чоловіки частіше виявляють категоричність, нетерпимість до дискомфорту й намагання перевиховати партнера.

Методика А. Кочаряна засвідчила, що чоловіки у конфліктах частіше застосовують захисні механізми (раціоналізацію, ізоляцію, проекцію), тоді як жінки схильні до емоційної фіксації на психотравмі, депресивних і тривожних реакцій. Це свідчить про глибшу емоційну залученість жінок у стосунки та їхню більшу вразливість до сімейних конфліктів.

За тестом Басса–Даркі було виявлено, що чоловіки мають вищі показники фізичної та вербальної агресії, тоді як жінки більше схильні до непрямой агресії, образливості та почуття провини. Це вказує на різні стратегії переживання емоційної напруги: чоловіки — через зовнішній прояв, жінки — через внутрішню рефлексію та емоційне самозвинувачення.

Опитування задоволеності шлюбом за методикою В. Століна показало, що більшість опитаних оцінюють свої стосунки як благополучні (84%), тоді як 16% знаходяться в кризовому стані. У проблемних парах домінують емоційне відчуження, недовіра, критичність, відсутність симпатії та бажання домінувати, що вказує на низький рівень адаптивності партнерів.

Кореляційний аналіз підтвердив статистично значущі зв'язки між типом мотивації та якістю шлюбних стосунків. Найвищий позитивний зв'язок виявлено між коханням і задоволеністю шлюбом ($r = 0,68$; $p < 0,001$), потребою в підтримці й толерантністю ($r = 0,49$; $p < 0,001$), а також між бажанням мати дітей і відданістю сімейним цінностям ($r = 0,55$; $p < 0,001$). Натомість прагматичні мотиви значно корелюють із нереалізованими очікуваннями ($r = 0,57$; $p < 0,001$), а соціальний статус - із підвищеною конфліктністю ($r = -0,42$; $p < 0,01$). Це доводить, що глибинна емоційна мотивація сприяє стабільності, а поверхнева — ризикує створити підґрунтя для розчарувань.

Отже, результати дослідження підтвердили: мотив вибору шлюбного партнера є ключовим предиктором якості, стабільності та гармонії подружнього життя. Емоційно зрілі мотиви сприяють розвитку довіри, емпатії, відкритого

спілкування та психологічної адаптації, тоді як утилітарні - підвищують ризик конфліктів, незадоволеності та емоційного дистанціювання. Таким чином, особистісна зрілість і щирість мотивації визначають не лише характер стосунків, а й перспективу подальшого спільного життя.



РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ОПТИМІЗАЦІЇ ПОДРУЖНІХ СТОСУНКІВ

3.1. Обґрунтування корекційної програми «Партнерство з розумінням: як будувати щасливі стосунки»

Розробка запропонованої тренінгової програми (таблиця 3.1.) безпосередньо впливає з висновків емпіричного дослідження, яке засвідчило глибоку залежність якості подружніх взаємин від мотивації вступу в шлюб, емоційної зрілості партнерів, їхньої комунікативної толерантності, здатності до конструктивного вирішення конфліктів і взаємного прийняття.

Експериментальна група формувалася на основі добровільного прийняття участі в експерименті та не передбачала відбору сімейних пар за певними ознаками. Для сімейних пар ми надали наступну інформацію: «Ви маєте можливість покращити свої сімейні взаємостосунки. Ми пропонуємо всім бажаючим взяти участь у тренінговій програмі з оптимізації сімейних стосунків, яка розрахована на 9 занять (модулів). Заняття будуть проводитися 2 рази на тиждень, тобто весь проект розрахований на 1 місяць»

Таблиця 3.1. Зміст корекційної програми «Партнерство з розумінням: як будувати щасливі стосунки»

№	Назва модуля	Мета модуля	Форми та методи роботи
1	Знайомство. Очікування. Визначення цілей	Створити довірливу атмосферу, окреслити очікування та мету тренінгу	Інтерактивне знайомство, «очікування і побоювання», мозковий штурм
2	Психологічна зрілість як основа для шлюбу	Усвідомити важливість зрілості для формування гармонійного союзу	Самоаналіз, обговорення в парах

3	Мотиви вибору партнера: емоційні та прагматичні	Розпізнати власні мотиви та оцінити їхній вплив на майбутні стосунки	Тестування, групова дискусія, аналіз кейсів
4	Взаємні очікування та потреби в шлюбі	Усвідомити, як нереалізовані очікування спричиняють конфлікти	Вправа «Коло очікувань», рольові ігри, анкетування
5	Емоційна близькість і підтримка	Розвивати здатність до емпатії, підтримки та відкритого діалогу	Вправи на емпатію, тренінг активного слухання
6	Комунікативна толерантність	Формувати навички конструктивного спілкування в подружжі	Вправи «Я-повідомлення», робота в парах, обговорення
7	Агресія та конфлікти у стосунках	Усвідомити власні реакції та вчитись конструктивно вирішувати суперечки	Тестування, вправа «Сходи агресії», моделювання ситуацій
8	Задоволеність шлюбом і шляхи її підвищення	Визначити чинники подружньої задоволеності та шукати способи її зміцнення	Аналіз життєвих сценаріїв, міні-групи
9	Підбиття підсумків. Зворотний зв'язок	Узагальнити пройдений матеріал, визначити індивідуальні кроки розвитку	Відкрите обговорення, анкета зворотного зв'язку, «дерево рішень»

Методологічне підґрунтя реалізації тренінгової програми «Партнерство з розумінням: як будувати щасливі стосунки» базується на принципах гуманістичної психології, особистісно орієнтованого підходу та інтерактивної педагогіки дорослих.

Програма була спрямована на розвиток емоційної зрілості, комунікативної компетентності та усвідомлення мотивів вибору партнера, що є ключовими чинниками стабільного та щасливого подружнього життя.

Робота проводилася у форматі групового психологічного тренінгу, який складався з 9 структурованих занять, що охоплювали основні аспекти подружньої взаємодії: від самопізнання та виявлення цінностей до подолання конфліктів і підвищення задоволеності шлюбом. Кожне заняття мало чітку методичну побудову: вступ із актуалізацією теми, міні-лекція, виконання вправ (індивідуальних, у парах і групах), обговорення та рефлексія. Сесії проводилися щотижня, тривалість кожної – 90 хвилин.

Психолог виконував роль фасилітатора, який створював безпечний простір для відкритої взаємодії, сприяв рефлексії та підтримував кожного учасника на шляху самопізнання. В основі його роботи лежали такі принципи: конфіденційність, емпатія, недирективність, активне слухання, зворотний зв'язок, поступовість та міжособистісна взаємодія. Конфіденційність гарантувала безпеку особистісного самовираження. Принцип емпатії передбачав безумовне прийняття учасника, а недирективність — підтримку без оцінювання та нав'язування рішень. Усі теми опрацьовувалися поступово, з урахуванням психологічної готовності учасників, а вправи добиралися з урахуванням їхньої ефективності, безпечності та актуальності.

У межах програми застосовувалися різноманітні методи: психодіагностика, арт-техніки, рольові ігри, кейс-аналіз, робота з метафорами, дискусії, мікрогрупова робота. Завдяки цьому учасники не лише здобували знання, а й мали можливість глибоко пропрацювати власні переконання, емоції та взаємодію з партнером.

Отже, тренінгова програма була реалізована з урахуванням сучасних психологічних і методичних стандартів. Вона дозволила учасникам не лише краще зрозуміти себе та свої потреби, а й засвоїти ефективні стратегії побудови зрілих, гармонійних і довготривалих подружніх взаємин.

3.2. Ефективність корекційної програми та результати проведеного дослідження

Аналіз результатів корекційної програми з родиною, доповненої психологічним консультуванням, показав позитивні зрушення в повторному дослідженні сімейних пар з метою корекції їх рольових очікувань, стереотипів та установок. Якісний і кількісний аналіз показників ефективності проведеного тренінгу оптимізації взаємостосунків чоловіка і дружини здійснений шляхом порівняння даних, отриманих на різних етапах дослідно-експериментальної роботи.

Серед пар, що брали участь в експерименті, нами були відібрані вісім пар, що стали учасниками тренінгової програми. Ціль програми тренінгу складалася у використанні методів системно-сімейної терапії в подоланні агресивних проявів чоловіка і жінки.

Тренінг проводився протягом місяця, що склало 8 занять (2 рази у тиждень). Кожне заняття мало визначену мету і специфіка його полягала в тому, що психологові можна було працювати не з одною людиною, а з цілою системою, тобто одночасно з чоловіком і дружиною, що на наш погляд мало результати і підкріпилося у формуючому експерименті.

Таблиця 3.1. Розподіл результатів дослідження за методикою «Реакції чоловіка та жінки на конфлікт» в експериментальній та контрольній групі до та після експерименту (високий рівень вираженості)

№	Назва шкали	Чоловік/ дружина (у %)		Дружина/чоловік (у %)	
		Контрольна група (КГ)		Експериментальна група (ЕГ)	
		До формувань ного експеримен	Після формувань ного експеримент	До формувань ного експерименту	Після формувань ного експерименту

		ту	у		
1	Не конструктивних установок на шлюб (НУ)	26% / 16%	27% / 17%	16% / 25%	13% / 18%
2	Депресії (Д)	18% / 36%	17% / 15%	36% / 17%	18% / 13%
3	Протективних механізмів (ПМ)	28% / 18%	29% / 16%	18% / 26%	12% / 12%
4	Дефензивних механізмів (ДМ)	42% / 16%	42% / 14%	16% / 42%	34% / 8%
5	Агресії (А)	29% / 16%	26% / 18%	16% / 27%	9% / 5%
6	Соматизації тривоги (СТ)	14% / 37%	12% / 35%	37% / 15%	18% / 8%
7	Фіксації на психотравмі (Ф)	24% / 33%	25% / 31%	33% / 25%	21% / 17%

Для того, щоб порівняти результати дослідження представимо графічно порівняльний аналіз контрольної групи після проведення корекційної програми (див.рис.3.1.).

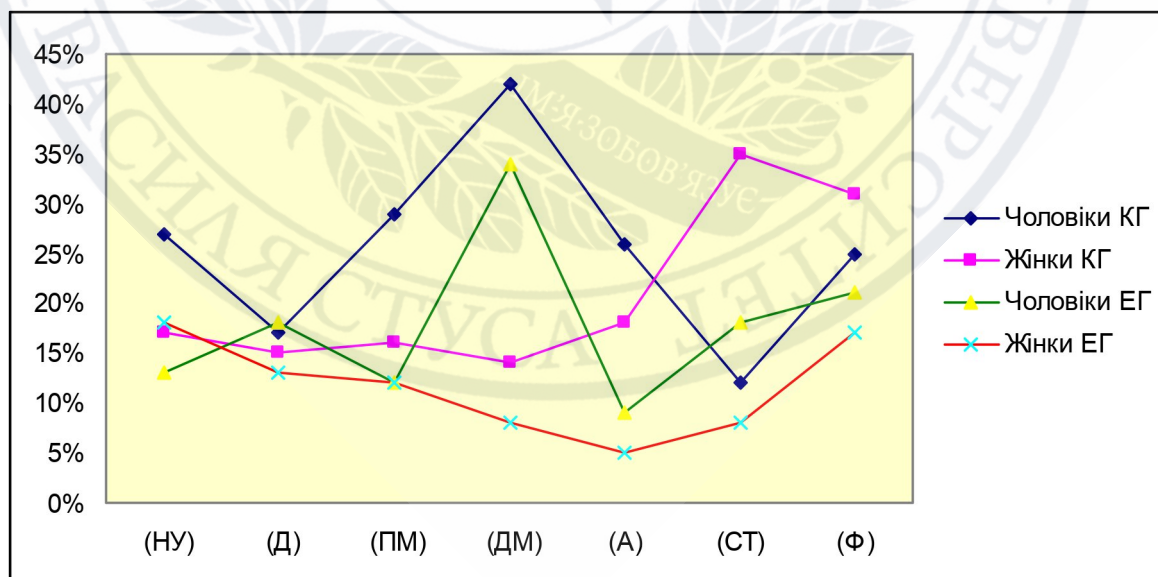


Рис. 3.1. Результати розподілу значень за опитувальником «Реакції чоловіка й жінки на конфлікт» у КГ та ЕГ після формуального експерименту

Для з'ясування достовірності відмінностей між контрольною та експериментальною групою після формувального експерименту, ми використали ϕ^* - критерій Фішера. Отримані значення ми співставляли з критичними значеннями: $\phi^* \leq 1,64$ ($p \leq 0,05$) і $\phi^* \leq 2,31$ ($p \leq 0,01$). У випадку якщо $\phi^*_{\text{емп}} \geq \phi^*_{\text{кр}}$, то можна констатувати достовірні відмінності у досліджуваних групах.

Нами були встановлені наступні досвідні відмінності між контрольною та експериментальною групою за шкалою «Не конструктивних установок на шлюб» (НУ) $\phi^*_{\text{емп}} = 3,87$ ($p \leq 0,01$) у чоловіків. Такі результати говорять про те, що в процесі корекційно роботи чоловіки змінили свої уявлення про сім'ю з неконструктивних на позитивні. У жінок як експериментальної так і контрольної груп статистично значимих відмінностей не становлено. Таку тенденцію можна пояснити тим, що жінки більш конструктивно налаштовані на сам факт існування сім'ї, як окремого мікросередовища.

Встановлені достовірні відмінності між контрольною та експериментальною групами після формувального експерименту за шкалою «Протективних механізмів» (ПМ) у чоловіків $\phi^*_{\text{емп}} = 1,87$ ($p \leq 0,05$). За вказаною шкалою у експериментальній групі у чоловіків зменшилились випадки використання таких захисних реакцій як витіснення, регресія, заперечення і т.д.

У жінок значимих відмінностей між контрольною та експериментальною групами відмінностей не виявлено.

Встановлені досвідні відмінності за шкалою «Дефензивних механізмів» (ДМ) на рівні $\phi^*_{\text{емп}} = 1,67$ ($p \leq 0,05$) у жінок та $\phi^*_{\text{емп}} = 3,87$ ($p \leq 0,01$) у чоловіків. Такі результати говорять про те, що як чоловіки так і жінки сатли менше використовувати у своїй поведінці такі захисні механізми як раціоналізація, ізоляція, інтелектуалізація і т.д..

Також нами встановлені достовірні відмінності між контрольною та експериментальною групами після формувального експерименту за шкалою

«Агресія» (А) як у чоловіків $\phi^*_{\text{емп}} = 3,17$ ($p \leq 0,01$) так і у жінок $\phi^*_{\text{емп}} = 3,11$ ($p \leq 0,01$). Такі результати ще раз підтверджують ефективність проведення групової сімейної психотерапії яка дозволяє зменшити агресивні прояви подружжя у ставлені до шлюбного партнера.

Досить сильними виявилися відмінності за шкалою «Соматизації тривоги» (СТ) між контрольною та експериментальною групами у жінок $\phi^*_{\text{емп}} = 4,87$ ($p \leq 0,01$) і не виявлено відмінностей у чоловіків. Таку тенденцію можна пояснити тим, що жінки, які брали участь у сімейній психотерапії почали менше тривожитись стосовно власного здоров'я.

Також значимими є відмінності за шкалою «Фіксація на психотравмі» (Ф) у жінок $\phi^*_{\text{емп}} = 3,27$ ($p \leq 0,05$) між контрольною та експериментальною групами. Такий результат є свідченням того, що жінки стали більш гнучкі у своїй поведінці, менш образливі.

Наступною методикою в обробці та аналізі результатів формувального експерименту була методика «Толерантність» В.Бойко. Зазначена методика містить 9 параметрів, що на наш погляд досить вдало розкривають проблему корекції агресивних проявів особистості в подружніх відносинах засобами розвитку терпимого ставлення до шлюбного партнера.

Представимо результати в контрольній (КГ) і експериментальній групі (ЕГ) до і після формуючого експерименту.

Таблиця 3.2. Результати діагностики особливостей толерантності за методикою В.Бойко в КГ і ЕГ (низький рівень толерантності) до і після формувального експерименту

№	Назва шкали	Чоловік/ дружина (у %)				Дружина/чоловік (у %)			
		Контрольна група (КГ)				Експериментальна група (ЕГ)			
		До формува льного експерименту		Після формува льного експерименту		До формува льного експерименту		Після формува льного експерименту	
1	Неприйняття або нерозуміння індивідуальності людини	0%	44%	3%	41%	1%	47%	58%	43%
2	Використання себе як еталон при оцінці інших	67%	52%	62%	55%	65%	50%	43%	54%
3	Категоричність або консерватизм в оцінках людей	51%	43%	52%	46%	49%	43%	35%	39%
4	Невміння приховувати або згладжувати неприємні почуття при зіткненні з некоммунікбельними якостями партнерів	50%	43%	48%	47%	50%	43%	52%	17%
5	Прагнення переробити перевиховати партнерів	56%	66%	51%	72%	57%	63%	46%	26%
6	Прагнення підіграти партнера під себе, зробити його зручним	69%	50%	69%	56%	67%	50%	63%	49%
7	Невміння прощати іншому помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності	36%	42%	34%	51%	35%	40%	29%	38%
8	Нетерпимість до фізичного або психічного дискомфорту партнера	74%	39%	73%	37%	73%	40%	68%	43%
9	Невміння пристосовуватися до партнера	54%	38%	55%	39%	53%	37%	36%	25%

Для того щоб детальніше розглянути отриманні результати після формувального експерименту, представимо їх на рис. 3.2.

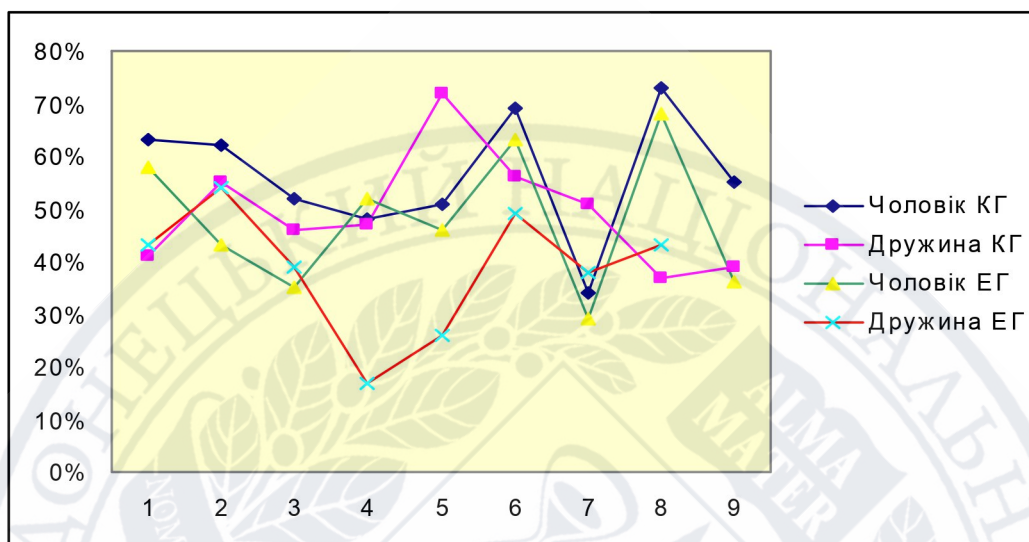


Рис.3.2. Результати розподілу значень за опитувальником «Толерантність» В. Бойко у КГ та ЕГ після формувального експерименту

*Примітка: назви шкал див. у таблиці 3.2.

На основі порівняльного аналізу ми можемо спостерігати, що у контрольній групі значимих змін після проведеного формувального експерименту не відбулось. У експериментальній групі після повторного зрізу нами були встановлені наступні статичні відмінності за ϕ^* - критерієм Фішера $\phi^* \leq 1,64$ ($p \leq 0,05$) і $\phi^* \leq 2,31$ ($p \leq 0,01$).

У чоловіків експериментальної групи відбулись позитивні зрушення за шкалою «Використання себе як еталон при оцінці інших» $\phi^*_{\text{емп}} = 1,93$ ($p \leq 0,05$), «Категоричність або консерватизм в оцінках людей» $\phi^*_{\text{емп}} = 1,73$ ($p \leq 0,05$), «Невміння пристосовуватися до партнера» $\phi^*_{\text{емп}} = 2,13$ ($p \leq 0,05$). Можна зробити висновок, що чоловіки сатли більш терпимі до недоліків власних дружин, менше стали використовувати себе як шаблон для оцінки шлюбного партнера та у них з'явилась така риса як гнучкість, адаптивність.

У жінок експериментальної групи відбулось більше позитивних зрушень, це можливо пов'язано з тендерними особливостями і тим, що і в констатувальному експерименті жінки за своєю природою є більш терпимі і витривалі аніж їх чоловіки. Тому проаналізуємо отримані статистично значимі відмінності. За шкалою «Невміння приховувати або згладжувати неприємні почуття при зіткненні з некоммунікбельними якостями партнерів» $\phi^*_{\text{емп}} = 1,84$ ($p \leq 0,05$), «Прагнення переробити перевиховати партнера» $\phi^*_{\text{емп}} = 3,44$ ($p \leq 0,01$), «Невміння прощати іншому помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності» $\phi^*_{\text{емп}} = 2,16$ ($p \leq 0,05$). Зазначені зміни вказують на те, що жінки стали терпиміші до негативних рис чоловіка, стали більш толерантно відноситись до помилок шлюбного партнера, не згадувати завдалі неприємності.

Висновки до третього розділу

Узагальнюючи результати третього розділу, можна стверджувати, що розроблена та впроваджена тренінгова програма «Партнерство з розумінням: як будувати щасливі стосунки» є науково обґрунтованою, змістовно насиченою та ефективною формою психологічної допомоги подружнім парам. Її теоретичне підґрунтя базується на засадах гуманістичної психології, а практична реалізація враховує ключові чинники, що впливають на гармонію у шлюбі — емоційну зрілість, конструктивну комунікацію, розуміння мотивів і очікувань партнерів.

Психологічна структура програми, її модульність та поступовість дозволили створити безпечний простір для рефлексії, саморозуміння та практичного відпрацювання нових моделей подружньої взаємодії. Участь подружніх пар у спільних тренінгових заняттях сприяла підвищенню рівня довіри, зниженню емоційного напруження, зменшенню деструктивної поведінки.

Результати дослідно-експериментальної роботи підтвердили високу ефективність розробленої корекційної програми, спрямованої на оптимізацію

подружніх взаємин шляхом корекції рольових установок, зменшення агресивності та підвищення рівня толерантності в сімейній системі. Порівняльний аналіз даних до та після формувального експерименту засвідчив статистично значущі позитивні зміни у подружніх стосунках. Зокрема, у чоловіків спостерігається зниження неконструктивних установок на шлюб та підвищення здатності до прийняття індивідуальності партнера. У жінок виявлено покращення за показниками толерантності, зменшення прагнення змінювати партнера та більша здатність прощати.

Особливо важливими є дані, що свідчать про зниження рівня агресивного реагування у взаємодії партнерів, зокрема в експериментальній групі. Це підтверджує доцільність застосування психологічного тренінгу як інструменту зниження напруги, розвитку емпатії та формування нових моделей конструктивної поведінки.

Таким чином, впроваджена корекційна програма показала свою ефективність у покращенні якості подружньої взаємодії, зменшенні деструктивних проявів та підвищенні психологічної гармонії у сім'ї. Це дозволяє рекомендувати її для подальшого використання у практиці сімейного консультування та психотерапевтичної роботи з парами.

ВИСНОВКИ

1. У процесі теоретичного аналізу встановлено, що подружні стосунки — це складна система міжособистісних взаємодій, які формуються на основі індивідуальних характеристик подружжя, їхніх цінностей, очікувань, стилю спілкування, здатності до компромісу та емоційної підтримки. В умовах війни подружні стосунки набувають додаткового навантаження: зростає потреба в безпеці, стабільності, фізичній і психологічній підтримці, що зумовлює переорієнтацію мотивацій на користь прагматичних чинників (захист, надійність, впевненість у завтрашньому дні). При цьому класичні емоційно-ціннісні мотиви - кохання, духовна близькість, спільні цінності — залишаються ключовими для формування гармонійних взаємин.

Теоретичне обґрунтування спирається на положення класичних і сучасних концепцій (З. Фройд, Е. Фромм, К. Юнг, А. Адлер, С. Кратохвіл, К. Вітакер), які підкреслюють роль досвіду дитинства, батьківських моделей поведінки, внутрішніх психодинамічних структур та ціннісної узгодженості у процесі вибору партнера. Також враховано українські наукові підходи (І. Бех, В. Роменець, Т. Титаренко, Є. Головаха), що розглядають мотив як основу особистісного та соціального вибору.

2. У межах другого завдання дослідження було розроблено ґрунтовну програму емпіричного вивчення впливу мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини, яка передбачала чітке визначення мети, завдань, гіпотези, вибірки, методів збору та аналізу даних. Вона включала діагностику мотиваційної сфери, особливостей сприйняття партнера, рівня задоволеності шлюбом, емоційної близькості, агресивності, толерантності та особистісної адаптації в шлюбі. У програму було інтегровано перевірені психодіагностичні методики, зокрема опитувальники В. Століна, У. Харлі, В. Бойка, А. Кочаряна та тест Басса–Даркі, що дало змогу всебічно дослідити не лише мотивацію, а й її прояви у

поведінці, емоціях і взаємодії партнерів. Вибірка складалася з 70 респондентів різної статі, віку, тривалості шлюбу та соціального статусу, що забезпечило репрезентативність даних. Програма також враховувала контекст воєнного часу, у якому змінюються пріоритети у виборі партнера, що надало дослідженню додаткової актуальності. Запропонована програма емпіричного дослідження виявилася ефективним і надійним інструментом вивчення складної багатовимірної проблеми мотиваційного вибору в контексті шлюбних стосунків і має високий потенціал для подальшого використання в науковій та практичній діяльності.

3. Результати емпіричного дослідження засвідчили, що найвищий рівень задоволеності шлюбом, емоційної близькості, взаєморозуміння та толерантності спостерігається у тих пар, чий шлюб ґрунтується на емоційно-ціннісних мотивах - коханні, бажанні емоційної підтримки, духовній спорідненості, готовності розвиватися разом. Кореляційний аналіз підтвердив статистично значущі позитивні зв'язки між такими мотивами й ключовими показниками шлюбного функціонування: зокрема, між коханням і задоволеністю шлюбом ($r = 0,68$; $p < 0,001$), потребою в підтримці й комунікативною толерантністю ($r = 0,49$; $p < 0,001$), бажанням мати дітей і відданістю сімейним цінностям ($r = 0,55$; $p < 0,001$).

Водночас прагматичні мотиви (матеріальні вигоди, соціальний статус, юридична зручність) виявили негативну кореляцію з показниками психологічного благополуччя: вони часто асоціюються з емоційним відчуженням, невдоволенням, конфліктністю, зростанням нереалізованих очікувань ($r = 0,57$; $p < 0,001$) та підвищеною агресивністю. Особливо виразними є гендерні відмінності: жінки частіше демонструють емоційну включеність у стосунки, високу здатність до компромісів і прийняття партнера, тоді як чоловіки мають тенденцію до домінування, жорсткішої оцінки поведінки дружини, меншої гнучкості у конфліктах.

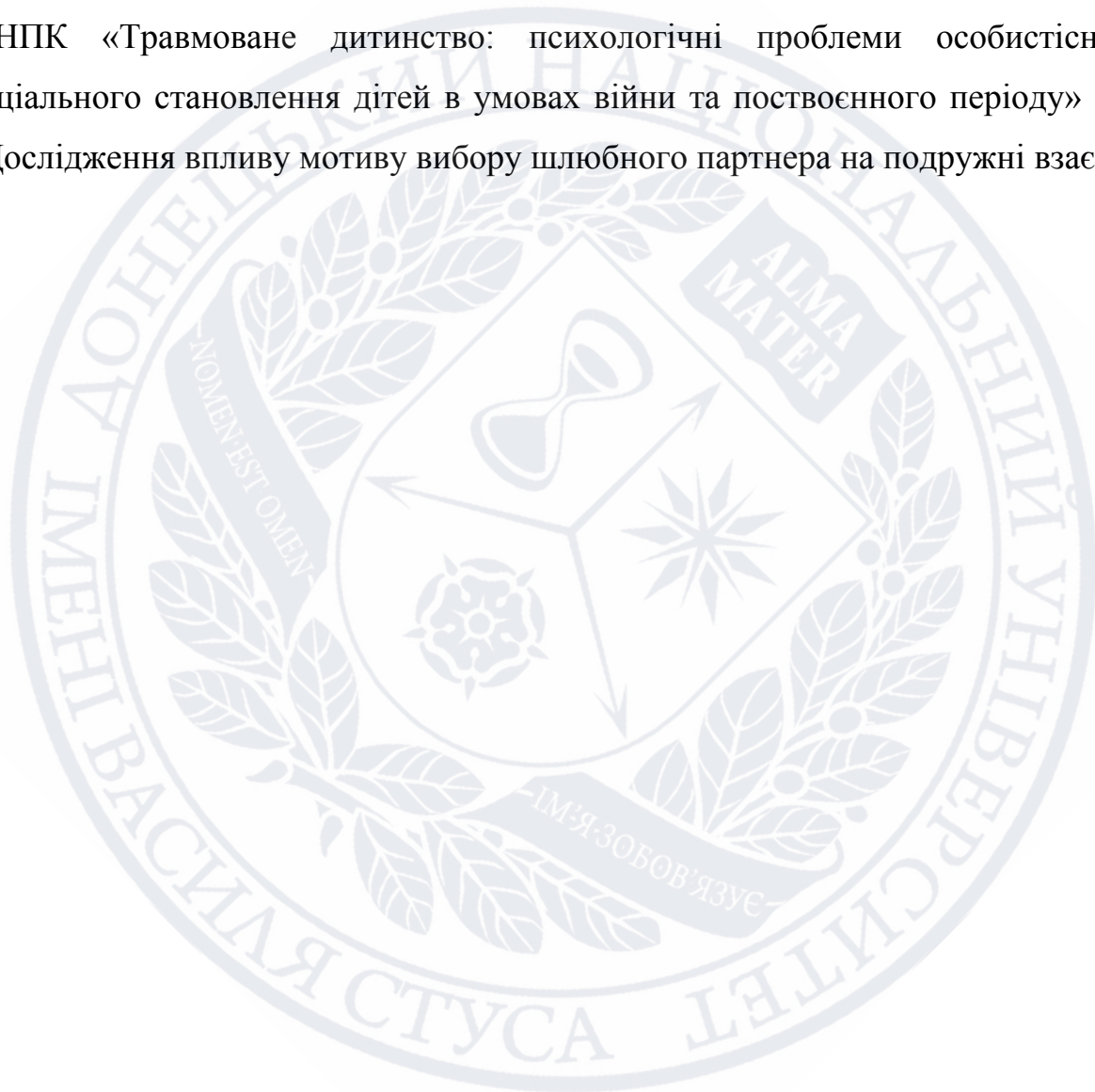
Крім того, в умовах воєнного часу мотиви набувають додаткових змістів: безпека, стабільність, наявність сильного партнера — стають вагомими

критеріями вибору, що може як підсилити прагматичний компонент мотивації, так і активізувати пошук емоційного прихистку. Таким чином, мотивація вступу в шлюб є не лише передумовою емоційного клімату в подружжі, а й чинником стабільності, адаптації до стресових умов і збереження сім'ї в кризових ситуаціях.

4. Розроблена програма психологічної корекції щодо оптимізації подружніх стосунків у сім'ї була реалізована шляхом створення спеціалізованої тренінгової програми під назвою *«Партнерство з розумінням: як будувати щасливі стосунки»*, яка стала логічним продовженням теоретичних напрацювань і емпіричних висновків попередніх етапів дослідження.

Програма була побудована на інтеграції сучасних психологічних підходів, зокрема гуманістичної психології, особистісно-орієнтованого підходу, системної сімейної терапії. У центрі уваги були мотивація шлюбного вибору, емоційна зрілість, комунікативна толерантність, управління агресією та конструктивне подолання конфліктів, які були визнані ключовими чинниками, що впливають на гармонію в подружніх взаєминах. Тренінг складався з 9 тематичних модулів, кожен із яких мав чітку цільову спрямованість: від самопізнання та ідентифікації внутрішніх установок - до вдосконалення навичок емпатії, конструктивної комунікації й формування спільних цінностей у подружжі. Всі заняття проводилися у формі групової роботи з використанням активних методів: психологічних вправ, рольових ігор, аналізу кейсів, арт-технік, дискусій, метафоричних інструментів. Це дозволило не лише ознайомити учасників із теоретичними поняттями, а й забезпечити практичне відпрацювання навичок, необхідних для гармонійного подружнього життя. Застосована програма показала високу ефективність у зниженні агресивності, підвищенні рівня толерантності, усвідомленні ролей і очікувань у шлюбі, що підтверджено результатами кількісного та якісного аналізу змін у експериментальній групі.

За результатами проведеного дослідження було опубліковано тези на МНПК «Актуальні проблеми реалізації адаптаційного потенціалу особистості в сучасних умовах життєдіяльності» на тему: «Теоретичний аналіз впливу мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини у психологічній науці», та тези на МНПК «Травмоване дитинство: психологічні проблеми особистісного та соціального становлення дітей в умовах війни та поствоєнного періоду» на тему «Дослідження впливу мотиву вибору шлюбного партнера на подружні взаємини».



СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андронакі Л. В. Соціально-психологічна допомога сім'ям на різних стадіях розлучення : дипломна робота бакалавра / Л. В. Андронакі; наук. керівник У. В. Варнава; ОНУ ім. І. І. Мечникова, ІПО, каф. соціальної роботи. Одеса, 2016. 66 с
2. Балика Є. С. Взаємозв'язок задоволеності шлюбом з фактором рівня домагань. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2015. № 1. С. 24–29.
3. Вірна Ж. П. Адаптаційний профіль задоволеності життям особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2013. № 2. С. 2025.
4. Власова О. Психологія розвитку соціальних здібностей особистості в онтогенезі (повний онтогенез) : монографія. Ottawa: AGC, 2019. 377 с.
5. Волошина В. В. Специфіка консультативної допомоги у процесі вирішення проблем молодого подружжя. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія. 2023. № 3. Ужгород, 2023. С. 67–71.
6. Величко Р. В. Феноменологія стратегій вибору шлюбного партнера як предмета психологічного аналізу. *Theoretical and Empirical Scientific Research: Concept and Trends*. 2021. Вип. 3. С.59-68.
7. Главацька О. Л. Сутність і особливості статевої соціалізації молоді як теоретична основа професійної підготовки майбутніх соціальних працівників. *Social Work and Education*. 2014. № 1. С. 64–71.
8. Гончар Л. В., Кравченко Т. В. Формування сімейних цінностей у молоді в сучасних соціокультурних умовах: монографія. Харків : друкарня Мадрид, 2016. 175 с.
9. Гречин І. М. Підготовка молоді до виконання батьківських обов'язків у Німеччині : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07. Тернопіль, 2012. 166 с.

- 10.Говорун Т. В., Кікінежді О. М. Гендерна психологія : навчальний посібник. Київ: Вид. центр «Академія», 2004. 308 с.
- 11.Діагностичні методики: збірник / уклад.: М.В. Лемак, В.Ю. Петрище. Вид. 2-ге, виправл. Ужгород :Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.: іл. ISBN 978-617-531-048-9.
- 12.Державна служба статистики України. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/2623160-v-ukraini-smertnistperevisuenarodzuvanist-majze-udvici-derzstat.html> (дата звернення: 16.11.2022).
- 13.Державна цільова соціальна програма підтримки сім'ї на 2016-2021 роки. URL: <http://www.zakon1.rada.gov.ua> (дата звернення: 17.03.2023).
- 14.Замашкіна О. Д. Педагогіка сімейного виховання: навч. посіб. Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2016. 400 с.
- 15.Захарченко В. Г. Готовність молоді до сімейного життя : соціальнопсихологічний аспект. Психологія. Збірник наукових праць. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, випуск 24., 2009. С. 41–48.
- 16.Капська А. Й. Молода сім'я: проблеми та умови її становлення. Київ : ДЦССМ, 2021. 184 с.
- 17.Карасевич А. П. Зміст і структура готовності студентів до шлюбу і створення сім'ї. Освітнянські обрії: реалії і перспективи : зб. наук. пр. Київ : ІПТО, 2007. № 3. С. 313–314.
- 18.Кравець В. П. Підготовка учнівської молоді до сімейного життя в Україні XXI століття : стан, тенденції, шляхи вдосконалення: монографія. Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2020. 584 с.
- 19.Кравець В. П. Сексуальна педагогіка: навч. посіб. Тернопіль : ТНПУ, 2016. 320 с.

20. Кравець. В. П. Підготовка учнівської молоді до сімейного життя в зарубіжній школі та педагогіці : історія та сучасність : монографія. Тернопіль : ТНПУ, 2019. 256 с.
21. Котлова Л. О., Саух І. Д. Психологічні чинники задоволеності шлюбом на різних етапах подружнього життя. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2019. Вип. 1. С. 223-228.
22. Кемпбел Р. П'ять мов любові у подружжі. Львів: Свічадо, 2008. 188 с.
23. Лисенко Л. М. Психологічні чинники задоволеності стосунками в молодих парах. *Теорія і практика сучасної педагогіки та психології*. Запоріжжя, 2018. № 5. С. 73–77.
24. Магдисюк Л. І. Психологічна допомога дитині та сім'ї: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 324 с.
25. Магдисюк Л. І., Блаватна О. Б. Психологічна допомога сім'ї, яка виховує дитину із затримкою психічного розвитку. *Herald pedagogiki. Nauka i Praktyka*. № 52 (02/2020): Wydawca: Sp. z o.o. «Diamond trading tour». 2020. S. 64–66.
26. Магдисюк Л. І., Ковальчук Л. І. Психолого-педагогічні особливості виховання самостійності у дітей старшого дошкільного віку в колі сім'ї. *Herald pedagogiki. Nauka i Praktyka* # 53 (03/2020): Wydawca: Sp. z o.o. «Diamond trading tour». 2020. S. 89–92. 155
27. Магдисюк Л. І., Мельник А. П. Психологія життєвих криз та кризове консультування: навч.-метод. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 100 с. 1
28. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П. Практикум психологічного консультування в юридичній сфері: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 320 с.

29. Магдисюк Л., Замелюк М., Безпарточна О., Борбич Н. Психологічна допомога дитині та сім'ї: практикум. навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 280 с.
30. Молода сім'я в Україні: проблеми становлення та розвитку. Тематична Державна доповідь про становище сімей в Україні за підсумками 2019 р. Київ : Державний інститут проблем сім'ї та молоді, 2020. 140 с.
31. Мороз Р.А. Моделі шлюбно-сімейних відносин. Психологічна газета. 2014. № 1. С. 8–11.
32. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. Психологія молодої сім'ї : монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.
33. Орбан-Лембрик Л.Е. Шлюбно-сімейні взаємини і стабільність родинного життя: збірник наукових праць, Івано-Франківськ, 2006., 136 с.
34. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. / О. А. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. – 136 с. 86. Психологія сім'ї: техніки підтримки родини: метод. посіб. / за ред. Інни Литвинової та Тетяни Курганської. Київ: ТОВ «7БЦ», 2023. 264 с.
35. Потапчук Є. М. Моделі поведінки подружжя в реалізації основних сімейних функцій. 2021. Вип. 21. С. 268–274.
36. Потапчук Є. М. Кризи сімейного життя та як їх подолати : довідник сімейного психолога. Хмельницький : ХНУ, 2014. 35 с.
37. Потапчук Є. М. Психологічна діагностика шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності з партнером : довідник сімейного психолога. Хмельницький : «PolyLux design print», 2020. 36 с.
38. Потапчук Є. М., Потапчук Н. Д. Позашлюбні стосунки подружжя та причини їх виникнення : зб. наук. пр. НАДПСУ. Педагогічні та психологічні науки. Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2015. № 61. С. 205–209.
39. Помиткіна Л.В. Психологія сім'ї: навч. посіб. 2010. 270 с

40. Помиткіна Л. В., Злагодух В. В., Хімченко Н. С., Погорільська Н. І. *Психологія сім'ї: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів*. Київ: НАУдрук, 2018.
41. Психологічна допомога дитині та сім'ї: практикум. Л. Магдисюк, М. Замелюк, О. Беспарточна, Н. Бобрич. Луцьк : «Вежа-Друк», 2022. 280 с.
42. Програма сертифікатного курсу з підвищення професійної компетентності за напрямом «Практична психологія у сфері професійного та сімейного консультування». Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 96 с.
43. Погорільська Н.І. Сім'я у системі цінностей сучасних українців. *Habitus*, 2022. № 40. С. 31-42.
44. Скворчевська Є. Л. «Уявлення подружньої пари про сімейні ролі». *Вісник психологічний ДонДУ*, 2023. (jvestnik-psychological.donnu.edu.ua)
45. Федоренко Р. П., Мушкевич М. І. , Дучимінська Т. І., Магдисюк Л. І. *Психологія молодії сім'ї: монографія*. Вид. 2-ге, доповн. та змін. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. 392 с.
46. Федоренко Р. П., Мушкевич М. І., Коширець В. В. *Психологічне консультування: зміст, прийоми, технології*. Вид. 2-ге, змін. та доп. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. 368 с.
47. Федоренко Р. П., Шкарлатюк К. І. *Психологічний практикум з консультування: зміст, прийоми, технології*. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2012. 200 с.
48. Цільмак О. М., Лефтеров В. О. *Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі: навчально-наочний підручник*. Київ: Вид-во Ліра-К, 2020, 266 с.
49. Цьомик Х. Б. Теоретичний аналіз проблеми емоційної значущості у психологічній науці. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. Т. 32 (71). № 2. Київ, 2021. С. 102–108.

- 50.Цьомик Х. Б. Психологічна сутність подружніх взаємин у зарубіжних та вітчизняних дослідженнях. Габітус. Серії: *Психологія. Соціологія*. Т. 2. № 24. Одеса, 2021. С. 177–183.
- 51.Цьомик Х. Б. Рівень довіри як конструкту емоційно-почуттєвого параметру емоційної значущості подружніх взаємин у циклі сімейного життя Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: *Психологія*. № 3. Ужгород, 2023. С. 95–98.
- 52.Хлопоніна Н.С. Вплив рольових очікувань подружжя на характер сімейного спілкування : автореф. дис. ... канд. психол. наук ; Інститут соціальної та політичної психології АПН України. Київ, 2017. 25 с
- 53.Чанцева-Коваленко О. М. Особливості віртуальної освіти дорослих в контексті сімейних стосунків. *Освіта, наука та виробництво: розвиток та перспективи*: матеріали І наук.-метод. конф., (Шостка, 28 квіт. 2015 р.). Суми : Сумський державний університет, 2015. 205 с. С. 194–196.
- 54.ЧанцеваКоваленко О. М. Проблема формування готовності до сімейного життя та відповідального батьківства у молоді. *Психологічний часопис : зб. наук. пр.*. Київ: Інст психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2015. № 1. Вип. 1. С. 98102.
- 55.Цільмак О. М., Шмаленко Ю. І., Мілорадова Н. Е., Гарькавець С. О. *Психологія сім'ї*. Одеса: Видавничий дім «Гельветика», 2024. 266 с. (dspace.onua.edu.ua)
- 56.Шинкаренко І. Сім'я в умовах війни: психологічні, психосоціальні та психопатологічні проблеми. Науковий вісник ДДУВС. 2022. *Спеціальний випуск* № 2. С. 550–557.
- 57.Яніцка-Панек Т. Роз'єднана українська родина – огляд ситуації, спричиненої війною. Вісник кафедри ЮНЕСКО «Неперервна професійна освіта XXI

- століття» UNESCO chair journal «Lifelong professional education in the xxi century». Випуск / Issue 5 (2022). С. 94–102.
58. Chaban O., Khaustova O., Bezsheyko V. New Quality of Life Scale in Ukraine: reliability and validity *Indian Journal of Social psychiatry*, Vol. 32, Issue 4, OctDec 2016, p. 473.
 59. Burisch M. In search of theory: Some ruminations on the nature and etiology of burnout. *Professional burnout: Recent developments in the theory and research*. 1995. P. 323 – 335
 60. Cherniss C. Long-term consequences of burnout: An exploratory study. *Journal of Organizational Behavior*. Vol. 13. No. 1. 1992. P. 1–11.
 61. Freudenberger H. J. Staff burn-out. *Journal of Social Issues*. 1984. Vol. 30. No. 1. P. 159–165.
 62. Maksymenko, Yu. B. & Matokhnyuk, L. O. Principles of research in psychology of development of information competence of personality. *Science and education*, 2017. № 11, P. 76-85
 63. Maslach C. Burnout in organizational settings. *Applied Social Psychology Annual*. 1984. Vol. 5. P. 133-153.
 64. Rizzo K.M., Schiffrin H.H., Liss M. Insight into the Parenthood Paradox: Mental Health Outcomes of Intensive Mothering. *Journal of Child and Family Studies*. 2013. Vol. 22, no. 5. P. 614–620.
 65. Hrytsiuk, I., Magdysyuk, L., Tryhub, H., Khnykina, O., Zameliuk, M. Psychological Readiness of Young People for Early Marriage: Desires and Reality. *Youth Voice Journal. Great Britain*: 2022. P. 1–21.
 66. Hrytsiuk, I., Magdysyuk, L., Zamelyuk, M., Podoliak, I. Peculiarities of professional culture development in modern youth in Ukraine. *Youth Voice Journal. Great Britain*: 2021. Vol. 11. P. 1–19.

ДОДАТКИ



Додаток А

Анкета дослідження мотивів вступу в шлюб

Шановний учаснику! Дякуємо за ваш інтерес до нашого дослідження. Ця анкета має на меті вивчити сучасні погляди на причини та мотиви, що спонукають людей вступати в шлюб.

Ваша участь є анонімною. Усі отримані дані будуть використані виключно в узагальненому вигляді для наукових цілей. Будь ласка, будьте щирими у своїх відповідях.

Блок 1: Загальна Інформація

Будь ласка, надайте деяку загальну інформацію про себе.

1. Ваша стать:

Чоловіча

Жіноча

2. Ваш вік (повних років): _____

3. Ваша освіта:

Середня

Професійно-технічна

Незакінчена вища

Вища (бакалавр, магістр)

Науковий ступінь

4. Ваш поточний сімейний стан:

Ніколи не був(-ла) у шлюбі

Перебуваю у зареєстрованому шлюбі

Перебуваю у незареєстрованих (цивільних) стосунках

Розлучений(-а)

Вдівець / Вдова

5. Чи є у вас діти?

Так

Ні

*Блок 2: Основні мотиви вступу в шлюб***6. Якщо ви одружені / плануєте одружитися, що було (є) для вас основною причиною?**

(Оберіть не більше 3-х варіантів)

Кохання та емоційна близькість

Бажання мати дітей та сім'ю

Почуття самотності, бажання мати підтримку

Соціальний статус, престиж

Дотримання традицій, релігійні переконання

Вимога / очікування батьків та родичів

Економічна стабільність, покращення матеріального становища

Вирішення житлового питання

«Так прийнято», «вже час»

Незапланована вагітність

Юридичний захист (спільне майно, спадок тощо)

Інше (будь ласка, вкажіть): _____

7. Яке з цих тверджень найближче відображає ваш погляд на шлюб? (Оберіть одне)

Шлюб – це формальність, головне – стосунки.

Шлюб – це необхідний крок для створення міцної сім'ї та виховання дітей.

Шлюб – це насамперед економічне та юридичне партнерство.

Шлюб – це застарілий інститут, який втрачає свою актуальність.

Важко відповісти.

8. Чи змінилися, на вашу думку, мотиви вступу в шлюб в умовах війни?

Так, суттєво змінилися

Так, але не дуже

Ні, залишилися такими ж

Важко відповісти

9. Будь ласка, опишіть своїми словами, що для вас особисто означає «вдалий шлюб»?

Дякуємо за вашу участь та приділений час!

Бланки психодіагностичних методик

Соціально-демографічна довідка сім'ї.

Шифр _____

1.	Час перебування у шлюбі (шлюбний стаж): _____
2.	Наявність дітей, їх стать і вік: _____
3.	Оцінка житлових умов сім'ї (<i>потрібне підкреслити</i>): <i>добрі задовільні незадовільні</i> <i>Проживання окремо чи разом з батьківською сім'єю.</i> <i>Проживання окремо чи разом із дітьми.</i>
4.	Оцінка матеріального стану сім'ї (<i>потрібне підкреслити</i>): <i>добрий задовільний незадовільний</i>
5.	Вік подружжя: <i>чоловік</i> _____ <i>дружина</i> _____
6.	Освітній рівень: <i>чоловік</i> _____ <i>дружина</i> _____
7.	Сфера професійної зайнятості подружжя: <i>чоловік</i> _____ <i>дружина</i> _____

Додаток Б

Тест-опитувальник «Задоволеність шлюбом»

Інструкція: Уважно читайте кожне твердження і вибирайте один з трьох запропонованих варіантів відповідей. Намагайтеся уникати відповідей типу «важко сказати», «важко відповісти» тощо.

Текст опитувальника (варіант чоловіка)

1. Коли люди живуть так близько, як це спостерігається в сімейному житті, вони неминуче втрачають взаєморозуміння і гостроту сприйняття іншої людини:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
2. Ваші подружні відносини приносять вам:
а) скоріше занепокоєння і страждання; б) важко відповісти;
в) скоріше радість і задоволення.
3. Родичі і друзі оцінюють ваш шлюб:
а) як удалий; б) щось середнє; в) невдалий.
4. Якби ви могли, то змінили б щось у характері своєї дружини:
а) багато чого; б) важко сказати; в) нічого.
5. Одна з проблем сучасного шлюбу полягає в тому, що все набридає, у тому числі й сексуальні стосунки:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
6. Коли ви порівняєте своє сімейне життя із сімейним життям друзів і знайомих, вам здається, що ви:
а) більш щасливі, ніж інші; б) важко сказати; в) щасливіші від інших.
7. Життя без сім'ї, близької людини – надто дорога ціна за цілковиту свободу:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
8. Виважаєте, що без вас життя вашої дружини було б неповноцінним:
а) так; б) важко сказати; в) ні.
9. Сподівання більшості людей щодо шлюбу якоюсь мірою не справджуються:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
10. Тільки безліч різних обставин заважає подумати вам про розлучення:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
11. Якби повернути час, коли ви одружувалися, то вашою дружиною могла би стати:
а) хто завгодно, тільки не теперішня дружина; б) важко сказати;
в) можливо, що саме теперішня дружина.
12. Ви пишаєтеся, що така людина, як ваша дружина, поруч с вами:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
13. На жаль, недоліки вашої дружини часто переважають її достоїнства:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
14. Основні перешкоди для щасливого подружнього життя найімовірніше криються:
а) в характері вашої дружини; б) важко сказати; в) скоріше у нас обох.
15. Почуття, з якими ви одружувалися:
а) підсилювалися; б) важко сказати; в) ослабли.
16. Шлюб знижує творчі можливості людини:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
17. Можна сказати, що ваша дружина має достоїнства, що компенсують її недоліки:
а) так; б) важко сказати; в) ні.
18. Нажаль, у вашому шлюбі не все гаразд з емоційною підтримкою один одного:

- а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
19. Вам здається, що ваша дружина часто робить дурниці, говорить невлад, недоречно жартує:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
20. Життя в сім'ї, як вам здається, не залежить від вашої волі:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
21. Ваші сімейні відносини не внесли в життя порядку й організованості, на які ви очікували:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
22. Помиляються ті, хто вважає, що саме в сім'ї людина найменше може розраховувати на повагу:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
23. Як правило, товариство вашої дружини є для вас приємним:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
24. Щиро кажучи, у вашому подружньому житті немає і не було жодного світлого моменту:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.

Тест-опитувальник «Задоволеність шлюбом»

Інструкція: Уважно читайте кожне твердження і вибирайте один з трьох запропонованих варіантів відповідей. Намагайтеся уникати відповідей типу «важко сказати», «важко відповісти» тощо.

Текст опитувальника (варіант дружини)

- Коли люди живуть так близько, як це спостерігається в сімейному житті, вони неминуче втрачають взаєморозуміння і гостроту сприйняття іншої людини:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
- Ваші подружні відносини приносять вам:
а) скоріше занепокоєння і страждання; б) важко відповісти;
в) скоріше радість і задоволення.
- Родичі і друзі оцінюють ваш шлюб:
а) як удалий; б) щось середнє; в) невдалий.
- Якби ви могли, то змінили б щось у характері свого чоловіка:
а) багато чого; б) важко сказати; в) нічого.
- Одна з проблем сучасного шлюбу полягає в тому, що все набридає, у тому числі й сексуальні стосунки:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
- Коли ви порівняєте своє сімейне життя із сімейним життям друзів і знайомих, вам здається, що ви:
а) більш щасливі, ніж інші; б) важко сказати; в) щасливіші від інших.
- Життя без сім'ї, близької людини – надто дорога ціна за цілковиту свободу:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
- Виважаєте, що без вас життя вашого чоловіка було б неповноцінним:
а) так; б) важко сказати; в) ні.
- Сподівання більшості людей щодо шлюбу якоюсь мірою не справджуються:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
- Тільки безліч різних обставин заважає подумати вам про розлучення:
а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
- Якби повернути час, коли ви одружувалися, то вашим чоловіком міг би стати:
а) хто завгодно, тільки не теперішній чоловік; б) важко сказати;
в) можливо, що саме теперішній чоловік.
- Ви пишаетесь, що така людина, як ваш чоловік, поруч с вами:

а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.

13. На жаль, недоліки вашого чоловіка часто переважають її достоїнства:

а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.

14. Основні перешкоди для щасливого подружнього життя найімовірніше криються:

а) в характері вашої дружини; б) важко сказати; в) скоріше у нас обох.

15. Почуття, з якими ви одружувалися:

а) підсилювалися; б) важко сказати; в) ослабли.

16. Шлюб знижує творчі можливості людини:

а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.

17. Можна сказати, що ваш чоловік має достоїнства, що компенсують її недоліки:

а) так; б) важко сказати; в) ні.

18. Нажаль, у вашому шлюбі не все гаразд з емоційною підтримкою один одного:

а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.

19. Вам здається, що ваш чоловік часто робить дурниці, говорить невлад, недоречно жартує:

а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.

20. Життя в сім'ї, як вам здається, не залежить від вашої волі:

а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.

21. Ваші сімейні відносини не внесли в життя порядку й організованості, на які ви очікували:

а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.

22. Помиляються ті, хто вважає, що саме в сім'ї людина найменше може розраховувати на повагу:

а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.

23. Як правило, товариство вашого чоловіка є для вас приємним:

а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.

24. Щиро кажучи, у вашому подружньому житті немає і не було жодного світлого моменту:

а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.

Додаток В

Методика РОД «Рольові очікування і домагання у шлюбі»

Інструкція: Представлено різні твердження про шлюб, сім'ю, відносини між чоловіком і дружиною. Намагайтеся висловлювати вашу особисту думку. Важливо те, що ви про це думаєте, а не те, що є прийнятним у вашому колі спілкування.

Варіанти відповідей:

А – цілком згодний; **Б** – загалом це правильно;

В – це не зовсім так; **Г** – це неправильно.

Текст опитувальника (варіант чоловіка).

№	Зміст питання	Варіанти відповідей			
		А	Б	В	Г
1	Настрій і самопочуття людини залежить від задоволення її сексуальних потреб.				
2	Щастя у шлюбі залежить від сексуальної гармонії подружжя.				
3	Сексуальні стосунки – головне у відносинах чоловіка і дружини.				
4	Головне у шлюбі, щоб у чоловіка і дружини було багато спільних інтересів.				
5	Дружина – це друг, що поділяє мої інтереси, думки, захоплення.				
6	Дружина – це насамперед друг, з яким можна поговорити про свої справи.				
7	Найголовніша турбота дружини – годувати і доглядати всіх у сім'ї.				
8	Жінка може впасти в моїх очах, якщо вона погана господиня.				
9	Жінка може пишатися собою, якщо вона хороша господиня.				
10	Я хотів би, щоб моя дружина любила дітей.				
11	Жінка, яка вважає за обтяжливе бути матір'ю, є неповноцінною.				
12	Для мене головне в жінці, щоб вона була доброю матір'ю моїм дітям.				
13	Мені подобаються ділові і енергійні жінки.				
14	Я дуже ціную жінок, які серйозно захоплені своєю справою.				
15	Для мене дуже важливо, як оцінюють на роботі ділові і професійні якості моєї дружини.				
16	Дружина повинна насамперед створювати і підтримувати теплу, довірчу атмосферу в сім'ї.				
17	Для мене головне, щоб моя дружина добре розуміла мене і сприймала таким, який я є.				
18	Дружина – насамперед друг, який уважно і турботливо ставиться до моїх переживань, настрою, стану.				
19	Мені дуже подобається, коли моя дружина красиво і модно вдягнена.				
20	Я дуже ціную жінок, що вміють красиво вдягатися.				
21	Жінка має виглядати так, щоб на неї звертали увагу.				
22	Я завжди знаю, що потрібно купити для моєї сім'ї.				
23	Я люблю господарювати.				
24	Я можу робити ремонт квартири, лагодити побутову техніку.				
25	Діти люблять грати зі мною, охоче спілкуються.				
26	Я дуже люблю дітей і вмію з ними займатися.				
27	Я брав би активну участь у вихованні своєї дитини, навіть якби ми з дружиною вирішили розлучитися.				

28	Я прагну посісти гідне місце в житті.				
29	Я хочу стати фахівцем.				
30	Я пишаюся, коли мені доручають важку і відповідальну роботу.				
31	Близькі і друзі часто звертаються до мене за порадою, з проханням допомоги і підтримки.				
32	Оточуючі часто звертаються до мене зі своїми бідами.				
33	Я завжди щиро і зі співчуттям втішаю й опікую людей, які цього потребують.				
34	Мій настрій багато в чому залежить від того, як я виглядаю.				
35	Я намагаюся вдягати те, що мене личить.				
36	Я прискіпливо ставлюсь до крою костюма, фасону сорочок, кольору краватки.				

Методика РОД**Шифр** _____**(«Рольові очікування і домагання у шлюбі»)**

Інструкція: Представлено різні твердження про шлюб, сім'ю, відносини між чоловіком і дружиною. Намагайтеся висловлювати вашу особисту думку. Важливо те, що ви про це думаєте, а не те, що є прийнятним у вашому колі спілкування.

Варіанти відповідей:

А – цілком згодний; **Б** – загалом це правильно;

В – це не зовсім так; **Г** – це неправильно.

Текст опитувальника (варіант дружини).

№	Зміст питання	Варіанти відповідей			
		А	Б	В	Г
1	Настрій і самопочуття людини залежить від задоволення її сексуальних потреб.				
2	Щастя у шлюбі залежить від сексуальної гармонії подружжя.				
3	Сексуальні стосунки – головне у відносинах чоловіка і дружини.				
4	Головне у шлюбі, щоб у чоловіка і дружини було багато спільних інтересів.				
5	Чоловік – це друг, що поділяє мої інтереси, думки, захоплення.				
6	Чоловік – це насамперед друг, з яким можна поговорити про свої справи.				
7	Найголовніша турбота чоловіка – забезпечити матеріальний добробут і побутовий комфорт сім'ї.				
8	Чоловік має виконувати хатню роботу нарівні з дружиною.				
9	Чоловік повинен уміти обслуговувати себе, а не чекати, що дружина візьме на себе всі турботи про нього.				
10	Чоловік має ходити коло дітей не менше, ніж дружина.				
11	Я хотіла б, щоб мій чоловік любив дітей.				
12	Про чоловіка я роблю висновок, зважаючи на те, добрий чи поганий він батько.				
13	Мені подобаються ділові і енергійні чоловіки.				
14	Я дуже ціную чоловіків, які серйозно захоплені своєю справою.				
15	Для мене дуже важливо, як оцінюють на роботі ділові і професійні якості мого чоловіка.				
16	Чоловік повинен уміти створювати в сім'ї теплу, довірчу атмосферу.				

17	Для мене головне, щоб мій чоловік добре розумів мене і сприймав такою, яка я є.				
18	Чоловік – насамперед друг, який уважно і турботливо ставиться до моїх переживань, настрою, стану.				
19	Мені дуже подобається, коли мій чоловік красиво і модно вдягнений.				
20	Мені подобаються показні, високорослі чоловіки.				
21	Чоловік має виглядати так, щоб на нього було приємно подивитися.				
22	Найважливіша турбота жінки – щоб в сім'ї всі були доглянуті.				
23	Я завжди знаю, що потрібно купити для моєї сім'ї.				
24	Я збираю корисні поради господарці: як готувати смачні страви, консервувати овочі, фрукти.				
25	Головну роль у вихованні дитини завжди відіграє мати.				
26	Я не боюся труднощів, пов'язаних з народженням і вихованням дитини.				
27	Я люблю дітей і із задоволенням займаюся з ними.				
28	Я прагну посісти гідне місце в житті.				
29	Я хочу стати фахівцем.				
30	Я пишаюся, коли мені доручають важку і відповідальну роботу.				
31	Близькі і друзі часто звертаються до мене за порадою, з проханням допомоги і підтримки.				
32	Оточуючі часто звертаються до мене зі своїми бідами.				
33	Я завжди щиро і зі співчуттям втішаю й опікую людей, які цього потребують.				
34	Мій настрій багато в чому залежить від того, як я виглядаю.				
35	Я люблю красиво одягатись, носити прикраси, користуватися косметикою.				
36	Я надаю великого значення своєму зовнішньому вигляду.				

Бланки обробки даних дослідження

Методика РОД

№	Шкала сімейних цінностей ШСЦ	Номер питання	РО, бали		Номер питання	РД, бали		РО+РД, бали	
			Ч	Ж		Ч	Ж	Ч	Ж
1	Інтимно-сексуальна сфера	1, 2, 3							
2	Особистісна ідентифікація зі шлюбним партнером (спільність інтересів)	4, 5, 6							
3	Господарсько-побутова	7, 8, 9			22, 23, 24				
4	Батьківсько-виховна	10, 11, 12			25, 26, 27				
5	Соціальна активність	13, 14, 15			28, 29, 30				
6	Емоційно-терапевтична	16, 17, 18			31, 32, 33				
7	Значення зовнішньої привабливості	19, 20, 21			34, 35, 36				

Показники	Сімейні цінності/Узгодженість сімейних цінностей						
	Інтимно-сексуальна	Особистісна ідентифікація	Господарсько-побутова	Батьківсько-виховна	Соціальна активність	Емоційно-терапевтична	Значення зовнішньої привабливості
ШСЦ чоловік							
ШСЦ дружина							
УСЦ сім'я							

Програма тренінгу «Партнерство з розумінням: як будувати щасливі стосунки» "Сімейна скульптура"

Ціль: зміна структури і функціонування родини. Дана техніка широко використовується сімейними психотерапевтами як метод діагностики сімейної системи. Зокрема, проведення техніки "Сімейна скульптура" дозволяє визначити місце індивіда у внутрісімейній системі взаємин, оцінити ступінь психологічної близькості між членами родини, виявити наявність структурних дисфункцій (коаліції, альянси, порушення ієрархії), визначити основні зони конфлікту.

Суть даної техніки полягає в тім, що просторове розташування людей (членів родини) і об'єктів як результат процесу скульптурування вказує на основні особливості структури родини і внутрісімейні взаємини "з погляду архітектора" (члена родини, що створює скульптуру родини). Таким чином, кожен член родини створює просторову репрезентацію сімейної системи - "живий портрет" родини, розташовуючи в просторі своїх родичів відповідно до власних уявлень.

Безсумнівним достоїнством техніки "Сімейна скульптура" є її невербальний характер, що дозволяє знизити рівень опору і піти від зайвої інтелектуалізації і взаємних обвинувачень в обговоренні проблемної ситуації в процесі терапії.

Процедура проведення. Для використання техніки "Сімейна скульптура" необхідно дотримуватися наступних умов:

- присутність членів родини;
- легко пересуваються меблі (наприклад, стільці);
- наявність предметів, що можуть позначати відсутніх членів родини;
- досить просторе приміщення, що дозволяє парам створити скульптуру, що найбільше адекватно відображає їх внутрісімейну ситуацію.

Етапи проведення техніки.

1. Створення скульптури сім'ї, що відображає особливості реальної ситуації у сімейній системі. Спочатку психолог мотивує всіх учасників психотерапії на виконання майбутнього завдання, пояснюючи, що це дозволить їм і повній мірі відчувати інших членів їхньої родини. Далі психотерапевт пропонує кожному із сім'ї виступити в ролі скульптора і, звертаючись до інших членів родини так, начебто вони зроблені з глини, зобразити їх у вигляді живої скульптури таким чином, щоб їхні пози в просторі відображали дії: почуття у ставленні один до одного.

Інструкція: "Уявіть собі, що Ви скульптор. Спробуйте зараз і тепер створити скульптурне зображення своєї родини. При цьому Ви можете ставитися до членів родини так, начебто вони зроблені з глини: Ви можете помістити їх куди завгодно і як завгодно. Однак важливо, щоб скульптура, що у Вас вийде, відображала б ту ситуацію, що склалася на сьогоднішній день у Вашій родині".

Якщо член родини, що приступив до створення скульптури, відчуває труднощі, терапевт може допомогти йому, використовуючи навідні запитання. "Ліплення" продовжується доти, поки скульптор не буде задоволений результатом. Важливо, щоб інші члени родини дозволили йому вільно звертатися із собою як з "матеріалом", зважаючи на те, що їм також потрібно буде виступати в ролі скульптора. У результаті кожен член родини повинний виліпити свою скульптуру "сімейної реальності", що відображає емоційну ситуацію в родині на даний момент.

2. Етап обговорення скульптури. Після завершення скульптури настає наступна фаза роботи - обговорення отриманих результатів, що припускає одержання відповідей на наступні питання терапевта: скульпторові: "Придумайте назву вашій роботі"; кожному членові родини: "Як Ви відчуваєте себе на цьому місці серед Ваших родичів?". З огляду на особливості всіх

створених скульптур, на даному етапі можна більш-менш адекватно оцінити ступінь емоційної близькості (згуртованості) між членами родини, що представлена тут як дистанція між фігурами скульптури, визначити наявність між поколіннями коаліцій і альянсів між членами родини, виявити аутсайдерів сімейної системи, основні конфлікти.

"Солом'яна вежа"

Ціль: спостереження "тут і тепер" за взаємодією членів родини; встановлення ієрархії, лідерства, коаліцій у родині; виявлення ізольованих членів родини; вивчення характеру взаємної підтримки, уміння домовлятися й інших динамічних властивостей сімейної системи.

Історична довідка: дана техніка використовувалася в груповій терапії, поки в 1984 році вона не була адаптована Л. Пекманом для роботи із сімейною системою.

Необхідні матеріали: соломка для коктейлів, скотч. У нашій практиці добре зарекомендував себе набір зі скотча й аркушів папера формату А3 (або газет), що можуть бути згорнуті в трубочки або використовуватися іншим способом, що придумує родина. Можуть бути запропоновані й інші матеріали, наприклад, лозини розламаного віника, порожні коробки й ін.

Процедура проведення

Клієнтів просять узяти необхідні матеріали і разом побудувати вежу (або будинок).

Інструкція: "Вам необхідно з цих соломин (газет, прутиків, аркушів папера) побудувати вежу (будинок). При побудові вежі (будинку) спробуйте спільно досягти визначених цілей. Ваша вежа (будинок) повинна бути оригінальною за формою, красивою, добре сконструйованою. Вона повинна стояти без підтримки і бути досить міцною і довговічною, щоб її можна було переносити з місця на місце. Вам потрібно впоратися за 10-15 хвилин". Далі дається рекомендація: перші 5 хвилин будувати вежу, не говорячи один одному ні слова. Ця вимога може збільшити фрустрацію і дозволити обійти деякі бар'єри, виявити різні рівні взаємодії в родині.

Простеживши за тим, що відбувається у 8-15 хв, психолог може втрутитися в процес: давати поради, пояснювати що відбувається, приєднуватися до якоїсь з підсистем і ін.

Якщо родина велика, вона може бути розбита на підгрупи, кожна з яких будує свою вежу. Цей спосіб використовується для того, щоб підкреслити або змінити існуючі структурні границі, а також запропонувати інший спосіб взаємин у роботі із сімейними трикутниками.

Прикладом парадоксальної інтервенції може служити дозвіл керувати конструюванням або будівництвом вежі ізольованому членові родини, ідентифікованому пацієнтові або маленькій дитині.

Після того як вежа побудована, психолог обговорює з подружжям, що відбувалося під час будівництва. При цьому аналізується роль кожного в спільній діяльності і поведінка кожного члена родини в рамках поставленої задачі. Потім можна попросити членів родини заново побудувати вежу, використовуючи результати проведеного обговорення. У деяких випадках можна навчити членів родини методикам спільної роботи і способам надання взаємодопомоги.

Рекомендації з використання: дана техніка може бути включена в роботу з родиною як діагностичний, так і терапевтичний інструментарій. Реалізуючи діагностичні цілі, психолог спостерігає за способами взаємодії при виконанні подружжям спільних дій по побудові вежі (будинку). У цій ситуації члени родини поведуться так само, як і в звичайному житті. Техніка дозволяє виявити ієрархію, альянси і трикутники, внутрісімейні границі й ін. У тих випадках, коли терапевт впроваджується в сімейну систему за допомогою розпоряджень і вказівок, ця техніка використовується як інструмент терапевтичних інтервенцій, що дозволяє змінити існуючу рівновагу.

"Сімейний ритуал"

Ціль: структурна перебудова сім'ї шляхом зміни правил її існування і порушення стійких способів взаємодії її членів (визначення внутрісімейних границь, збільшення незалежності членів родини, коректування спілкування, ослаблення коаліцій, посилення альянсів в одному поколінні).

Історична довідка: даний варіант техніки розроблений психотерапевтами міланської школи сімейної терапії - М. Сельвіні Палаццолі, Л. Босколо, Д. Чеккін, Дж. Прата (1977-1978).

Процедура проведення. Сімейний ритуал - це система дій, спільно вироблених членами родини, що визначає в суворій послідовності їхню поведінку в особливих для родини ситуаціях. Ритуали служать для регулювання функціонування родини, координуючи поведінку кожного для здійснення загальної мети, тим самим сприяючи підвищенню внутрісімейної згуртованості. Прикладами сімейних ритуалів можуть бути спільні сімейні сніданки, під час яких члени родини можуть побажати один одному щасливого дня, розповісти свої сни, поділитися планами на поточний день; похорон і жалобні церемонії; дні народження; весілля; річниці; закінчення інституту й інші значимі для даної родини події, підготовка і святкування яких здійснюється всією родиною.

Техніка "Сімейний ритуал" припускає створення психологом своєрідного ритуалу, що пропонується родині без яких-небудь пояснень. При цьому для членів родини суворо визначаються конкретні дії, їхня послідовність, час і місце виконання.

Дана техніка парадоксальним чином використовує ригідні сторони сімейної структури для позитивних змін і сприяє виникненню нових конструктивних форм сімейної взаємодії. Ритуал функціонує на рівні метакомунікацій і тому викликає менше опорів, чим пряма інтерпретація симптому. За допомогою даної техніки психолог, впливаючи за родиною, може поступово змінювати якість сімейних відносин.

Для того щоб підібрати підходящий для родини ритуал, психологові варто виявити міфи, що підтримують її існування і необхідні для її збереження, і добре уявляти собі особливості функціонування даної сімейної системи. З цією метою він повинний детально досліджувати історію родини в декількох поколіннях, вивчити особливості її динаміки. Лиш після цього можна приступати до розробки сімейного ритуалу, здатної: змінити існуючу систему за допомогою введення нових норм і правил. Якщо родина погоджується діяти відповідно до запропонованого ритуалом і приймає нові правила, то створюється можливість для змін у функціонуванні всієї сімейної системи.

Алгоритм застосування техніки "Сімейний ритуал".

1. Аналіз сімейної історії, виявлення особливостей функціонування даної родини і створення для неї ритуалу.
2. Одержання від членів родини твердого переконання в тім, що вони будуть додержуватися того розпорядження, що їм збирається дати психолог.
3. Детальне пояснення розпорядження (воно може бути представлено кожному члену родини в письмовому вигляді).

"Конструктивна суперечка"

Ціль: відновлення каналів комунікації і дозвіл подружніх конфліктів. Техніка надає подружжю можливість відкрито і нетравматично один з одним обмінюватися інформацією про наявні труднощі у взаєминах, усвідомлювати ті почуття, що нехтуються, бажання і протиріччя у виконанні сімейних функцій.

Історична довідка: техніка "Конструктивна суперечка" являє собою модифікацію техніки "Чесна боротьба" (Г. Р. Бах і П. Уіден), виконану С. Кратохвілом. Г. Р. Бах і П. Уіден вважали, що порушення комунікацій між подружжям веде до перекручувань і втрати переданої

інформації, що породжує внутріособистісну і міжособистісну напругу, ускладнює задоволення потреб і взаємних очікувань. Такий стан призводить до появи афесивних, негативних емоцій, тривале придушення яких (в ім'я збереження "сімейного міфу") приводить до різкого збільшення монотонних і стереотипних форм взаємодії, що ще більше фруструють членів родини. Унаслідок цього останні часто використовують невдалі форми зняття напруги у вигляді конфліктів із взаємними образами. Тому з метою оптимізації подружніх відносин авторами була запропонована техніка "Чесна боротьба". Правила її проведення, методика навчання чоловіка і жінки, а також оцінка ефективності виконання техніки здійснюється за 12 параметрами. Надалі кількість параметрів оцінки ефективності було скорочено С. Кратохвілом (Ейдемільер Е. Г., ред., 2002).

Процедура проведення.

1. Попередня підготовка чоловіка і жінки. Техніка може використовуватися подружжям для подолання своїх розбіжностей тільки після проходження спеціальної підготовки в групі подружніх пар, що складається з 8-12 чоловік (жінкам необхідно відвідати не менш 6-8 занять тривалістю 2 години кожна). У групах подружніх пар навчання конструктивній суперечці здійснюється за допомогою сценарних розробок, що складені за типом незакінчених пропозицій. Чоловік і дружина одержують опис ситуації і сценарій ролі. Після того як вони ідентифікувалися з запропонованими їм ролями, вони починають взаємодію. Найбільш актуальними темами для груп конструктивної суперечки є теми виховання дітей, ревнощів, розподілу обов'язків у родині, домінування-підпорядкування й ін.

2. Правило "місця і часу". Конструктивну суперечку необхідно проводити в окремій кімнаті при відсутності емоційно зацікавлених свідків (дітей, родичів, друзів, близьких і т.д.). У день проведення конструктивної суперечки не слід планувати прийом гостей, відвідування театру, друзів і інші заходи, тому що наслідки суперечки можуть бути непередбачені: вона може трансформуватися в психотравмуючий двобій чоловіка і жінки.

3. Правило моменту проведення конструктивної суперечки. Відповідно до цього правила, конструктивна суперечка повинна бути максимально наближена у часі до актуальної конфліктної ситуації.

4. Правило повідомлення партнера. Ініціатор суперечки повинний заздалегідь повідомити партнера про свій намір сперечатися і про предмет розмови.

5. Правило конструктивного виходу із суперечки. Основною метою суперечки повинний бути пошук можливостей спільними зусиллями вирішити проблему, а не прагнення "покарати" партнера.

С. Кратохвіл виділяє три фази конструктивної суперечки, кожна з яких проводиться за визначеними правилами: Вступна фаза: правило "Дай знати, що хочеш сперечатися, і назви предмет суперечки". Середня фаза: правило "Скажи, що думаєш про поведінку партнера, відреагуй і критикуй". Фінальна фаза: правило "Визнай свої помилки і знайди позитивне в партнерові".

Загальна тривалість конструктивної суперечки не повинна перевищувати 10-15 хвилин, а фінальної фази 1,5-2 хв. Якщо чоловік і жінка продовжують критикувати один одного, психолог дає команду закінчувати суперечку і виконати умови фінальної фази (остаточно суперечка завершується рукоштовпанням, обіймами або поцілунком).

Коли закінчується конструктивна суперечка за визначеними критеріями і позиціям оцінюються її стиль і результати. Г. Р. Бах і П. Уіден оцінювали стиль суперечки за 9 критеріями, а результати - за 12 позиціями. С. Кратохвіл скоротив число позицій оцінки стилю і результату суперечки до 4 за кожним параметром.

При оцінці стилю суперечки учасники одержують "+1" або "-1" бал за кожною позицією. На партнерів заповнюється загальний бланк оцінки стилю суперечки (при сильній виразності конфлікту бланк заповнюється на кожного учасника). Подружня пара може набрати максимальну кількість балів - "+4" або мінімальну - "-4". На кожному сеансі групової терапії подружні пари мають можливість дізнатися про особливості стилю своєї суперечки і її результативність.

При нормалізації подружніх відносин важливо: не допустити нового загострення конфлікту в присутності психолога (обвинувачень, образ, брутальності); не стати на сторону одного з подружжя, тому що бувають часті спроби включити консультанта в якості «союзника» у конфлікт; з самого початку прагнути до розширення розуміння подружжям конфліктної ситуації, оцінки її з позиції опонента; терпляче відноситися до повільної, але позитивної еволюції, відновлення подружніх відносин; шанобливо відноситися до норм і цінностей, що приймаються чи відстоюються подружжям.

Не прагнути давати поради, а допомагати знайти правильне рішення самим; дотримувати делікатності і анонімності, особливо в тих питаннях, що стосуються інтимних стосунків подружжя.

Також заповнюється бланк "Результат суперечки". За кожною позицією нараховується "+1" або "-1" бал. Оцінки, отримані за стиль і результат суперечки, сумуються. У результаті максимальна сума для пари складає "+8" балів, а мінімальна - "-8". Набрані бали є чинником підкріплення визначених патернів подружньої взаємодії.

Для конструктивної суперечки характерним є реалізм, конкретність, відкритість, чесність, відповідальність, гумор, акцентуація уваги учасників на необхідності дотримання наступних правил "чесної гри":

Таблиця 3.1.

Стиль суперечки

Параметри	Стиль суперечки	+	-	Стиль суперечки
1. Конкретність	У суперечці повинен бути предмет, напад або захист зводиться до конкретної поведінки "тут і тепер"			Узагальнення: поведінки називається "типовою" ("ти завжди..."), посилання на події, що пройшли або не мають
2. Захопленість	Обоє захоплені, наносять і одержують сильні "удари"			Один з учасників не задіяний, знаходиться осторонь від суперечки, ображається, завершує
3. Комунікація	Ясна, відкрита, кожен говорить за себе, думає те, що говорить. Його можна зрозуміти і відповісти йому. Гарний зворотний зв'язок			Занадто часто повторення своїх доводів і неухважність до доводів іншого. Сховані ознаки
4. «Чесна боротьба»	Не допускаються "удари нижче пояса", і приймається до уваги, скільки може винести партнер			Аргументи не відносяться до предмета суперечки, але націлені

Підрахунок балів	Загальний рахунок
------------------	-------------------

Висловлення партнерів суперечки повинні відображати почуття в ситуації "тут і тепер".

- Учасники повинні утримуватися від узагальнень типу: "Ти ніколи не слухаєш".

Таблиця 3.2.

Результат суперечки				
Параметри	Результат спору	«+»	«-»	Результат спору
1. Інформативність	Партнери щось довідалися або одержали, навчилися чомусь новому			Не довідалися нічого нового
2. Відреагування	Зникла напруженість, зменшилася злостивість, з'ясовані претензії			Напруга не зникла, а залишилося або підсилилося
3. Зближення	Спор призвів до взаєморозуміння і зближення партнерів. Є відчуття, що це їх стосується, що так і повинно бути. Зберігають свою гідність			Партнери більш віддалені, ніж раніше. Відчуття, що вони не зрозумілі або сильно віддалені
4. Поліпшення	Усунуті проблеми, розширення ситуації, виправдання, вибачення, плани на майбутнє			Нічого не вирішено, партнер не намагається нічого виправити або залишає це іншому і не хоче його простити
Підрахунок балів		Загальний рахунок		

- Учасники повинні утримуватися від згадування про минулі образи, від аргументів, спрямованих на "слабке місце" партнера: вагу, особливості фігури, зовнішності, дефектів мови й ін.

- Необхідно утримуватися від критики родичів: "Ти така ж дурна, як і твоя мати", "Ти такій же неохайний, як і твій батько".

- У суперечці необхідно користуватися описовою безоцінною мовою.

Рекомендації з використання: техніка "Конструктивна суперечка" може застосовуватися при роботі з подружніми парами, що характеризуються високим рівнем конфліктності, агресивності, невмінням домовлятися і конструктивно поводитися з агресією, що може виникати стосовно партнера.

Техніка сприяє росту культури вираження агресії в чоловіка і жінки, що в наступному може стати моделлю поведінки для всіх інших членів родини. Особливо ефективним виявляється її застосування при наявності в одного з членів родини ірраціонального страху перед вираженням агресії з боку інших: такі члени родини схильні уступати вираженню агресії навіть тоді, коли почувають, що цілком праві. Навчання техніці "Конструктивної суперечки" у такому випадку забезпечує "стійкість" у ситуаціях, пов'язаних з вираженням агресії, формуючи уміння в подібних умовах знаходити прийнятну лінію поведінки.

"Подружня конференція" і "Сімейна рада"

Ціль: надання членам родини можливості вільно спілкуватися між собою; навчання конструктивним способам взаємодії; пошук нових ресурсів для поліпшення функціонування родини.

Історична довідка: спочатку техніка запропонована терапевтами адлеріанського напрямку. Надалі ідея сімейної ради була популяризована Дрейкусом і його колегами (Шерман Р., Фредман Н., 1997).

Процедура проведення. Техніки "Подружня конференція" і "Сімейна рада" використовуються для поліпшення якості внутрісімейних взаємин. Вони являють собою регулярно проведені зустрічі психолога з подружжям або всіма членами родини, у рамках яких створюються умови для поліпшення сімейних інтеракцій.

Алгоритм проведення техніки "Подружня конференція". Для оптимізації внутрісімейного спілкування подружжю може бути запропонована можливість регулярних зустрічей між ними і психологом. При цьому час, місце і частота зустрічей особливо обмовляються. Час, відведений для конференції, чоловік і жінка повинні цілком присвятити один одному, виключивши які-небудь сторонні втручання. Якщо ця ідея приймається, партнери домовляються про зустрічі, вибирають найбільш зручний для обох час для їхнього проведення і знайомляться зі списком правил, що розробляється психологом з урахуванням індивідуальних особливостей даної подружньої пари і характеру її проблем.

Список правил може бути представлений наступними вимогами:

1. Чоловік і жінка зустрічаються в домовлений час і в домовленому місці як мінімум один раз на тиждень.
2. Один партнер говорить протягом якогось фіксованого часу (приблизно півгодини) на будь-яку тему. Інший партнер повинний у цей час уважно слухати, не перебивати і не робити чого-небудь, що могло б порушити процес спілкування. Перший партнер може говорити рівно стільки, скільки йому відведено часу. Якщо він закінчує раніше, то на протязі того часу, що залишився чоловік і жінка, мовчать.
3. Другий партнер коротко (протягом 3 хвилин) розповідає про те, що він почув у монолозі першого і як він його зрозумів. При цьому забороняється осуд і критика. Метою даного процесу є адекватне сприйняття слів, які були сказані і визнання його права на власну позицію.
4. Далі другий партнер говорить протягом відведеного йому часу (тобто партнери міняються позиціями).
5. Після того як другий партнер закінчить свій монолог, перший на протязі 3 хвилин повинний резюмувати почуте і підтвердити, що він адекватно сприйняв позицію іншого, а також те, що вона, так само як і його власна, має право на існування.
6. Обговорення варто закінчити в суворо визначений час.
7. Питання, обговорювані на конференції, не повинні підніматися і обговорюватися аж до наступної зустрічі.

8. На початку наступної зустрічі чоловік і жінка розповідають про те, що з ними відбувалося за останній проміжок між зустрічами і як вони до цього відносяться.

Психолог відповідно до актуальної ситуації коректує правила проведення наступної конференції і ще раз повторює завдання.

Задача даної техніки - зробити спілкування між партнерами більш відкритим, підвищити згуртованість родини, послабити боротьбу за владу і створити умови для навчання конструктивним способам вирішення сімейних проблем.

Алгоритм проведення техніки "Сімейна рада"

"Сімейна рада" являє собою розширений варіант техніки "Сімейна конференція". Як і в попередній техніці, психолог знайомить членів родини з правилами проведення сімейної ради:

1. Родина збирається в домовлений час, зручний для всіх членів родини, і в домовленому місці як мінімум один раз у тиждень.
2. Рада припускає участь усіх членів родини, однак присутність на ній є добровільною. Разом з тим той, хто не брав участь у сімейній раді, повинен погодитися з умовою приймати і погоджуватися з тими рішеннями, що будуть на ньому прийняті. Найбільше доцільно, щоб усі члени родини були присутні на зустрічі.
3. Усі члени родини повинні суворо дотримуватися рішень, прийнятих на раді. Якщо ж вони кимось чином порушуються, то такий інцидент повинен обговорюватися на наступних зустрічах.
4. Кожен член родини (як батьки, так і діти) мають право запропонувати питання для обговорення.
5. Список питань може включати усе, що має відношення до сімейного функціонування.
6. На сімейній раді забороняється обговорювати особистості і їхню поведінку.

На наступних заняттях члени родини діляться з психологом досвідом проведення ради й обговорюють його. Дана техніка допомагає родині навчитися домовлятися і приймати спільні рішення в процесі обговорення сімейних проблем. Досвід, отриманий членами родини в результаті застосування даної техніки, сприяє профілактиці сімейних конфліктів і підвищує згуртованість родини.

Сімейна конференція або сімейна рада можуть призначатися психологом як домашнє завдання для членів родини. Згодом вони можуть стати ритуалами даної родини.

Рекомендації з використання: Техніки "Сімейна конференція" і "Сімейна рада" можуть застосовуватися при роботі з висококонфліктними родинами, з родинами, що переживають нормативні кризи, особливо обумовлені подорослішанням дітей, а також з родинами, у яких відсутні навички комунікації і спільного прийняття рішень. В останньому випадку перед психологом стоїть додаткова задача навчити членів родини елементарним навичкам комунікації.

«Сімейні фотографії»

Ціль: вивчення структури родини, ролей, комунікацій між членами родини і внутрісімейних взаємин. На основі даної техніки можна проаналізувати вплив минулого родини на її сьогодення, тому що аналіз фотографій дозволяє досить безпечним способом стимулювати спогади, повертатися до витиснутого емоційного досвіду й емоційних переживань. Ця техніка заохочує членів родини брати під сумнів сімейні міфи, правила, системи вірувань і ролі, що вони грають.

Історична довідка: техніка "Сімейні фотографії" описана К. Андерсон і Э. Меллой у 1976 році.

Процедура проведення. Психолог просить кожного члена родини принести на наступну зустріч визначену кількість сімейних фотографій, що несуть значиму інформацію про взаємини

в родині. Кількість фотографій, що може принести кожен член родини, обмежений. Як показує наш досвід, для родини з 3-4 чоловік оптимальна кількість фотографій на одну людину не повинна перевищувати 5-7 штук. З приводу добору фотографій інструкція не дається. Якщо необхідно обговорити взаємини в розширеній родині, кількість фотографій може бути збільшено.

На наступній зустрічі кожному членові родини приділяється до 15 хвилин. Протягом цього часу:

- пред'являються обрані фотографії;
- пояснюються, чому саме ці знімки були обрані;
- виявляється, яке значення ці фотографії мають для даного члена родини і які почуття викликають.

Психолог звертає увагу на наступні параметри:

- порядок пред'явлення фотографій: яка фотографія є першою, яка останньою;
- характер пред'явлення фотографій: швидкість показу, ступінь інтересу;
- зміст кожної фотографії: хто на ній зображений; дистанція між членами родини; присутність - відсутність тих або інших родичів на знімку.

Терапевт може задавати ряд уточнюючих питань, наприклад: "Хто ця людина?"; "Ким вам приходится цей чоловік?"; "У якому році відбувалися зображені на знімку події?"; "Чи пам'ятаєте ви, що відбувалося під час зйомки?"; "Який настрій у людей на знімку?"; "Які почуття викликало у вас перебування в колі родини в цей день?"; "Хто робив цей знімок?"; "Що відбувалося після того, як був зроблений цей знімок?"; "Розкажіть, будь ласка, про це місце"; "Чому люди одягнені саме так, а не інакше?";

- поведінка членів родини під час обговорення фотографій: інші члени родини спокійні або збуджені, виявляють байдужність або інтерес, серйозні вони або жартують і т.д..

Після того як один із подружжя закінчив пред'явлення обраних ним фотографій, іншого партнера просять задавати питання і розповідати про свої спостереження під час показу, що допомагає відкрити нові перспективи внутрісімейної поведінки. Перегляд фотографій може продовжуватися протягом декількох зустрічей.

Рекомендації з використання: техніка "Сімейні фотографії" може бути використана при роботі з родиною, що переживає як нормативні, так і ненормативні кризи для пошуку ресурсів родини, а також аналізу її структурних параметрів (ієрархії, близькості, рольових позицій і ін.). Вона дозволяє вибудовувати і перевіряти терапевтичні гіпотези про причини виникнення дисфункції в родині.

«Метафора»

Ціль: визначення і пророблення проблем у символічній формі, найчастіше більш безпечної для родини; опис різних параметрів сімейної системи за допомогою символів і метафор; здійснення терапевтичних інтервенцій у недирективній формі; фасилітація самопізнання і саморозуміння в членів родини; зміна внутрісімейних взаємин.

Історична довідка: технічні прийоми, в основі яких лежить використання метафор і символів, найбільше послідовно розроблялися школою стратегічної сімейної терапії (Дж. Хейлі, М. Еріксон, П. Вацлавик і ін.).

Процедура проведення. Після знайомства з родиною і виявлення її актуальних труднощів психолог вибирає як тему для обговорення ситуацію, вид діяльності, історію, міф, які б відображали сімейні проблеми, але в метафоричній формі.

Наприклад, якщо проблемою є виховання дітей, то як метафора може виступати образ доглядання за садом, де процес виховання уподібнюється процесові вирощування і догляду за рослинами. У подружній парі із сексуальними проблемами метафорою може служити спільний

прийом їжі. Родині з постійними конфліктами можна запропонувати обговорити ведення переговорів між двома ворогуючими сторонами.

При використанні даної техніки психологові необхідно протягом деякого часу вибудовувати діалог з родиною, залишаючись у рамках запропонованої метафори. Для цього задаються уточнюючі питання і питання, що проясняють ситуацію. Наприклад, подружній парі, у якій дружина не може говорити чоловіку про свої почуття, може бути запропонована казка Г. Х. Андерсена "Русалочка", головна героїня якої була німою. Психолог може задавати наступні питання: "Що трапиться з Русалочкою, якщо вона не навчиться повідомляти Принцові про свої почуття?", "Що переживає Русалочка, коли Принц її не розуміє?", "Хто є Відьмою, що забрала її голос?", "Як вона може повернути можливість нормально говорити?", "Яку допомогу може зробити Принц, знаючи про проблеми Русалочки?" і ін.

Рекомендації з використання: техніки доцільно використовувати в тих випадках, коли з якихось причин неможливо працювати з проблемою прямо (сильний опір родини; інтимність обговорюваної теми; кількаразові і безуспішні спроби вирішувати проблему і т.д.). При виборі метафори важливо враховувати соціокультурні особливості родини і "прийняття" нею метафори як екран для проекції їхньої життєвої історії.

«Завершення пропозицій»

Ціль: зміна погляду членів родини на сімейні обставини, що призводять до появи негативних переживань; усвідомлення ними власних проблем і зв'язаних з ними почуттів; визначення очікувань і домагань у ставленні один до одного.

Процедура проведення. Стимульний матеріал техніки являє собою ряд незакінчених пропозицій, що психолог зачитує членам родини. Останнім пропонується їх завершити.

Прослуховування себе й інших допомагає членам родини краще зрозуміти один одного, побачити реальні труднощі у внутрісімейних взаєминах, здійснити корекцію власних очікувань і домагань. Часто за допомогою даної техніки вдається виявити раніше не усвідомлювані проблеми членів родини і визначити фокус подальшої терапевтичної роботи.

Інструкція: "Зараз ви почуєте ряд незакінчених пропозицій. Кінець пропозиції ви повинні придумати самі. При цьому можна говорити усе, що приходить вам у голову. Будь ласка, будьте якомога більше розкутими. При цьому в процесі виконання завдання забороняється обговорювати висловлювання один одному. Якщо у вас немає питань, давайте почнемо".

Можливі варіанти незакінчених пропозицій:

"Я повинен..."

"Я хочу..."

"Я більше всього боюся..."

"Особливо мені подобається, коли люди, що оточують мене..."

"Мені дуже важко забути, але я..."

"Чого мені іноді по-справжньому хочеться, так це..."

"Коли я сердитий, я..."

"Я виражаю любов тим, що..."

"Моя значимість полягає в тому, що..."

"Зміна в моєму стані може мати такі наслідки, що..."

"Особливо мене дратує те, що..."

"Мені особливо приємно, коли мене..."

"Моя мрія..."

"Мене турбує..."

"Я міг би бути дуже щасливим, якби ..."

"Якби я набрався сміливості, я б..."

"Якби ви мене знали, то ви б..."

"Моя мати повинна..."

"Мій батько повинний..."

"Моя дружина..."

"Мій чоловік..."

"Вдома..."

"Людина, яку я люблю, повинна..."

"Для мене найкращий час, коли..."

Рекомендації з використання: техніка "Завершення пропозицій" застосовується в роботі з дітьми і дорослими, як в індивідуальному, так і в подружньому і сімейному консультуванні і терапії.

Психологу не завжди вдається нормалізувати стосунки подружжя, що звернулися по допомогу. Р. Мей підкреслює необхідність психологу-психотерапевт розвивати в собі те, що А. Адлер назвав мужністю недосконалості, тобто вміння мужньо приймати невдачу.

