

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПОЛІСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет права, публічного управління
та національної безпеки

Кафедра психології

Кваліфікаційна робота
на правах рукопису

СВЯТОГОР ТЕТЯНА ПЕТРІВНА

УДК 159.922.1

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Психологічні особливості конфліктів в сучасній сім'ї

спеціальність 053 “ПСИХОЛОГІЯ”

Подається на здобуття освітнього ступеня магістр.

Випускна кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень.
Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на
відповідне джерело.

Т.П. СВЯТОГОР _____

Керівник роботи

ЖУРАВЛЬОВА Лариса Петрівна

доктор психол.наук, професор

Висновок кафедри психології за результатами попереднього захисту:
до захисту допущено

Протокол засідання кафедри психології № __ від « __ » 202 р.

Завідувач кафедри психології

д. психол.н., професор

_____ (підпис)

Л.П.ЖУРАВЛЬОВА

«__» _____ 202 р.

Результати захисту випускної кваліфікаційної роботи

Здобувачка вищої освіти Святогор Тетяна Петрівна
захистила кваліфікаційну роботу з оцінкою:

сума балів за 100-бальною шкалою _____

за шкалою ECTS _____

за національною шкалою _____

Секретар ЕК

Я.П. ДАНЬКО

АНОТОВАЦІЯ

Святогор Т.П. Психологічні особливості конфліктів в сучасній сім'ї. – Кваліфікаційна робота на правах рукопису.

Випускна кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня магістра за спеціальністю 053 - психологія. – Поліський національний університет, Житомир, 2023.

В роботі досліджуються питання інституту сім'ї та шлюбу, формування нової моделі сімейно-шлюбних союзів, складання різних стилів і форм сімейного функціонування, теоретичне осмислення і розробка нових аналітичних підходів до вивчення варіативності форм сім'ї та шлюбу, розгляд психологічних чинників задоволеності шлюбом на різних етапах сімейних відносин, дослідження взаємодії подружжя, стабільності і стійкості відносин.

Ключові слова: психологія сім'ї, конфлікт, сімейна криза, компроміс, сімейні цінності, задоволеність шлюбом.

ANNOTATION

Svyatogor T. P. Psychological features of conflicts in the modern family. – Qualification work on manuscript rights.

Graduation qualification work for obtaining a master's degree in specialty 053 – psychology. – Polis National University, Zhytomyr, 2023.

The work examines the issue of the institution of family and marriage, the formation of a new model of family-marital unions, the composition of different styles and forms of family functioning, the theoretical understanding and development of new analytical approaches to the study of the variability of family and marriage forms, consideration of psychological factors of satisfaction with marriage on at different stages of family relations, the study of the interaction of spouses, the stability and stability of relations.

Keywords: family psychology, conflict, family crisis, compromise, family values, satisfaction with marriage.

ЗМІСТ

ВСТУП	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ В ДОСЛІДЖЕННЯХ КОНФЛІКТІВ В СІМЕЙНИХ СТОСУНКАХ	10
1.1. Теоретичні підходи до вивчення поняття задоволеності шлюбом	10
1.2. Основні психологічні чинники задоволеності шлюбом	15
1.3. Модель задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості	29
Висновки до 1 розділу	33
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ	35
2.1. Методологічні та методичні основи дослідження задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості	35
2.2. Характеристика вибірки та процедура дослідження	40
Висновки до 2 розділу	45
РОЗДІЛ 3. ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ПОДОЛАННЯ ПОДРУЖНІХ КОНФЛІКТІВ	47
3.1. Умови стабільності подружніх відносин	47
3.2. Психотерапевтичні методи подолання подружніх конфліктів	52
Висновки до розділу 3	58
ВИСНОВКИ	59
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	61
ДОДАТКИ	67

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ В ДОСЛІДЖЕННЯХ КОНФЛІКТІВ В СІМЕЙНИХ СТОСУНКАХ	8
1.4. Теоретичні підходи до вивчення поняття задоволеності шлюбом	8
1.5. Основні психологічні чинники задоволеності шлюбом	13
1.6. Модель задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості	27
Висновки до 1 розділу	31
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ	33
2.1. Методологічні та методичні основи дослідження задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості	33
2.2. Характеристика вибірки та процедура дослідження	38
Висновки до 2 розділу	43
РОЗДІЛ 3. ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ПОДОЛАННЯ ПОДРУЖНІХ КОНФЛІКТІВ	45
3.1. Умови стабільності подружніх відносин	45
3.2. Психотерапевтичні методи подолання подружніх конфліктів	50
Висновки до розділу 3	56
ВИСНОВКИ	57
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	59
ДОДАТКИ	65

ВСТУП

Актуальність теми дослідження обумовлена значними змінами інституту сім'ї та шлюбу, в результаті яких формуються нові моделі сімейно-шлюбних союзів, складаються різні стилі і форми сімейного функціонування, в зв'язку з цим необхідні теоретичне осмислення і розробка нових аналітичних підходів до вивчення варіативності форм сім'ї та шлюбу, зокрема, розгляд психологічних чинників задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості.

Вивчення психологічних аспектів сім'ї та шлюбу, дослідження взаємодії подружжя, їх задоволеності шлюбом, рольових стосунків у шлюбі, стабільності і стійкості відносин є в даний час найбільш важливими завданнями психології сім'ї. Основною складовою соціально-психологічного клімату сім'ї є задоволеність подружжя взаємовідносинами і шлюбом в цілому. У психологічній літературі виділяються так звана загальна задоволеність шлюбом і задоволеність окремими аспектами шлюбу, яка складається з ряду оцінок його різних сторін в залежності від вимог, що пред'являються до особистості партнера і до обставин сімейного життя. Отже, необхідно враховувати і всебічно вивчати фактори, що впливають на задоволеність подружжя шлюбом.

Дослідження показують, що для гармонійного функціонування сім'ї недостатньо матеріального благополуччя і відповідного рівня освіти. В якості одного з найважливіших чинників стійкості подружніх відносин виступає взаєморозуміння між подружжям, що є підсумком безлічі різних впливів. Тому психологу важливо знати і вміти діагностувати спільність уявлень подружжя про їхні стосунки і, як наслідок, ступінь узгодженості їх поведінки.

Особливо підкреслюється дослідниками той факт, що для задоволеності шлюбом важлива успішна адаптація подружжя в суб'єкт-суб'єктних відносинах, наголошується на необхідності наявності між

подружжям саморозкриття, глибокого взаєморозуміння і прийняття поглядів і поведінки партнера, загальних символів в процесі спілкування. Міжособистісне спілкування подружжя тим успішніше, чим більше взаємної емпатії вони виявляють в ньому: без співпереживання, співчуття, співучасті неможливо успішне міжособистісне спілкування між подружжям. Чим точніша комунікація між подружжям, тим успішніше міжособистісні відносини. Вивченню проблеми, пов'язаної з необхідністю узгодженості міжособистісного поведінки подружжя для успішного функціонування шлюбу і підвищення задоволеності шлюбом, присвячені багато психологічні дослідження, однак ряд важливих питань залишаються нерозкритими.

До їх числа належить і проблема взаємозв'язку використання подружжям різних моделей взаємодії з їх задоволеністю шлюбом на різних етапах дорослості.

Дослідженням задоволеності подружнього життя займалися багато, як закордонних, так і вітчизняних авторів. Свою увагу на цю сторону сімейного життя звернули С.І. Голод, В.А. Сисенко, Ю.Є. Альошина, А.В. Шавлов, Є.Г. Ейдемільер, В. Юстицкіс, Х. Фелдман, Г.Навайтіс, Н.Г. Юркевич, Т.А. Гурко та інші. У численних роботах вітчизняних дослідників розглядаються різні аспекти проблеми задоволеності подружжя шлюбом (В. А. Сисенко, С. І. Голоду, Т. В. Андрєєвої, Ю. Є. Альошина, О. В. Єгорової, Н. Г. Юркевич, П.К. Керіг, Л. Б. Шнейдер і т. д.), однак психологічні чинники задоволеності шлюбом стосунками на різних стадіях дорослості вивчені ще не в повній мірі. Але ж від того, на скільки чоловік і жінка задоволені шлюбом на різних етапах сімейного життя, буде залежати успіх існування сім'ї. Таким чином, труднощі, які переживає сучасна сім'я і подружжя, з одного боку, і недостатність наукового знання про чинники задоволеності шлюбом і механізмів її регулювання як бази для надання різноманітних (психологічної, педагогічної та ін.) видів допомоги сім'ї - з іншого, зумовили вибір теми дослідження.

Мета дослідження: теоретичний і емпіричний аналіз психологічних

чинників задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості.

Відповідно мети роботи були поставлені наступні **завдання**:

- дослідити теоретико- методологічні засади дослідження психологічних чинників задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості;
- розглянути організацію та методи емпіричного дослідження;
- виконати експериментальне вивчення взаємозв'язку чинників задоволеності шлюбом та етапами дорослості.

Об'єкт дослідження - задоволеність подружжя шлюбом на різних етапах дорослості.

Предмет дослідження - психологічні чинники задоволеності подружжя шлюбом на різних етапах дорослості.

Гіпотеза дослідження: подружні пари на різних етапах дорослості будуть відрізнятися за параметрами задоволеності шлюбом, сумісності і цінностей подружжя.

Методи дослідження: теоретичний аналіз наукових публікацій з проблеми дослідження; усне опитування; тестування; статистичний аналіз емпіричних даних; якісний аналіз отриманих даних. Можливі використовувані методики: Тест «Вимірювання рівня задоволеності подружжя шлюбом» (І. Лакі); Опитувальник «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Ю. Є. Альошина і Л. Я. Гозман), Методика «Визначення узгодженості сімейних цінностей і рольових установок в подружній парі (РОП)» (А.Н.Волков), методика В. В. Бойко «Опитувальник комунікативної толерантності» Є. М. Дубовський.

Методичне обґрунтування дослідження. Вивчення впливу психологічних факторів на задоволеність подружжя шлюбом в молодій сім'ї проводилося шляхом дослідження 60 молодих подружніх пар без дітей, які перебувають у шлюбі від 1 місяця до 10 років; вік подружжя від 18 до 40 років. Всі пари дали згоду на анонімне використання їх даних для цілей цього дослідження.

Теоретична значимість дослідження полягає в тому, що проведений

теоретичний аналіз стану проблеми подружнього взаємодії і задоволеності шлюбом у вітчизняній і зарубіжній психологічній літературі. Отримано нові емпіричні дані про моделі взаємодії подружжя, які дозволяють розширити і конкретизувати наукові відомості про характерні риси подружньої взаємодії та їх відображення в поведінці. Встановлено конкретний характер взаємозв'язку між різними моделями взаємодії подружжя і їх задоволеністю шлюбом з врахуванням різних етапів дорослості.

Практична значимість роботи визначається тим, що результати мають прямий вихід в практику шлюбно-сімейного психологічного консультування. На сучасному етапі розвитку суспільства необхідним є знання особливостей міжособистісної взаємодії подружжя і факторів, що впливають на їх задоволеність шлюбом і сімейне функціонування. Результати дослідження можуть бути також використані при читанні лекцій по соціальній психології, психології сім'ї для психологів і фахівців, що працюють в області сімейних відносин.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ЗАДОВОЛЕНОСТІ ШЛЮБОМ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ДОРΟΣЛОСТІ

1.1. Теоретичні підходи до вивчення поняття задоволеності шлюбом

У сучасному суспільстві особливої актуальності набувають економічні, соціальні і політичні проблеми, а ситуація нестабільності впливає на психологічну складову сім'ї. Сім'я як соціальна одиниця стикається з безліччю нових умов, які передбачають трансформації в сформованих підвалинах. Залежність від висунутих суспільством нових умов особливо гостро стоїть на різних етапах дорослості подружжя задоволеність шлюбом.

Визначаючи зміст поняття «задоволеність шлюбом», М.С. Мацковська каже, що задоволеність - це інтегральна характеристика і що вона складається з відносин кожного з подружжя до різних сторін їх життя і взаємодії, а також задоволеності кожного з подружжя характером дозвілля, умовами, розподілом ролей і т.д. В.А. Сисенко вважає, що «задоволеність сімейним життям - поняття дуже широке і включає ступінь задоволення всіх потреб особистості. Для кожного з подружжя у шлюбі повинен бути досягнутий якийсь мінімально необхідний рівень задоволення потреб, за межами якого вже виникає дискомфорт, формуються і закріплюються негативні почуття і емоції» [31]. Відзначимо, що задоволеність шлюбом і подружжя задоволеність - це поняття, що мають одну природу і одне тлумачення. Отже, задоволеність в стосунках, або почуттях суб'єктивного благополуччя в шлюбі, виникає тоді, коли якість взаємодії влаштовує кожного з подружжя.

С.І. Голод дає наступне поняття задоволеності шлюбом: «Задоволеність шлюбом, очевидно, складається як результат адекватної реалізації уявлення (образу) про сім'ю, сформованого у свідомості людини під впливом зустрічей з різними подіями, складовими його досвід (дійсний або символічний) в даній сфері діяльності» [7].

Узагальнюючи, можна сказати, що задоволеність шлюбом - це така характеристика подружніх взаємин, яка є суб'єктивною і відображає оцінку подружжя у відношенні один до одного і свого шлюбу.

Значний внесок у дослідження цього питання внесла Ю.Є. Альошина. [1, с. 12]. Автор позначає задоволеність шлюбом як характеристику "суб'єктивної оцінки кожним з подружжя характеру їхніх стосунків". Часто в літературі синонімом "задоволеність шлюбом" зустрічається "сумісність подружжя", "згуртованість", "стабільність". Так само існує думка, що перераховані вище поняття представляють різні рівні відносин подружжя. [2] Рівень стійкості шлюбу - перший рівень. Другим рівнем можна назвати момент адаптації, пристосованість в шлюбі. На третій рівень сім'я переходить, коли досягає рівня «успішності», на якому відбувається уподібнення ціннісних установок пари.

На думку А.В. Шавлова, подружня задоволеність шлюбом є не що інше, як "суб'єктивне сприйняття подружжям крізь призму соціокультурних норм ефективності функціонування сім'ї в плані задоволення їх індивідуальних потреб" [35, с. 114].

Такі автори, як Є.Г. Ейдемільер і В. Юстицкіс [37] звертали увагу на поняття "незадоволеності шлюбом". Акцент ставився на ступінь усвідомленості цього поняття. І в свою чергу, автори виділяли два види усвідомленості незадоволеності шлюбом: усвідомлена і погано усвідомлювана. Пари, які усвідомлюють незадоволеність сімейним життям, можуть відкрито заявити про те, що їх не влаштовує. У таких сім'ях спостерігається глобальна незадоволеність, яка може супроводжуватися наявністю конфліктної ситуації. Розлучитися такій парі заважають наявність певних причин (діти, фінансове становище). У пар, які слабо диференціюють незадоволеність сімейним життям, спостерігається непряме вираження цього. Незадоволеність проявляється через монотонність у відносинах, відсутність радості, нудьгу, ностальгічний спогад про час до шлюбу. У цей час основний мотив поведінки в сім'ї - необхідність. Так само

незадоволеність може проявлятися в різних дрібних скаргах на різні сторони сімейного життя. Такі пари схильні перебільшувати дрібні проблеми, тим самим виправдовуючи свою незадоволеність. Причиною емоційних вибухів, може бути приховане ставлення до проблем, які виникають.

Задоволеність шлюбом, подружніми стосунками є одним з найважливіших компонентів задоволеності життя в цілому і фактором психічного здоров'я та психологічного благополуччя дорослої людини. Дослідники подружніх відносин відзначають, що задоволеність шлюбом змінюється зі стажем і етапами сімейного життя.

У літературі представлені різноманітні класифікації етапів життєвого циклу сім'ї. При класифікації, як правило, ґрунтуються на особливостях завдань становлення сім'ї як групи на будь-якому окремому етапі для своєї подальшої благополучної життєдіяльності. Дослідниками виокремлено початковий, середній та пізній етапи.

На початковому етапі шлюбу процес формування внутрішньосімейних і позасімейних відносин протікає досить інтенсивно і напружено. На даний процес впливають такі чинники: підвищені очікування подружжя один до одного; різні цілі шлюбу у подружжя; ілюзії на рахунок того, який повинен бути шлюб; боротьба за лідерство; зіштовхування «психології» батьківської сім'ї чоловіка і дружини; народження дитини; відсутність взаєморозуміння і допомоги від чоловіка в домашніх справах і вихованні дітей; соціальна криза; подружній криза виникає тоді, коли «минуле вже не влаштовує, а нове ще не визначилося». Виходячи з того, що в перші роки шлюбу формується модель майбутніх сімейних відносин - розподіл влади і обов'язків, духовні зв'язки між подружжям, батьками і дітьми, - відбувається складний процес адаптації чоловіка і дружини один до одного, визначається характер основних конфліктів і способи їх подолання, а значить необхідно продовжувати досліджувати молоду сім'ю для запобігання психологічних проблем на початковому етапі шлюбу.

Початковий етап життєвого циклу сім'ї з моменту укладення шлюбу і до появи дітей. Ця стадія у багатьох авторів носить назву «подружня пара без дітей» (виділено у більшості розглянутих нами авторів - Е. Дюваль, Е. Картер і М. Макголдрік, П. Сорокін, А. І. Антонов і В. М. Медков) або стадія діади. Цей етап подружніх відносин є кризовим, так як пов'язаний з початком спільного проживання і необхідністю вироблення правил, як буде організоване спільне життя.

Завдання виділеної стадії: сформувати шлюбні відносини, що задовольняють обох з подружжя; врегулювати питання, що стосуються вагітності та бажання стати батьками; увійти в коло родичів, набутих в результаті шлюбу. На цій стадії подружня пара повинна встановити, що змінилося в їх соціальному статусі, і визначити зовнішні та внутрішні кордони сім'ї.

Вивчивши дослідні роботи різних авторів, ми прийшли до висновку, що задоволеність шлюбом в подружніх парах на першому етапі життєвого циклу сім'ї детермінована наступними факторами:

- задоволеність шлюбом пов'язана з прийняттям моделі батьківських відносин, можна зробити висновок, що позитивна оцінка відносин, що склалися в батьківській родині і їх прийняття підвищує рівень задоволеності шлюбом у молодій сім'ї (аналогічні дані були отримані в роботі О.В. Дубровських і С. В. Іллінського);

- задоволеність шлюбом пов'язана з ідентифікацією з партнером, можна зробити висновок, що наявність у подружжя спільних інтересів, потреб, ціннісних орієнтацій, способів проведення часу підвищує рівень задоволеності шлюбом;

- задоволеність шлюбом пов'язана з цінністю емоційної функції шлюбу, можна зробити висновок, що більшу задоволеність у шлюбі відчують подружжя, для яких важлива моральна і емоційна підтримка один одного;

- задоволеність шлюбом пов'язана з рольовою адекватністю подружжя,

збіг рольових очікувань і домагань подружжя підвищує рівень задоволеності шлюбом.

Значущими чинниками на даному етапі, що впливають на задоволеність шлюбом, є:

- цінність захоплень, спільних занять, хобі, проведення дозвілля разом;
- необхідність збагачення свого внутрішнього світу і активна життєва позиція.

- асортативність - тобто схожість за різними параметрами.
- психологічна, міжособистісна сумісність і сумісність в області контролю;

- позитивне самовідношення, уявлення про свої цінності як особистості і адекватність психологічного становлення особистості.

Таким чином, представлені фактори впливають на задоволеність шлюбом подружжя, які перебувають на стадії шлюбу без дітей.

На етапі молодого сім'ї (від 5 до 9 років спільного життя) значним є врахування ціннісних орієнтацій, що відповідає ідеалам гуманістичної психології, тобто чим більше жінка впевнена в собі і в змозі оцінити себе по достоїнству, тим вище її задоволеність шлюбом. Дані результати відповідають вже існуючим, згідно з якими, працюючі жінки в тому випадку, коли мотивація професійної діяльності виходить за межі чисто утилітарно-прагматичної, виявляють більш високий рівень суб'єктивної задоволеності шлюбом, ніж непрацюючі дружини-домогосподарки [9]. Дослідники пов'язують даний феномен з задоволенням мотиву самореалізації в професійній діяльності, що підвищує рівень самоповаги і самоприйняття жінок, і в можливості отримати емоційну підтримку у колег по роботі, розгорнути широку мережу соціальної підтримки та допомоги. Останнє, в свою чергу, дозволяє легше переживати і більш оптимістично оцінювати проблеми, що виникають в сімейному житті.

На стадії середнього шлюбу (від 10 до 19 років спільного життя) настає не глибока, але тривала криза. Дана стадія життєвого циклу сім'ї

характеризується високим ступенем тривоги. Специфічними для подружніх відносин стають переживання втрати любові, розчарування, «знецінення» партнера і, як наслідок невідповідності очікувань реальності, зниження почуття суб'єктивної задоволеності шлюбом.

На стадії літнього шлюбу (від 19 років спільного життя) особливості задоволеності шлюбом залежать в більшій мірі від взаємопідтримки та ціннісних орієнтацій. Такі віково-психологічні особливості людей похилого віку, як прагнення до позитивних оцінок свого життя («життя прожили добре»), актуалізація захисних механізмів (раціоналізація - «якщо ми прожили стільки років, значить, ми були гарною родиною», витіснення, заперечення та ін.), заперечення самої можливості розлучення в похилому віці і страх самотності, ймовірно, обумовлюють тенденцію сприйняття жінками свого чоловіка як в цілому позитивного. Свій шлюб жінки оцінюють як успішний і в цілому задовільний для них. Задоволеність шлюбом у чоловіків підвищується, якщо чоловік приймає себе таким, який є незалежно від оцінки своїх достоїнств і недоліків. Висока задоволеність шлюбом протягом стількох років сприяє, ймовірно, високої позитивної самооцінки, що в свою чергу підвищує рівень самоприйняття чоловіка.

Зниження задоволеності спостерігається в перехідні періоди. Суб'єктивна задоволеність на початкових етапах спільного життя досить висока, на середніх - різко падає, спостерігається зростання на стадії 18- 20 років. Збіг цінностей має великий вплив на суб'єктивну задоволеність шлюбом, особливо за умови тривалого сімейного стажу.

1.2. Основні психологічні чинники задоволеності шлюбом

На стабільність і підвищення задоволеності шлюбом впливає безліч факторів. Аналіз літератури показав, що більш високий ступінь задоволеності шлюбом спостерігається у чоловіків, ніж у жінок. Також спостерігається вплив наявності дітей, на ступінь задоволеності. При

наявності дітей, вона зростає.

В рамках дослідження подружніх відносин подружжя А.Ю. Тавіт виділяє дві групи факторів задоволеності шлюбом [9]:

1) Фактори, що виникли до одруження: психологічна основа шлюбу, яка включає в себе такі аспекти, як походження, якості особистості, ідеал чоловіка і шлюбу, мотиви вступу в шлюб.

2) Фактори, що виникли під час шлюбного періоду: етично-емоційні стосунки подружжя, психофізіологічні відносини подружжя, єдність поглядів на виховання дітей, розподіл домашніх і господарських обов'язків, вільний час і його проведення, ставлення з батьківськими сім'ями подружжя і друзями.

Ю.Є. Альошина вважає, що основними критеріями задоволеності шлюбом виступають: стаж спільного життя (шлюбу) і народження першої дитини в сім'ї. Перший критерій - це один з трьох періодів циклу розвитку сім'ї, а другий вважався точкою відліку основного характеру змін.

М.С. Мацковская і А.Г. Харчев говорили про взаємозв'язок мотивів вступу в шлюб у подружжя і задоволеності шлюбом. Вони стверджували, що подружжя, які вважають свій шлюб задовільним, вступали в нього в зв'язку з наступними мотивами: спільність інтересів і поглядів, любов та ін. Незадоволені шлюбом подружжя називали в першу чергу мотиви такого плану: матеріальний розрахунок, випадковість, бажання поліпшити житлові умови, легковажність, прагнення уникнути самотності.

У роботах Е.Н. Спірева і А.Г. Лидерса йдеться про те, що задоволеність шлюбом безпосередньо пов'язана зі стилем батьківського виховання і навпаки. Дослідники говорили про те, що чим вище ступінь задоволеності шлюбом, тим менше відхилень у вихованні, а якщо ступінь задоволеності подружніми стосунками низька, то спостерігається збільшення кількості відхилень і помилок у вихованні.

Дослідження Т.В. Андрєвої показали, що чим більше задоволеність шлюбом чоловіка, тим більше задоволеність дружини, і навпаки, при

низькій задоволеності чоловіка шлюбом його дружина так само незадоволена. У дослідженні А.П. Новгородова йдеться про те, що на задоволеність шлюбом впливають соціально-психологічні фактори, які між собою різні в чоловіків і жінок. Так, наприклад, - традиційний розподіл ролей в сім'ї (це сім'я, де за подружжям відповідно до їх підлогою закріплені певні ролі - дружина грає роль матері і господині, чоловік в основному відповідальний за матеріальне забезпечення сім'ї та сексуальні відносини) властиво жінкам низько задоволених своїм шлюбом, а рівноправний розподіл ролей властиво жінкам, які оцінюватимуть свій шлюб як успішний. У чоловіків негативно впливає на задоволеність шлюбом неузгодженість сексуальних ролей у відносинах між подружжям.

Як у жінок, так і у чоловіків схожість ціннісних установок впливає на задоволеність шлюбом. Отже, найбільш задоволені шлюбом ті сім'ї, в яких спостерігається наступне: діти у віці від 1 - 4 років (приблизно ранній вік), рівноправність в розподілі ролей щодо всіх сфер життя і узгодженість їх розподілу в обох подружжя. Також вона виділяє параметри, які характерні для незадоволених своїм шлюбом сімей: діти дитячого віку, традиційний розподіл ролей у всіх сферах життя і неузгодженість цього розподілів між подружжям. Т.О. Гурко створює найбільш пізню і повну систематизовану класифікацію отриманих в різних дослідженнях факторів задоволеності шлюбом, яка поділяється на чотири групи [9]:

1. Соціально-демографічні та економічні характеристики сім'ї: величина сукупного сімейного доходу, вік подружжя, кількість дітей в сім'ї та ін.;

2. Характеристики позасімейної сфери життєдіяльності подружжя: професійна сфера, взаємини подружжя з найближчим соціальним оточенням, відкритість / закритість сімейної системи та ін.;

3. Установки і поведінка партнерів у основних сферах сімейної життєдіяльності: розподіл господарсько-побутових обов'язків і збіг установок в цій сфері сімейного життя, організація дозвілля та ін.;

4. Характеристика між подружніх відносин: емоційно-моральні цінності (почуття любові і поваги до партнера, загальні погляди і інтереси, подружня вірність і ін.).

Таким чином, на задоволеність шлюбом в сім'ї впливає велика кількість чинників, що визначають рівень задоволеності. До детермінант задоволеності можна віднести наступні: характер взаємин між подружжям, збіг/розбіжність ціннісних орієнтацій в сім'ї, особистісні особливості кожного чоловіка, характер дитячо-батьківських взаємин, мотиви вступу в шлюб. Також виявляються і гендерні відмінності: більш задоволені шлюбом не тривожні чоловіки, які мають достатній дохід, з більшою соціальністю, схильні до компромісів. На задоволеність жінок впливає ступінь їх власної інтроверсії і зрілість їхніх чоловіків.

На думку Г.С. Васильченко та Ю.А. Решетняка, загальний шлюбний потенціал складається з фізичного, матеріального, культурного, сексуального та психологічного чинників.

Фізичний фактор має суто інтуїтивний характер: незалежно від статевої приналежності одна людина викликає у іншої людини підсвідому симпатію або антипатію. Ця індивідуальна і глибоко особистісна реакція визначається всім фізичним виглядом, тембром голосу, манерою поведінки, мовою, мімікою, жестикуляцією, манерою одягатися, нарешті, запахом, властивим даній людині. Визначаючись на перших етапах спілкування, фізичний фактор відрізняється винятковою стійкістю.

Матеріальний фактор визначається співвідношенням вкладу партнера в загальний матеріальний статус сім'ї та відповідністю цього внеску очікуванням і вимогам іншого партнера.

Культурний фактор визначається співвідношенням інтелектуально-культурних запитів подружжя. Виразність цього чинника, на думку В.І. Косачева, дуже мінлива протягом життя навіть однієї пари.

Сексуальний фактор визначається відповідністю реальної програми інтимної близькості кожного з партнерів сексуальним очікуванням іншого.

Цей фактор схильний до багатьох впливів, в тому числі впливам віку і стану здоров'я, з якими він і повинен перш за все співвідноситися.

Всі розглянуті вище чинники тісно поєднані один з одним. І, все-таки, особливе положення займає психологічний чинник. Цей чинник - колектор, на якому фокусуються всі інші, і в той же час він визначає єдність і цілісність людської поведінки. У загальній структурі шлюбної взаємодії психологічний чинник має на увазі співвіднесення особистісних особливостей подружжя, перш за все їх характерів і рольових домагань [27].

При всій мозаїчності проблем і широті досліджень чинників стабільності шлюбу, на особливу увагу заслуговує спроба Яна Щепанського визначити найбільш істотні ознаки успішного шлюбу. Він пише: " Внутрішня згуртованість шлюбу і сім'ї підтримується впливом як внутрішніх, так і зовнішніх сил". До внутрішніх сил відносяться:

- 1) взаємна любов там, де вона є вирішальною у виборі чоловіка.
- 2) почуття обов'язку у відношенні до подружжя і дітей;
- 3) взаємне прагнення до просування, кар'єрі, впорядкованості;
- 4) турбота про спільне житло, будинку, домашнє господарство, турбота про дітей, поділ праці в цій сфері;
- 5) усвідомлене чи неусвідомлене бажання виправдати очікування середовища, родичів і більш широких груп;
- 6) прагнення до здійснення власних мрій і уявлень періоду навчання;
- 7) можливість гармонійного розвитку особистості і використання шлюбу як засобу реалізації експансивних прагнень особистості.

Зовнішні сили - це:

- 1) тиск громадської думки або системи санкцій, коли відмовляють у визнаному положенні в суспільстві людям з сімей, що розпалися;
- 2) тиск економічних умов;
- 3) пред'являються середовищем вимоги турботи про дітей.

Особливо широку популярність здобула модель чинників, що впливають на якість шлюбу, створена американськими авторами R.A.Lewis,

G.V. Spanier. Авторами була виконана величезна робота, що включає в себе збір даних про корелятив якості шлюбу, а потім їх угруповання з метою створення всеосяжної моделі. На підставі проаналізованих робіт ними було сформульовано 40 тверджень про фактори, що впливають на якість шлюбу. Ці 40 тверджень були розбиті на три основні групи факторів, що впливають на якість шлюбу (табл.1.1):

Таблиця 1. 1

Модель факторів, що впливають на успішність шлюбу (R.A.Lewis, G.V.Spanier) [45]

Дошлюбні фактори	Соціальні та економічні чинники	Особистісні та внутрішньо-подружні чинники
<ul style="list-style-type: none"> - "однорідність" (раса, релігія, вік, статус) - "особистісні засоби" (оцінка дитинства, відносини з батьками, благополуччя в батьківській родині) - "схвалення з боку значущих інших" 	<ul style="list-style-type: none"> - "соціально-економічні показники" (високий статус чоловіка, стабільність економічного становища сім'ї, і т.п.) - "включеність подружжя в більш широку мережу соціальних взаємин" (наявність у подружжя спільних друзів) 	<ul style="list-style-type: none"> - "позитивне ставлення до партнера" (легкість спілкування, сексуальна, фізична і інтелектуальна привабливість партнера, збіг ціннісних орієнтацій) - "емоційна задоволеність" (прояв любові, поваги, взаємна допомога, задоволеність виконанням соц. ролі, відповідність способу дружина - образу ідеалу) - "параметри ефективності спілкування в подружній парі" (глибина саморозкриття партнера, точність невербальної комунікації, схожість сприйняття подружніх ролей, взаєморозуміння, емпатія) - "рольовий відповідність подружжя" (компліментарність потреб, ролей, відповідність ролей і рольових очікувань, сексуальне відповідність подружжя) - "взаємодія" (дружба подружжя, спільність їх діяльності, ефективність взаємодії)

До першої групи факторів, що позитивно впливають на якість шлюбу, були віднесені такі характеристики, як "однорідність" за соціально-економічними параметрами, расової і релігійної приналежності, інтелектуальна і вікова схожість, а так само однорідність статусу.

У першій групі було виділено підгрупа чинників, що отримала назву "Особистісні засоби", куди увійшли такі чинники, що позитивно впливають на успішність шлюбу: високий рівень освіти, низький рівень невротизму, більш зрілий вік при вступі в шлюб, емоційне здоров'я, високий рівень

розвитку навичок міжособистісного спілкування, адекватна самооцінка, досить тривале знайомство подружжя перед вступом у шлюб.

У підгрупі "Особливості батьківської моделі" автори виділили такі чинники, що позитивно впливають на якість сімейного союзу, як позитивна оцінка власного дитинства подружжям, їх добрі стосунки з батьками, благополуччя в батьківській родині.

Інша підгрупа дошлюбних факторів "Схвалення шлюбу з боку значущих осіб" говорить сама за себе і має на увазі позитивне ставлення до шлюбу з боку інших як позитивну характеристику.

Кілька характеристик, що відносяться до дошлюбних факторів, які увійшли до жодної з виділених авторами підгруп. До їх числа відносяться такі чинники, що позитивно впливають на якість шлюбу: відсутність дошлюбної вагітності, наявність мотивації до вступу в шлюб, відповідність поведінки респондента в області сексу його власним уявленням про допустиму поведінку.

Друга група "Соціальні та економічні чинники" об'єднала в собі такі підгрупи: "Соціально-економічні показники, що характеризують хороше соціально-економічне становище сім'ї" - високий статус чоловіка, стабільність економічного становища сім'ї, позитивне ставлення чоловіка до роботи дружини, задоволеність дружини роботою; "Включення подружжя в більш широку мережу соціальних взаємин" - наявність у подружжя спільних друзів, участь пари в роботі громадських організацій.

Найбільш велика група чинників, які позитивно впливають на якість шлюбу, була віднесена R.A.Lewis, G.B.Spanier в рубрику "Особистісні та внутрішньошлюбні чинники". До числа підгруп чинників, об'єднаних тут, відносяться "Позитивне ставлення до партнера", яке виражається в легкості спілкування, сексуальної, фізичної та інтелектуальної привабливості партнера, збіг ціннісних орієнтацій партнерів.

До іншої підгрупи були віднесені параметри "Емоційною задоволеності відносинами з партнером": вираження любові з його боку,

повагу, взаємна допомога подружжя особистісному зростанню кожного, задоволеність тим, наскільки добре партнер виконує наказує йому респондентом соціально-емоційну роль, наскільки рівноправними є його стосунки з партнером, наявність сексуальної задоволеності, любов до партнера, відповідність способу чоловіка образу ідеального чоловіка (дружини), відчуття подружжям себе єдиним цілим - подружньою парою.

Окрему підгрупу факторів утворили "Параметри ефективності спілкування в подружній парі": глибина саморозкриття партнерів, точність невербальної комунікації, наявність у подружжя спільних символів, спільність очікувань, частота успішного спілкування в парі, схожість сприйняття подружніх ролей, взаєморозуміння і емпатія в спілкуванні.

Інша підгрупа чинників "Рольовий відповідність подружжя" включає в себе компліментарність потреб, компліментарність ролей, відповідність рольового виконання і рольових очікувань, особистісне подібність, чіткість поділу ролей в сім'ї, сексуальне відповідність подружжя один одному.

І завершує схему підгрупа "Взаємодія", яка об'єднує такі чинники успішності шлюбу, як дружба подружжя, спільність їх діяльності, ефективність взаємодії (в тому числі при вирішенні проблем), фізична близькість при взаємодії, спільне відвідання церкви [60].

Іншим, але вже теоретичним побудовою, що пояснює феномен задоволеності шлюбом, є модель стабільності шлюбу В.А. Сисенко, який вважає, що функції і цілі шлюбу задовольняють різні потреби людей, а стабільність цього шлюбу забезпечують дві системи чинників. Перша - система соціально-економічних чинників, що визначає стійкість шлюбу (житлові умови, матеріальна забезпеченість, бюджет часу і т.д.). Друга - система соціально-психологічних факторів, що відображає ступінь задоволеності шлюбом. Цей феномен В.А. Сисенко умовно називає задоволенням емоційно-психологічних потреб, до яких відносить наступні:

- 1) в довірче-дружньому спілкуванні;
- 2) в близьких людях, в шлюбному партнері;

- 3) бути улюбленим; в психологічній підтримці;
- 4) у взаємодопомозі, підтримці та співпраці;
- 5) сексуальну потребу.

Спроби розглянути якість шлюбу через задоволення потреб подружжя досить очевидно, тому що потреби людини формуються в процесі освоєння їм соціальної дійсності і становлення його особистість.

Продовжуючи перерахування якостей партнерів, що визначають задоволеність шлюбом, можна привести результати аналізу зарубіжних досліджень з цієї теми. Так, в щасливих шлюбах подружжя характеризуються емоційною стабільністю, згодою з іншими людьми, товариськістю, довірливістю і щирістю. У нещасливих - емоційну невірноваженість, критичністю до інших людей, прагненням до домінування, замкнутістю і відчуженістю, підозрливостю і емоційної скутістю [45].

До закордонних досліджень міжособистісного сприйняття в парах з високою задоволеністю шлюбом можна додати свідчення, що подружжя вважають себе особистісно подібними і досить точно сприймають переваги партнера, а також схильні бачити один одного однаково домінантними. У парах з низькою задоволеністю шлюбом вищевказані параметри мають протилежні значення.

Причому зі збільшенням стажу шлюбу подружжя менше захоплюються особистісними якостями один одного, що в нещасливих шлюбах приймає форму сприйняття особистісних якостей партнера як неприпустимих. Huston & Chorust вважають, що в нормі "охолодження" відбувається після 2-х років шлюбу. Але адаптивну функцію цього феномена Kenrick & Frost бачать в тому, що зниження захопленості один одним сприяє виживанню дітей.

Дозволимо собі зауважити, що, висвітлюючи проблему подружнього спілкування, мушу згадати про подружній конфлікт, який теж пов'язаний задоволеністю шлюбом, але є не причиною зниження задоволеності

відносинами, а скоріше, супроводжуючим фактором. Причиною ж різними теоретиками і практиками називаються фактори від реалізації батьківських патернів взаємодії до компенсації своєї заниженої самооцінки (Сатир В., Альошина Ю.Є., Пейдж С., і багато інших).

Проте, слід виділити стабілізуючу функцію конфлікту (яка допомагає перейти від розбіжностей до вироблення загальних поглядів) і сигнальну, сповіщає про кризу, про перехід сім'ї на новий етап розвитку.

В житті подружньої пари є два таких кризи: приблизно 6 років спільного життя і 18 років. Кризи характеризуються зміною поло-рольової диференціації в діаді, тому "традиціоналізація" відносин (більш жорсткий розподіл ролей) сприятлива для ефективного вирішення завдань в сім'ях I, II і V груп за стажем шлюбу і позитивно пов'язана з задоволеністю шлюбом. Тоді як в сім'ях III і IV груп на задоволеність шлюбом позитивно впливатиме егалітаризація статево-рольової структури сім'ї, тобто для успішного виховання дітей подружжю доводиться більше рівноправно розподіляти обов'язки в сім'ї.

Існування такої динаміки побічно доводять результати Н.Ф. Федотової, що вивчала проблему верховенства в сім'ї. Вона виявила, що при патріархальному укладі мотивом визнання чоловічого верховенства дружиною є участь чоловіка в організації дозвілля і в формуванні психологічного клімату (в меншій мірі - в організації побуту і у вихованні дітей). У сучасних сім'ях спільне верховенство ґрунтується на протіканні процесів, схожих з процесами лідерства в неофіційних групах. У таких сім'ях, згідно Федотової, задоволеність шлюбом може бути високою при збігу думок про верховенство. У матріархальних же сім'ях шлюб був так чи інакше розладжений - дружина брала участь у всіх сферах сімейного життя, а жіноче верховенство часто корелювало з пияцтвом чоловіка.

Перед вступом у шлюб у кожного члена подружжя формується образ щасливого заміжжя. Дослідження проведені О.А. Добриніної [6] підтверджують те, що образ щасливого шлюбу у чоловіків формується в

першу чергу через призму психологічних і сексуальних компонентів шлюбу, у жінок - через побутову, рекреативну, сексуальну і психологічну підструктури шлюбу. Істотний вплив робить компліментарність подружжя - максимальна задоволеність шлюбом досягається в комплементарних і частково комплементарних шлюбах. Існує певна залежність між суб'єктивною задоволеністю шлюбом і поділом домашньої праці. І.М. Обозів і А.Н. Обозова фокусували свою увагу на вплив сімейних ролей на ступінь задоволеності шлюбом/ На думку авторів до дезорганізації в сім'ї призводить розбіжність думок подружжя щодо функції сім'ї, характеру розподілу основних сімейних ролей. Дослідники визначили, що збіг думок подружжя з питань розподілу ролей і функцій сім'ї впливає на сумісність подружжя і успішність шлюбу. Також авторами були виділені чинники стабільності, які були розділені на об'єктивні і суб'єктивні, зовнішні і внутрішні.

Деякі вчені описують схему стабільності шлюбу. Розглянемо схему запропоновану закордонним дослідником Дж. Левінджером. На його думку, стабільність шлюбу - баланс трьох видів сил: внутрішнього тяжіння, пов'язаного з привабливістю подружжя одне для одного, зовнішньої підтримки шлюбу та протидіючих йому сил. Серед внутрішніх сил тяжіння автор називає любов, дружнє спілкування, фінансову підтримку, високий соціальний статус чоловіка, престижність положення сімейного людини. До силам зовнішньої підтримки автор відносить моральні обов'язки по відношенню до шлюбу, ставлення до дітей, страх нашкодити кар'єрі розлученням, правові бар'єри, ганьба розлучення.

Під зовнішніми силами, які автор називає "соціальні бар'єри", які протидіють шлюбу мається на увазі інший партнер, конфлікт між кар'єрою і сімейними ролями, привабливість свободи від зовнішніх обов'язків, прагнення жити на свої кошти. Американські дослідники систематизували фактори, які впливають на задоволеність шлюбом. R.A. Lewis, G. B.Spanier розбили всі фактори на три групи: дошлюбні чинники (расові, релігійні,

соціально-економічними параметрами); соціальні та економічні фактори; особистісні і внутрішньосімейні чинники.

Питанням систематизації факторів, що впливають на перебіг сімейного життя також займався Т.О. Гурко. [10]. Мета проведеного дослідження - визначення факторів, які впливають на задоволеність шлюбом випробовуваних різних регіонів України. Для досягнення поставленої мети було проведено соціологічне опитування. За даними дослідження 2013 року, яке було проведено в різних регіонах України (Івано-Франківськ і область, Київ і область, Луганськ та область) були виділені основні фактори, які впливають на задоволеність подружнім життям.

Дослідження проходило на вибірці різної за віком, статтю, сімейним станом і рівнем освіти. Аналізуючи отримані результати, велике значення і вплив на задоволеність, а згодом і на виникнення дезадаптації надає "суб'єктивне відчуття партнера як надійний". Цей показник набрав однаково високу оцінку у всіх регіонах України, у жінок і чоловіків різного віку, освіти і сімейного стану. Було виявлено, що чим частіше пара проводить вільний час разом, чим більше пара спілкується і чим менше конфліктують, тим з більшою надійністю асоціюється шлюбний партнер.

При цьому на надійність партнера впливає задоволеність сексуальним життям, емоційна теплота і сумісність поглядів і інтересів. Чим більше партнери дозволяють бути самотійними один одному, чим більше збігаються моральні якості подружжя, тим надійніше вони виглядають в очах один одного.

Також надійність партнера залежить і від матеріально-побутових чинників: наявність власного житла і рівня заробітної плати.

Наступним, не менш значущим, для громадян України, аспектом стала "емоційна теплота між подружжям". Спостерігається невелике зростання важливості цього показника в Івано-Франківській області. Також зростає важливість емоційної теплоти з віком опитаних і зі стажем прожитих років в шлюбі. Важливим цей показник виявився і для розлучених. Були виділені

наступні закономірності: чим емоційніше теплі відносини, на думку пари, тим більше пара спілкується один з одним, тим більше подружжя здатні до компромісів, відчувають надійність один одного, зростає рівень задоволеності інтимним життям, така пара більше відчуває потяг один до одного і психологічну підтримку. На емоційну теплоту впливає наявність власного житла, рівень заробітної плати, сумісність поглядів і інтересів, допомога по господарству. Такі пари можуть, як і самі приймати рішення, так і можуть домовлятися один з одним, у них збільшується бажання проводити разом вільний час, партнери поважають один одного. Тепла емоційна атмосфера сприяє розвитку один одного і кожен член сім'ї в такій атмосфері не намагається домінувати.

До факторів, які впливають на задоволеність сімейним життям, відносяться моральні якості партнера. Трохи вище показники важливості моральних якостей партнера виявилися в Івано-Франківську. Також підвищується роль цього показника з віком і роками, прожитими в шлюбі. Пари, які створили сім'ю вдруге, більше уваги звертають на моральні якості партнера. Важливим показником, за результатами, виявилось наявність "уваги один до одного". Цей аспект сімейних відносин набрав більшу кількість виборів в Івано-Франківську та Луганську, ніж в Києві. Це може бути пов'язано з тим, що великі міста сприяє зростанню самостійності й уміння розраховувати на себе. Високі показники важливості отримало "потяг один до одного". Івано-Франківськ та Луганськ отримали вище оцінки за цим показником, ніж Київ. Більше значення наявності потягу до партнера в подружньому житті віддають жінки.

Важливість потягу в сімейних відносинах залежить від рівня освіти - опитувані з більш високим рівнем освіти і не перебувають у шлюбі приділяють менше уваги цим показником. "Повага один до одного" і "відсутність адикцій" займає високі позиції серед факторів, які впливають на задоволеність шлюбом. Наявність поваги і відсутність адикції в сімейному житті виявилось однаково важливим для опитаних різних регіонів України,

різних за статтю, сімейним станом, рівнем освіти. В Івано-Франківській і Луганській областях наявність "психологічної підтримки" є досить важливо. Більше значення наявність психологічної підтримки має для жінок, ніж для чоловіків. Спостерігається підвищення важливості цього показника після 40 років і з ростом кількості прожитих років. Високі оцінки отримав "показник любові" у всіх опитаних регіонах.

Однаково важливим цей показник виявився для випробовуваних різних за віком, статтю, сімейним станом і рівня освіти. З факторів, які важливі в сімейному житті і можуть впливати на ступінь задоволеності життям, першу позицію за важливістю у жінок займає емоційна теплота, другу - повага, третю - любов, четверту - надійність партнера, п'яту - відсутність залежності. У чоловіків на першому місці стоїть, так само, як у жінок, емоційна теплота партнерів один до одного, на другому місці - надійність партнера, третє - повага, четверте - відсутність залежності і на п'ятій позиції стоїть любов.

Отже, за результатами дослідження видно, що більш важливі фактори, які впливають на задоволеність шлюбом - це фактори, спрямовані на емоційно-теплу атмосферу в сім'ї. Жінки спрямовані на стабільність, яка проявляється в матеріальній надійності і потребують емоційної підтримки, наявності теплої спілкування і прояві уваги з боку партнера. Чоловіки прагнуть до комфортного і зручного проживання з дружиною, яке проявляється у відсутності конфліктних ситуацій і звертають увагу на зовнішню привабливість подружжя. Також чоловіки більш високо оцінили важливість сексу в сімейному житті.

Наступний фактор, який може бути безпосередньо пов'язаний з фактором стажу, - вплив етапу розвитку сім'ї та наявність дітей. Багато дослідників етапи розвитку подружніх відносин пов'язують з появою і вихованням дітей. Перехід від однієї стадії до іншої має на увазі рішення нових завдань, рольову перебудову в новій ситуації, вироблення нових способів функціонування. І в зв'язку з цим виділяються нормативні кризи

сім'ї - труднощі, пов'язані з проходженням сім'єю основних етапів життєвого циклу [Оліферович і ін., 2007], в які можна очікувати зниження задоволеності шлюбом у подружжя.

Одним з найбільш яскравих « нормативних» криз сім'ї є етап розвитку сім'ї після народження дитини. Це підтверджується сучасною статистикою розлучень, яка показує, що значний відсоток розпаду шлюбів падає на перший рік після народження першої і другої дитини.

Проведений нами раніше аналіз досліджень динаміки подружніх відносин після народження дитини [Савенишева, 2016] показав, що як для подружніх пар, які мають дітей, так і не мають, характерне зниження задоволеності шлюбом з часом, але в сім'ях з дітьми воно виражено сильніше і спостерігається саме в період після народження дитини. Однак висока варіативність даних показує неоднорідність цих змін: не всі подружні пари демонструють зниження задоволеності взаєминами після народження дитини. Близько третини подружніх пар не відчували зниження задоволеності шлюбом і навіть відчували поліпшення у взаєминах [Belsky, Kelly, 1994; Belsky і Rovine, 1990; Doss і ін. 2009]. Це призводить до необхідності вивчення факторів, що призводять до зниження, або навпаки, до поліпшення якості подружніх відносин після народження дитини. У зв'язку з цим метою нашого дослідження є вивчення впливу різних чинників на динаміку задоволеності шлюбом в період переходу до батьківства (від етапу народження до досягнення дитиною віку 1-3 років). Завданнями нашої статті є аналіз зарубіжних досліджень позитивного або негативного впливу на динаміку задоволеності шлюбом і якість подружніх відносин соціально- біографічних і психологічних характеристик подружжя.

1.3. Модель задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості

Любов у шлюбі важлива у всіх спільнотах, багато в чому тому, що вона необхідна для благополуччя дітей. Зміни в структурі родини не заперечують

вродженої надії кожної дитини на взаємно збагачує зв'язок зі своїми батьками або тими, хто їх заміняє.

У шлюбі існує взаємна потреба бути найважливішою людиною для іншого. Відносини співпраці, в яких кожен чоловік відчуває себе шанованою, зрозумілу та улюбленим, вкрай необхідні. Пари, між якими, крім еротичних і «посадових», встановилися відносини співпраці, всерйоз не думають про розлучення.

Мабуть, немає нічого більш важливого для пари, ніж добре підготуватися до шлюбу і спільного життя. Це природне продовження розвитку вміння любити. Занадто легко підняти вітрило спільних відносин при неосвіченості щодо важливих діючих сил. Помилкові очікування можуть згодом викликати напругу між партнерами. Наприклад, на шлюбному ложі і біля неї з психологічної точки зору присутні три пари:

1. Він як її коханець, вона як його коханка.
2. Він як фігура батька, вона як його маленька дівчинка.
3. Вона як фігура матері, він як її маленький хлопчик.

Таким чином, кожен партнер неминуче виконує три ролі. Переживання любові в шлюбі включає батьківські форми любові, які допомагають затягнутися деяким ран, отриманих в дитинстві, оскільки нічиє дитинство не було ідеальним. Завдання шлюбних відносин полягає у взаємному процесі підтримки, зцілення і зростання. Будь-яка пара, веде машину з двома пунктами управління, в якій кожна людина діє як «досвідчений водій», «водій-учень» і «інструктор з водіння», і, можливо, по крайній мірі на перших порах, на задньому сидінні їдуть їхні батьки!

Розуміння цих процесів може допомогти запобігти наростанню напруги, приховані і підсвідомі коріння якою лежать в минулому, а не в самому шлюбі. Любов на практиці вимагає безперешкодного струму енергії, яка таїться в глибинних прагненнях до зв'язку і близькості. Причиною сварок часто стають невірні припущення, що народжують загрозливі емоції. Тому конфлікт може наростати і пробачити один одного стає все важче.

З точки зору фізіології, як ми знаємо, зміна міцно закріпилися уявлень дорослих людей - завдання нелегке. Нові способи мислення вимагають нових нейронних шляхів в системах мозку. Цей процес ускладнюється, якщо вирують емоції. Емоційні переponsi ускладнюють наше мислення, змінюють наші погляди і ставлення до нових ідей. Однак спокійні роздуми дозволяє пристосованої до розумових процесів корі впливати і працювати над зміною старих уявлень, які більше не корисні для життя і любові.

Центральними в підтримці будь-яких близьких відношенні, і особливо шлюбу, є чотири чинники:

- індивідуальне сприйняття, образи і розуміння іншого, зміни людського розвитку і ходу життя (це ми можемо назвати «картами» свідомості);
- довіру і розуміння зобов'язань;
- регулярна і ефективна комунікація (активне слухання, а не тільки висловлювання);
- ясність індивідуальних очікувань (отримана в діалозі).

На малюнку 1 показана модель задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості, життєвим циклом є основні дані, що стосуються якості та стабільності шлюбних відносин. При аналізі малюнка важливо відзначити п'ять загальних факторів (нижні стрілки), які безпосередньо впливають на якість і стабільність шлюбу при дослідженні шлюбів в цілому, а не окремих випадків, в яких можуть виявлятися значні відмінності.

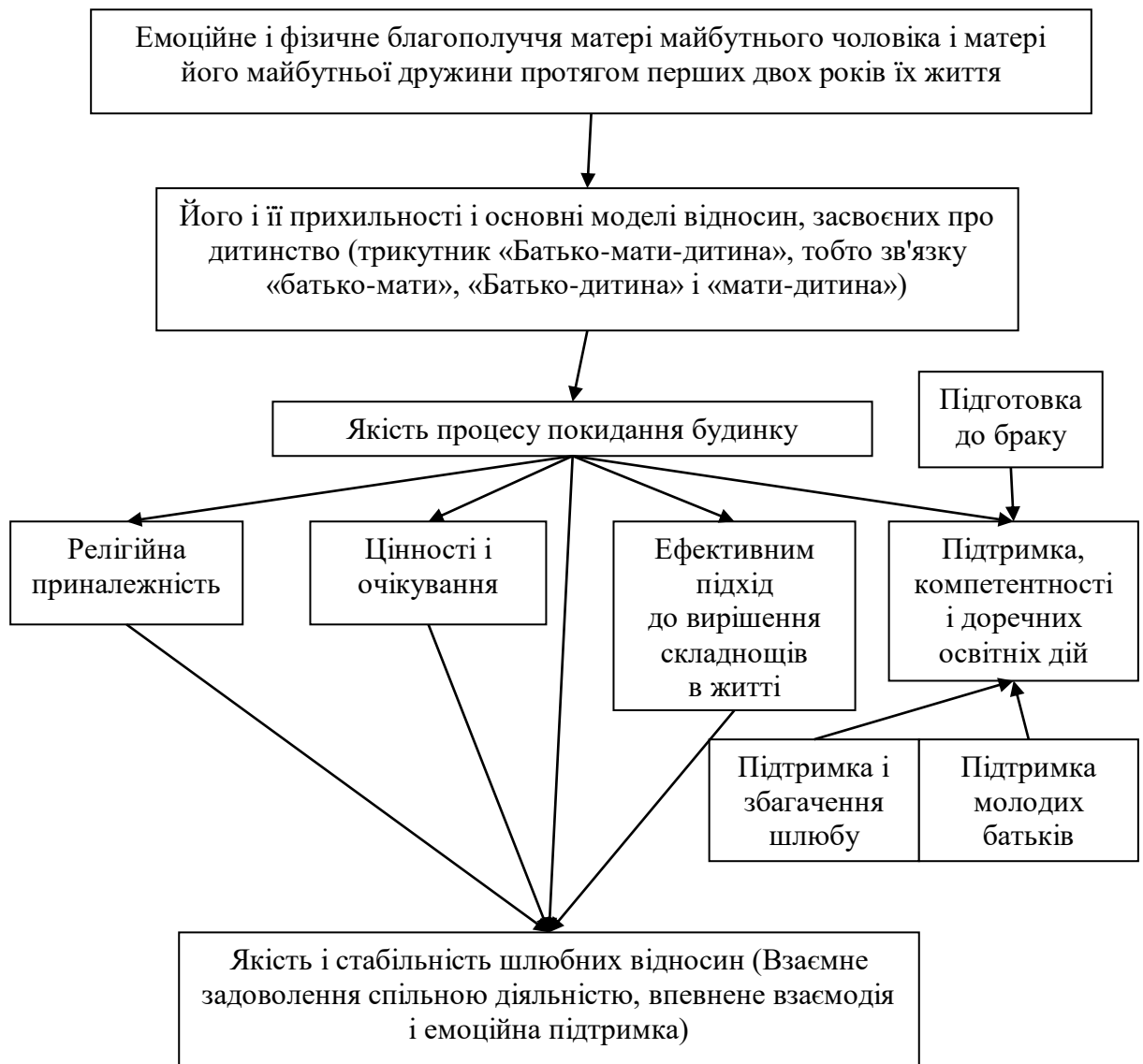


Рис. Модель задоволеності в шлюбі

Така представлена в часі схема- модель задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості відображає не тільки причинно-наслідкові зв'язки, але і значущі впливу, існування яких підтверджують дослідження і які необхідно врахувати. Дослідження розвитку членів сім'ї на різних стадіях життєвого циклу стають все більш важливими. На малюнку 1 показано, що батьківська любов необхідна для людського благополуччя в житті.

Висновки до 1 розділу

У теоретичному дослідженні було показано, що на задоволеність шлюбом впливають такі фактори, як мотиви вступу в шлюб, розподіл сімейних ролей, подружня сумісність; що більш високий ступінь задоволеності шлюбом спостерігається у чоловіків, ніж у жінок. Також спостерігається вплив наявності дітей, на ступінь задоволеності: при наявності дітей, вона зростає. Теоретичне дослідження також показало, що задоволеність подружніми взаєминами багато в чому залежить від того, в якій мірі, і ступеня кожен з подружжя відчуває почуття радості, задоволення від спільного життя. У разі якщо ті чи інші потреби особистості не задовольняються або задовольняються в мінімальному обсязі, можуть відбуватися різні порушення в системі життєдіяльності особистості.

Аналіз факторів, що впливають на динаміку задоволеності шлюбом після народження дитини, показав, що їх можна умовно розділити на 7 груп: 1) статево характеристики батька і дитини, подружній стаж; 2) соціально-економічний статус і робота батьків; 3) особистісні особливості батька і дитини; 4) особливості взаємин подружжя до народження дитини; 5) особливості відносин в батьківських сім'ях подружжя; 6) розподіл домашніх обов'язків між подружжям і час, який подружжя проводять разом після народження дитини; 7) запланована вагітності.

Серед безлічі факторів, що визначають стабільність сім'ї та задоволеність шлюбом, науковому аналізу все частіше піддаються особливості сімейного спілкування. Сімейне спілкування розглядається в психології як сукупність характеристик, що визначають особливості регулювання суб'єктом своєї діяльності і поведінки. Найважливішими характеристиками сімейного спілкування та його складових виступають наступні: взаєморозуміння, довірливість, легкість спілкування, психотерапевтичний, наявність загальних символів сім'ї. Сутність психотерапевтичного спілкування часто описується через емоційний контакт

або емпатію партнерів. Е. А. Карлін виділяє «самоактуалізуючимся» спілкування. Це відкрите довірче спілкування, засноване на адекватному вираженні власних почуттів і повазі партнера, щирої зацікавленості в ньому, безумовному прийнятті, повазі, щирості, уважності, доброзичливості, включеності в ситуацію. Ознаками психотерапевтичного спілкування є наявність у партнерів почуття безпеки, любові і прихильності, гармонії у відносинах, відчуття поваги, схвалення, визнання компетентності; наявність можливості реалізації своїх здібностей, досягнення власних цілей.

Психотерапевтичне спілкування пов'язане з якостями зрілої особистості: усвідомленістю, рефлексивністю, самоповагою, конгруентністю, які і виступають психотерапевтичним інструментом. Вони частіше притаманні жінкам, в силу їх гендерних особливостей.

Несприятливими факторами для емоційних стосунків у шлюбі виступають схильність до високого рівня узагальнень, категоричність мислення, концентрація на помилках партнера, постійна критика, відкидання позитиву, поспішність висновків, навішування ярликів і ін.

Задоволеність шлюбом як суб'єктивна оцінка подружжям характеру їх взаємин в більшій мірі визначається інтерперсональними характеристиками особистості: соціальний компетентністю, толерантністю, емпатійністю.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Методологічні та методичні основи дослідження задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості

Задоволеність шлюбом визначена, як емоційна внутрішня суб'єктивна оцінка ставлення подружжя до власного шлюбу. Найбільш часто в її практичному дослідженні застосовується опитувальник задоволеності шлюбом В. В. Століна, Т.О. Романової, Г.П. Бутенко [8], який спрямований на вимір рівня благополуччя шлюбу і задоволеності шлюбними відносинами. При розробці методики автори виходили з тези про те, що основним фактором, який скріплює подружній союз, є емоційні зв'язки - любов, прихильність. Відповідно до цього вони припустили, що суб'єктивна задоволеність / незадоволеність шлюбом за своєю природою швидше є узагальненою емоцією, генералізованим переживанням, ніж наслідком раціональної оцінки успішності шлюбу за тими чи іншими параметрами [8]. Розробники тест-опитувальника акцентували свою увагу на емоційному переживанні почуття задоволеності шлюбом, що проявляється в різноманітних ситуативних контекстах, а також в різних оціночних думках, порівняннях, співставленнях.

Застосування даного опитувальника дозволило багатьом авторам прийти до цілого ряду висновків, які прояснюють найбільш значущі зв'язки задоволеності шлюбом з різноманітними характеристиками відносин в парі. Зокрема, Н.В. Смірнова пов'язує рівень задоволеності шлюбом з різними моделями взаємодії подружжя, а також з такими факторами, як статево-рольові відмінності, узгодженість рольової поведінки і рольова адекватність, особистісні риси і реальна особистісна поведінка партнерів. Крім того, автор зазначає взаємозв'язок рівня задоволеності шлюбом подружжя з ігровими формами їх особистісної поведінки, в тому числі з компліментарністю їх прояву і конгруентністю форм особистісного поведінки подружжя [11].

Н.О. Осипова в своєму дослідженні виявила, що успішність адаптації молодого подружжя до подружніх відносин пов'язана з взаємним прагненням впоратися конфліктними ситуаціями [9]. А. В. Султанова в ролі ведучих факторів, що визначають благополуччя в шлюбних відносинах, досліджувала соціально- психологічну адаптацію та толерантність партнерів: чим вище психологічна адаптованість і толерантність подружжя (прийняття інших, самоприйняття, інтернальність локус контролю), тим вище задоволеність шлюбом. Зокрема, А. В. Султанова детально розглядає такі детермінанти задоволеності шлюбом, як особистісний профіль подружжя, вибір системи цінностей і уявлень про функціонально-рольове призначення шлюбу, взаємини в батьківській родині, психологічна зрілість подружжя, спрямованість подружжя (на справу, на спілкування, на себе), вибір адаптаційних копінг-стратегій подружньої взаємодії в стресових ситуаціях, емоційно-особистісний стан подружжя [13].

Ю.Ю. Дмитрук прийшла до висновку про те, що в залежності від спрямованості в спілкуванні, психологічній дистанції з партнером, паритетності відносин в подружній парі можуть бути виділені різні типи ідентифікаційних процесів особистості, які, в свою чергу, впливають на благополуччя подружніх відносин [6].

Н.Х. Сафіна в своїй роботі досліджувала особливості подружніх відносин на різних етапах становлення молодого сім'ї і визначила, що найбільш значущим для благополуччя подружніх відносин є етап трансформації (4-5 років шлюбного стажу), що характеризується інтенсивною перебудовою багатьох аспектів подружньої взаємодії та визначає подальшу долю молодого шлюбу. Крім того, автор прийшла до висновку про те, що особливості подружніх відносин у благополучній родині мають якісно іншу характеристику, яка полягає в більш тісній емоційно- особистісній взаємодії подружжя на відміну від неблагополучної молодого сім'ї [10]. А.Р. Тиводар вважає, що особистість досягає почуття задоволеності шлюбом, коли їй вдається узгодити значущі для неї соціальні

ролі, за кожною з яких стоять бажані для особистості ціннісні уявлення про себе [14]. Особистість не може відчувати радість, якщо в сфері відносин зі значущим іншим не знаходить підтримки (почуття ідентичності, само тотожності), отже, можна розглядати показник задоволеності шлюбом як непрямий доказ досягнутого людиною почуття ідентичності в шлюбних відносинах.

Особливо важливу роль відіграє схожість поглядів членів шлюбної пари на цінності сімейного спів-буття. С.М. Сопун і А.Г. Лідерс виявили взаємозв'язок між задоволеністю шлюбом та психологічною сумісністю подружжя: чоловік і жінка з високою сумісністю сімейних цінностей в більшій мірі задоволені шлюбом [12]. Однак висока сумісність сімейних цінностей у подружжя пов'язана з високими індексами ставлення до власного шлюбу, але не обов'язково з високими індексами ставлення до власного партнера.

Іншою широко відомою вітчизняною методикою, що діагностує рівень задоволеності шлюбними відносинами, є опитувальник Ю.С. Альшиної, Л.Я. Гозмана, Е.М. Дубовський [5]. В основі тесту закладена інша концептуальна модель якості шлюбу - принцип «згоди», де якість міжособистісних відносин подружжя зв'язується з суб'єктивним рівнем згоди з приводу важливих для подружжя питань сімейного життя [2]. Таким чином, як показник успіху відносин дослідники розглядають перш за все комунікативне взаєморозуміння в парі. В.П. Левкович, використовуючи даний опитувальник, оцінювала вплив дошлюбних факторів, з якими молоді люди починають сімейне життя, на стабільність їх майбутніх сімей. До числа дошлюбних факторів, що збільшують ризик розпаду сімей, автор віднесла термін дошлюбного знайомства партнерів, вік їх вступу в шлюб, наявність або відсутність конфліктів між ними в період залицяння [7].

Проведений нами огляд вітчизняних досліджень показав, що сучасними авторами активно застосовується методичний інструментарій, розроблений вченими в минулі роки. При цьому необхідно відзначити, що

ряд методик, зокрема опитувальник задоволеності шлюбом Ю.Є. Алешіной, Л.Я. Гозмана, Е.М. Дубовський, був створений шляхом переробки та адаптації апробованих закордонних опитувальників, пряме використання яких було неможливо через великі міжкультурні відмінності із Заходом. Крім перерахованих вище методик, у вивченні діадних відносин використовуються «Шкала суб'єктивної задоволеності шлюбом» Т.М. Трапезнікової, «Опитувальник взаємин» В. Н. Панфьорова, Т.В. Слінькової, «Ступінь задоволеності шлюбом»; опитувальник Ю. Є. Альошина, Л. Я. Гозмана «Вимірювання установок в сімейній парі»; Опитувальник задоволеності шлюбом (В. В. Столін); Опитувальник «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Ю. Є. Альошина і Л. Я. Гозман), «Спілкування в родині» Ю. А. Альошин, Л. Я. Гозман, методика В. В. Бойко «Опитувальник комунікативної толерантності» Є. М. Дубовський, Тест вимірювання рівня задоволеності подружжя шлюбом, Г.І.Лакі, Визначення узгодженості сімейних цінностей і рольових установок в подружній парі (РОП), А.Н.Волков, виявлення особливостей міжподружнього спілкування, Ю.Е.Алешіна, Л.Я. Гозман, Е.М.Дубовська тощо.

Одним із способів вимірювання рівня задоволеності шлюбом є тривале психологічне інтерв'ювання, в результаті якого інтерв'юер відносить пару до тієї чи іншої категорії за ступенем задоволеності шлюбними відносинами. Цей метод дослідження, крім підвищених вимог до кваліфікації інтерв'юера, передбачає суттєві часові витрати, що при необхідності проведення емпіричних досліджень на великих вибірках ускладнює його застосування.

Для великомасштабних досліджень доцільно використання опитувальників, що включають в себе широкий спектр прямих і непрямих питань, які характеризують суб'єктивну оцінку якості відносин в діаді подружжя. Зокрема, в дослідженнях для вимірювання рівня задоволеності шлюбом часто застосовується опитувальник характеру сімейних відносин К. Хербста [8]. В якості ще одного прикладу методик, застосовуваних для дослідження задоволеності шлюбними відносинами, А. Г. Лідерс наводить тест

Г.І. Лакі, де суб'єктивне переживання благополуччя в шлюбі також зв'язується з рівнем згоди подружжя з різних питань спільного життя.

Більшість сімейних психологів відзначають, що в період молодого шлюбу шлюбні партнери вперше стикаються з переживанням розбіжності бажаних установок і дійсних партнерських відносин. Головні адаптаційні труднощі молодого подружжя пов'язані з узгодженням загальних сімейних цінностей, розподілом сімейних ролей, адаптацією до індивідуальних особливостей партнера, організацією сімейного бюджету, плануванням основних життєвих цілей, прийняттям рішення про народження дитини, сексуальної адаптацією подружжя. В даному контексті в якості діагностичного інструменту виміру рівня задоволеності шлюбними відносинами ефективна шкала діадичної адаптації Dyadic Adjustment Scale (DAS), розроблена Б. Спенсьєром, яка характеризує ступінь згоди в міжособистісних стосунках подружжя за різними параметрами [17]. Дана зарубіжна методика застосовувалася в більш ніж 1 000 досліджень і дозволяє відрізняти пари з найкращим рівнем адаптації від тих, які були розчаровані в своїх відносинах. Опитувальник Ю.Є. Альошиної, ґрунтується на тому ж принципі «згоди», при цьому містить більшу кількість запитань, детальніше розглядає параметри якості шлюбу і охоплює більш широкий соціальноповедінський контекст.

Для визначення вихідної структури шкали DAS Спенсьєр використовував виявлені ним відмінності між незадоволеними шлюбом вдало адаптованими парами, виділивши наступні чотири сфери діадичної адаптації: діадичну згоду (*dyadic consensus*), діадичну задоволеність (*dyadic satisfaction*), діадичну згуртованість (*dyadic cohesion*) і діадичний прояв ніжності (*affectional expression*). Параметр діадичної згоди вимірює рівень згоди щодо фінансових питань, спільного дозвілля, релігії, спілкування з друзями, консерватизму, життєвої філософії, взаємодії з батьками та родичами чоловіка/дружини, цілей і перспектив, прийняття принципових рішень, ведення домашнього господарства, а також рішень, пов'язаних з

кар'єрним просуванням.

Діадична задоволеність відображає сприйняття респондентом таких аспектів, як розлучення, відхід з будинку після сварки, жалкування про шлюб, постійні сварки, «дія один одному на нерви», благополуччя, рівень відчуття щастя і відданість ідеї підтримки відносин в майбутньому. Діадична згуртованість досліджує відчуття пари, пов'язані зі спільним переживанням позитивних емоцій. Ця шкала вимірює індивідуальне сприйняття в парі, що стосується участі в спільних соціальних заходах, стимулювання обміну ідеями, веселого проведення часу, спокійного обговорення будь-яких питань або роботи над спільним проектом. Спенсьер надав докази змістовної валідності, валідності за критеріями і конструктивної валідності тестів. Він також заявив про валідність загальної шкали і валідності всіх чотирьох підшкал.

Американські вчені Енн М. Праут, Едвард Мел Марковски і Говард Л. Барнс вивчали, чи може шкала діадичної адаптації, а також кожна з її допоміжних шкал виявити ті пари, які розлучаються безпосередньо після проходження терапії, і ті, які збережуть шлюб [16]. Згідно з результатами даного дослідження, пари, яким вдалося зберегти шлюб після пройденого курсу терапії, продемонстрували значні відмінності від пар, які згодом розлучилися, не тільки за загальними результатами за шкалою DAS, але і по кожній з чотирьох підшкал. Робота також показала, що шкалу DAS можна використовувати не тільки як інструмент оцінки, але і як засіб структурування терапевтичного впливу, позначення, в міру необхідності, чітких клінічних цілей і досягнутого прогресу.

2.2. Характеристика вибірки та процедура дослідження

На підставі проведеного теоретичного аналізу з проблеми вивчення психологічних аспектів подружніх відносин на етапі становлення молодії сім'ї було спроектовано психологічне дослідження, метою якого було

дослідження зв'язку задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості.

Об'єкт дослідження: чинники задоволеності шлюбом.

Предмет дослідження: зв'язок задоволеністю шлюбом з особистісними характеристиками подружжя на різних етапах дорослості.

Гіпотеза дослідження містять такі припущення: подружні пари на різних етапах дорослості будуть відрізнятися за параметрами задоволеності шлюбом, сумісності і цінностей подружжя.

Вибірка. В експерименті взяли участь 60 подружніх пар. Випробовувані були поділені на три групи:

I група – подружні пари молодої сім'ї віком від 18 до 30 років;

II група - подружні пари середнього шлюбу віком від 31 до 50 років;

III група - подружні пари літнього шлюбу віком від 51 року.

Всі пари дали згоду на анонімне використання їх даних для цілей цього дослідження.

Аналіз психологічної літератури показує, що на організацію емпіричної роботи впливає система принципів, яка відображає загальні вимоги до організації та проведення дослідження. У своєму дослідженні ми спиралися на такі принципи:

- принцип системного підходу, який орієнтує дослідження на розкриття цілісності об'єкта, виділення його внутрішніх зв'язків і відносин;

- принцип особистісного підходу, що передбачає ставлення до подружжя як особистостей, як самосвідомих суб'єктів власного розвитку, як до суб'єктів соціально-виховної взаємодії;

- принцип діяльнісного підходу, який пов'язаний з фундаментальним науковим положенням про те, що розвиток особистості відбувається тільки в діяльності. Діяльнісний підхід дозволяє розкрити цілі, засоби, а також результат психологічної роботи в рамках проведення діагностики психологічних особливостей подружжя, як обумовлюють зміни в задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості з використанням психологічних методик. Даними принципами ми керувалися при проведенні

емпіричної роботи з подружніми парами.

В емпіричному дослідженні використовувалися:

- Тест «Вимірювання рівня задоволеності подружжя шлюбом» (І. Лаки);
- Опитувальник «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Ю. Є. Альошина і Л. Я. Гозман);
- Методика «Визначення узгодженості сімейних цінностей і рольових установок в подружній парі (РОП)» (А.Н. Волков);
- Методика В.В. Бойко «Опитувальник комунікативної толерантності» Є. М. Дубовський.

Тест «Вимірювання рівня задоволеності подружжя шлюбом» (І. Лаки)

Для вимірювання рівня задоволеності партнерів своїм шлюбом був обраний тест "Вимірювання рівня задоволеності подружжя шлюбом" Г. І.Лаки. Підрахунок цього рівня проводиться на підставі опитування респондента щодо рівня його задоволеності інтимним життям, якістю виконання сімейних ролей і обов'язків, а також ступеня згоди за основними сімейними проблемами.

Пропонований тест складається з 16 питань, де слідом за популярним тестом, створеним Г.І. Лаки, задоволеність зв'язується багато в чому зі згодою подружжя з приводу різних важливих для них питань спільного життя.

Питання тесту підбиралися таким чином, щоб вони в максимальному ступені відображали оцінний компонент установки респондента на свій шлюб, що і розуміється нами як власне задоволеність шлюбом. Пропонований варіант тесту отримано на основі початкового набору з 44 питань. Всі 16 шкальних питань остаточного варіанту достатньо наповнені і дають розподіл, близьке до нормального. Рівень задоволеності по даному тесту може варіювати від 0 до 48, чим вище показник тим вище ступінь задоволеності шлюбом. Респондентам пропонувалося в бланку відповідей зазначити варіант відповіді, з яким вони найбільш згодні.

Тест та ключі до нього подані в додатку А.

Опитувальник «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Ю. Є. Альошина і Л. Я. Гозман). Параметрами для опису поведінки людини в ситуації конфлікту були обрані активність (або пасивність) в ситуації конфлікту, згода (або незгода) з партнером по взаємодії.

Методика складається з 32 вербально описаних ситуацій сімейної взаємодії, які носять конфліктний характер. Для відповіді випробуваним пропонується шкала можливих реакцій, в яку закладені дві ознаки: активність чи пасивність реакції і згоду або незгоду з чоловіком/дружиною (тобто, позитивність чи негативність реакції). Шкала сконструйована таким чином, що один її полюс (лівий) становить активне вираження незгоди, потім йдуть пасивні вираження незгоди, нейтральна поведінка, пасивне вираження згоди і, нарешті, інший полюс (правий) становить активне вираження згоди. До відповідних значень шкали приписуються числові еквіваленти від -2 до +2. Такий розподіл дозволяє виявити найбільш конфліктогенні сфери подружніх стосунків, ступінь згоди (або незгоди) в конфліктних ситуаціях, рівень конфліктності в парі.

Проведення методики виконувалось індивідуально, результатом пройдені методики був бланк відповідей за кожним із подружжя.

Загальні особливості опитувальника «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» подано в додатку Б.

Методика «Визначення узгодженості сімейних цінностей і рольових установок в подружній парі (РОП)» (А.Н. Волков) - спрямована на уточнення уявлень подружжя про значущість у сімейному житті сексуальних відносин, особистої спільності чоловіка і дружини, батьківських обов'язків, професійних інтересів кожного з подружжя, господарсько-побутового обслуговування, моральної та емоційної підтримки, зовнішньої привабливості партнера.

Ці показники, відображаючи основні функції сім'ї, складають шкалу

сімейних цінностей (ШСЦ). Уточнення уявлень подружжя про бажаний розподіл ролей між чоловіком і дружиною при реалізації ними сімейних функцій, об'єднаних шкалою рольових очікувань і домагань (ШРОД). Таким чином, результати даної методики дозволяють виявити ієрархію сімейних цінностей подружжя, а так само зробити висновок про соціально-психологічну сумісність подружжя в сім'ї.

Методика містить по 36 тверджень в будь-якому вигляді (чоловічому та жіночому) і складається з 7-ми шкал. Подружжю пропонується самостійно ознайомитися з набором тверджень, що відповідають їхній статі, й висловити своє ставлення до кожного твердженням, використовуючи наступні варіанти відповідей: "Повністю згоден", "Загалом, це вірно", "Це не зовсім так", "Це невірно".

Узагальнений опис методики та особливості його підрахунку подано в додатку В.

Методика В.В. Бойко «Опитувальник комунікативної толерантності».

Толерантність, в контексті сімейних взаємин, виражається в прагненні особистості одного з подружжя до компромісу, прийняття точки зору свого партнера, здатності його приймати і співіснувати з ним. Подружжя, в даному випадку, демонструють в сімейних відносинах, перш за все, гнучкість, тактовність, стриманість по відношенню до партнера в різних ситуаціях

Методика розроблена для діагностики загальної комунікативної толерантності, тобто толерантних і інтолерантних установок особистості, що виявляються в процесі спілкування.

Здатність виявляти терпимість до інших передбачена певними поведінковими ознаками і умонастроями. Згідно автора методики В.В. Бойко, комунікативна толерантність або толерантність в спілкуванні, підрозділяється на ситуативну, типологічну, професійну і загальну. Загальна комунікативна толерантність обумовлена життєвим досвідом, властивостями характеру, моральними принципами і в значній мірі визначає інші форми

комунікативної толерантності. Пункти опитувальника згруповані в 9 шкал.

До складу опитувальника увійшли ствердження, спрямовані на виявлення різних аспектів і видів комунікативної толерантності: ситуативна, типологічна професійна і загальна комунікативна толерантність.

Стимульний матеріал опитувальника склали ствердження, що відображають рівень:

- ситуативної толерантності, яка визначається ставленням людини до конкретного партнера по спілкуванню (в тому числі і одного і з подружжя);

- типологічної, яка проявляється ставленні до збірного типу або групи людей (представників будь-якої національності, професії, соціального шару);

- професійної комунікативної толерантності, яка проявляється в робочій обстановці, у взаємодії з тими людьми, з якими доводиться мати справу за родом діяльності.

Опитувальник та методика його підрахунку подана в додатку Д.

При обробці даних застосовувалися методи математичної статистики: описова і дискретна статистика, коефіцієнт кореляції Пірсона. Аналіз даних проводився з використанням наступних методів математичної статистики: для виявлення відмінностей використовувалися критерії t - Стюдента і кореляційний аналіз на базі програмного пакету SPSS 21.0. Статистичні рішення приймалися на $p < 0,05$ рівні значущості, також в деяких випадках враховувалися тенденції до різниці, $p < 0,1$.

Висновки до розділу 2

1. Проведений нами огляд вітчизняних досліджень показав, що сучасними авторами активно застосовується методичний інструментарій, розроблений вченими в минулі роки. При цьому необхідно відзначити, що ряд методик, зокрема опитувальник задоволеності шлюбом Ю.Є. Алешиної, Л.Я. Гозмана, Е.М. Дубовського, був створений шляхом переробки та адаптації апробованих закордонних опитувальників, пряме використання

яких було неможливо через великі міжкультурні відмінності із Заходом. Одним із способів вимірювання рівня задоволеності шлюбом є тривале психологічне інтерв'ювання, в результаті якого інтерв'юер відносить пару до тієї чи іншої категорії за ступенем задоволеності шлюбними відносинами. Цей метод дослідження, крім підвищених вимог до кваліфікації інтерв'юера, передбачає суттєві часові витрати, що при необхідності проведення емпіричних досліджень на великих вибірках ускладнює його застосування.

2. На підставі проведеного теоретичного аналізу з проблеми вивчення психологічних аспектів подружніх відносин на етапі становлення молоді сім'ї було спроектовано психологічне дослідження, метою якого було дослідження зв'язку задоволеності шлюбом на різних етапах дорослості.

В емпіричному дослідженні використовувалися: Тест «Вимірювання рівня задоволеності подружжя шлюбом» (І. Лаки); Опитувальник «Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях» (Ю. Є. Альшина і Л. Я. Гозман); Методика «Визначення узгодженості сімейних цінностей і рольових установок в подружній парі (РОП)» (А. Н. Волков); Методика В.В. Бойко «Опитувальник комунікативної толерантності» Є. М. Дубовський.

РОЗДІЛ 3. ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ПОДОЛАННЯ ПОДРУЖНІХ КОНФЛІКТІВ

3.1. Умови стабільності подружніх відносин

Часте повторення сімейних конфліктів є важливим індикатором для стабільності шлюбу. У нестійких шлюбних стосунках проявляються систематичні конфлікти і емоційна напруга - явища, які лежать в основі нещасливого прогнозу для і розвитку сім'ї. Важливо зрозуміти питання умов стабільності шлюбних стосунків, забезпечення, яке дозволяє в той же час повідомляти про сімейні конфлікти.

Умови стійкості шлюбних взаємин:

- Взаєморозуміння. Навичок взаєморозуміння створюються, наприклад, за допомогою ігрових методів активної комунікації для молодят.
- Сумісність різних рівнів – фізіологічна; (гармонія); психоемоційна (інтерес один одним, співчуття); ціннісно-орієнтаційна;
- Зацікавленість один одним;
- Привабливість (симпатія), впливає на сприйняття партнера у напрямі перебільшеної оцінки позитиву і недооцінюють негативних рис [57; 58].

Свобода - відповідальність з увагою щодо сім'ї як чинника у відвертанні конфлікту, але свобода має бути обізнана, якщо індивід вибирає для себе сім'ю.

Будинок має бути особистою свободою, яка може і має бути застосованою до кожного члена сім'ї:

1. Кожний член сім'ї повинен мати свій власний життєвий простір;
2. Кожний член сім'ї зобов'язаний пам'ятати про необхідність поважати інших;
3. Кожний член сім'ї впливає на інших і те ж знаходиться під їх впливом;
4. Кожний член сім'ї не має лякатися сімейного впливу, а навчитися

управляти цим;

5. Кожний член сім'ї зобов'язаний грати соціальну роль в сім'ї, інакше сім'я розпадеться.

Характеристики партнерів в шлюбі залежить від його успіху. У щасливих шлюбах сформовані риси партнерів, як наприклад емоційна стабільність, договір з іншим (низький конфлікт), соціальне життя, упевненість, ширість, вільне вираження почуттів.

У нещасних сім'ях подружжя утворюється емоційна нестійкість, надмірні проблеми для іншого, пошук лідерства, відчуження, підозра, недовіра, жадність у вираженні почуттів, думок.

Моделі шлюбних і сімейних стосунків дозволяють нам передбачати перспективу їх розвитку. Позитивні прогнози для перспективи шлюбних взаємин мають місце в схожості таких якостей в характері обох партнерів, як комунікабельність, довірливість, незалежність. Негативні прогнози диктуються в схожості таких якостей в характері обох партнерів, як домінуюча, емоційна жадність, критика, нестійкість.

Е. Богару пов'язав благополуччя сім'ї з трьома типами її функціональної структури.

Таблиця 1.3

Типи сім'ї та її функціональні структури

Тип функціональної структури сім'ї	Кількість обстежених сімей у %	Кількість сімей, що визнають шлюб щасливим у %
Влада належить чоловікові	33%	64%
Влада належить жінці	38%	49%
Рівномірний розподіл	42%	91%

Поява дитини впливає на взаємини жінки і чоловіка і перетворює їх у батьків, міняється спосіб життя, ціннісні орієнтації, погляди на життя. Усі дискусії, суперечки, конфлікти в сім'ї утруднюють виховання дитини. Батьки мають особливо готуватися до народження дитини. Шлюбне

задоволення найвище в сім'ях з 1 - 3 дітьми, найнижче - у бездітних. Відповідальність і автономія дитини краще розвивається, якщо головну роль має партнер статі аналогічної статі дитини.

Кризи виступають об'єктивними причинами розвитку сім'ї. Покажіть кризу, складаючись з працівників від тривалості існування сім'ї, які знаходяться з більшою або меншою різкістю в усіх сім'ях. Інший вид кризи сім'ї необов'язковий і залежить від індивідуальної історії сім'ї. причини цієї кризи : світські характеристики партнера, раптових змін в обставинах життя, потрясінь, руху, хвороби, зниження бюджету, смерті, народження дитини). Розвивається багато з рекомендацій нормалізації стосунків, запобігаючи ескалації суперечок в конфліктах.

Об'єктивними причинами подружньої дисгармонії виступають кризи розвитку сім'ї. Virізнують кризи закономірні – залежні від тривалості існування сім'ї, які виявляються з більшою чи меншою гостротою у всіх сім'ях. Інший різновид сімейних криз має необов'язковий характер і залежить від індивідуальної історії існування сім'ї. причини таких криз: вікові особливості партнерів, різкі зміни обставин життя, потрясіння (переїзд, хвороба, зменшення бюджету, смерть, народження дитини).

У конфліктній ситуації в принципі існує п'ять стилів дій:

1. Уникнення - ігнорування конфлікту та мовчання, відкладання рішень на "пізніше". Фізичний вихід з місця, де відбувається конфлікт, переконуючи себе та інших, що нічого не сталося (переосмислення ситуації). Цей стиль реакції часто поєднується з переконанням, що конфлікт є зло в собі, крім того це непотрібне і принизливе. Це стиль, характерний для людей, чиє емоційне напруження, викликане конфліктом, настільки сильне, що вони воліють вийти з конфлікту, а не вирішувати це. Уникнення - це розумна стратегія в ситуаціях, коли предметом конфлікту є щось невідповідне і коли є мало шансів вирішити це питання.

2. Пом'якшення – протікає відповідно до інтересів протилежної сторони і відставок своїх цілей через страх втратити добрі стосунки з

іншими людьми або страхом самотності. Пом'якшення є хорошим способом впоратися, коли ми прийшли до висновку, що ми помилилися, і ми хочемо виправити свою позицію по відношенню до інших, і коли предмет має відношення до протилежної сторони. Це також виправдано раціонально, коли партнер має певну перевагу над нами.

3. Конкуренція - підхід до конфлікту як до "гри для перемоги", де перемога є успіхом. Часто цей підхід супроводжується очікуванням перемоги, отже, для досягнення цієї мети людина використовує багато заходів, які не обов'язково чесні. Вибір цього стилю пов'язаний із захистом самооцінки.

4. Компроміс - шукати можливі рішення з супроводом переконання, що люди повинні бути готові відмовитися від власних цілей та продемонструвати більше розуміння інтересів партнера. Відповідно до цього стилю реакції на конфлікт, кожне подружжя може щось здобути і втратити щось. Цей спосіб реакції досить ефективний, коли обидві сторони мають однакову силу; компроміс корисний в ситуаціях, коли немає часу, і підтримка поточного стану дозволяє більш всебічний аналіз проблеми;

5. Співпраця - це реакція, яка пов'язує прийняти волю цілей інших сторін конфлікту без шкоди для своїх власних цілей, вона виникає з припущенням, що ви завжди можете знайти рішення, яке задовольнить обох партнерів; навіть якщо рішення, що задовольняє подружжя конфлікту, неможливе, партнери вважають, що таке рішення має бути вирішено. Це ефективний стиль реагування на конфлікти та корисний, серед іншого, коли подружжя має різні цілі, тому що це призводить до виявлення причин спору, які найчастіше є неправильним спілкуванням або відсутністю спілкування.

Аналіз власного стилю боротьби з конфліктом дуже важливий, особливо на початку вирішення конфлікту - він повинен почати процес вирішення всіх конфліктів.

Взаємодія з конфліктом означає не лише пошук конкретних способів

дій (застосовується до ситуацій, що виникають), а й здатність співпрацювати з партнером, щоб знайти взаємне задоволення. Угода вимагає спільних заходів стосовно всіх конфліктних проблем, погоджуючи певний договір між сторонами та його реалізацію.

8 порад про те, як подолати кризу у відносинах. Розрив відносин завжди болючий для партнерів. І часто вам дуже важко допомогти собі. Подивіться, як подолати кризу у відносинах. У більшості відносин багато чого може бути зроблено для посилення ослабленого зв'язку та запобігання взаємної ворожнечі та поділу. Найголовніше - визнати перешкоди якомога раніше і виправити помилки. Знайдіть 8 простих порад, які допоможуть вам виправити кризу у відносинах:

1. Як подолати кризу у відносинах? Надайте собі більше свободи. Подружжя часто думає, що вони повинні витратити весь свій вільний час один на другого. І любов страждає. Витрачайте багато часу разом і культивуйте спільні пристрасті, але також визнайте право на моменти самотності, власні вподобання, інтереси, звички.

2. Не створюйте тихих днів. Не уникайте чутливих тем, але стежте за тим, що ви говорите в гніві. Ніколи не засинайте в сварці. Постарайтеся помиритися з вечора, щоб почати новий день у злагоді.

3. Боротися з нудьгою в спальні. Не вірте, що в зрілих стосунках у спальні нічого цікавого вас не чекає. Думайте часто про секс (бажання народжується в мозку). Дивіться разом гарячі фільми, диверсифікуйте свою еротичну гру. Ця сфера життя має бути важливою для вас!

4. Не дозволяйте своїм батькам бути на передньому плані. Пам'ятайте, що ви дорослі. Батькам не потрібно знати все про вас, і вам не потрібно постійно підкорятися їм. Захищайте вашу особистість. Визначте, наприклад, обсяг питань, які залишаться вашими секретами.

5. Пам'ятайте про ніжність. Подружжя з досвідом помилково думає, що з тих пір, як вони почали бути разом протягом такого довгого часу, їм не потрібно говорити компліменти, робити приємні сюрпризи, тримати одне

одного за руки. Це велика помилка, тому що саме так будується близькість! Тому показуй свої почуття якомога частіше!

6. Намагайтеся облаштувати життя без рутини. Коли кожен день виглядає так само і в житті пари немає місця для спільної розваги, спільного задоволення або мало часу проводять разом- любов може легко погаснути. Тому постарайтеся завжди здивувати себе чимось приємним. Пам'ятайте, що рутини - це ваш ворог, тому боріться з ним щодня!

7. Як подолати кризу у відносинах? Знайдіть час для спілкування. Було доведено, що найбільш успішними відносинами є ті, в яких партнери багато говорять. Хоча це непросто, спробуйте переконатися, що ваші розмови не звикають лише до сухих команд ("купи хліб", "викинь сміття"). Поділіться своїми ідеями та мріями з вашими партнерами, розповідайте за вечерею, як ви провели день. Це дає вам почуття співтовариства!

8. Деякий розсуд не помішає. Партнери часто відчують, що в шлюбі немає місця для секрету. Однак правда іноді настільки жорстока, що вона, як болісний удар тривалий час залишається в серці. Тому стежте за словами, які вас не відокремлять. Кожен може мати свої маленькі секрети.

3. 2. Психотерапевтичні методи подолання подружніх конфліктів

У сімейній терапії рекомендується як найефективніша комбінація різних прийомів та способів роботи. Залежно від глибини подружнього кризи та способу розуміння кризи, терапевт повинен вміло підібрати методи та методи терапевтичної роботи, щоб допомогти подружжю знайти вихід з пастки, в якій вони обидва опинилися.

Під час поведінкової терапії з подальшим акцентом на поведінку - намагається визначити таку поведінку, що може призвести до кризи і зосередити увагу на симптоми або проблеми, видалення або модифікації терапевтичної мішені. Терапевту слід використовувати найпростіші терміни і використовувати метод «Позитивного контролю».

У поведінковій терапії шлюбів використовуються дві групи методів:

1. Зв'язок навчання або методи, спрямовані на вдосконалення комунікаційного процесу. Головна мета тренінгу - навчити партнерів чіткому і зрозумілому способу спілкування. Подружжя повинне навчитися висловлювати свої сподівання, наміри та почуття до свого партнера, свої погляди та ставлення, щоб не звинуватити або звинувачувати партнера. Інша мета - навчити подружжя читати послання партнера відповідно до його наміру та посилити через позитивні реакції кожний прояв відкритого та прямого спілкування. Іншою метою комунікаційного навчання є навчання мета-комунікаційних партнерів або можливість уточнення нечітких та неоднозначних повідомлень. Під час навчання в спілкуванні, що зазвичай триває близько 8 сесій, спілкування також практикується невербальним способом; виражаючи позитивні та негативні почуття до партнера в безпечному та нешкідливому відношенні; віддзеркалення спілкування партнера, іншими словами, повторення слова партнера в "власних словах"; що стосується негативних почуттів партнера та їхнього власного (ворожість, гнів тощо). Найбільш поширені методи, використовувані лікарями є моделювання (терапевт є зразком спілкування).

2. Методи, спрямовані на укладення контракту, тобто взаємний обмін позитивною поведінкою (так звана контрактна терапія, інструментальна міжособистісна терапія або взаємообмінне навчання). Цей метод розроблений на основі теорії соціального обміну Тіботом і Келлі, згідно з якою існує така регулярність, присутня у всіх людей і в якій учасники взаємодії завжди прагнуть отримати максимальну "винагороду" або вигоди при мінімальних витратах.

Виявлено 9 методів консультування пари, які, як доведено, працюють. Конфлікти не завжди можна уникнути у відносинах, оскільки жоден із людей не є абсолютно однаковими, тому навчання конфіденційності забезпечує успішний та здоровий союз. Зв'язки виникають різними шляхами, а вміння спілкуватися з вашим партнером є невід'ємною частиною здорових відносин. Функціональне спілкування веде до кращого

взаєморозуміння між вами та вашим партнером, а розуміння є ключем до успішного спілкування. Вступ до різних форм терапії допоможе визначити, який тип порад щодо шлюбу найкраще відповідає вашим потребам [55].

1) Метод Готмана.

Метод Готмана використовує методи консультування пар, щоб збільшити прихильність, близькість та повагу. Ці методики допомагають вирішувати конфлікти, коли ви відчуваєте, що ви знаходитесь в глухому куті. Ви і ваш партнер навчаються розуміти один одного і спокійно обговорювати проблеми. Метод Готмана показує, як створити любовні карти, які допоможуть дізнатись про психологічний світ вашого партнера, відобразивши турботи, стреси, радощі, надії та історію вашого партнера. Закріплення та захоплення посилюються, виражаючи повагу та вдячність один одному. Це метод терапії парами, який дозволяє визначати ваші потреби, і підкреслює управління конфліктом, а не вирішення конфліктів. Ви та ваш партнер навчаються чесно говорити про свої прагнення та переконання. Довіра та прихильність протягом життя посилюються.

2) Наративна терапія.

Наративна терапія спрямована на те, щоб відокремити проблему від людини шляхом екстраполяції проблемних питань. Терапевт попросить описати свої проблеми в наративній формі, а потім допомогти вам переписати негативні частини історії. Визнаючи проблему, ви отримуєте нову точку зору на ситуацію. Наративна терапія допомагає розглядати вашу проблему з різних сторін: культурно, політично та соціально. Зазначивши негативні проблеми у наративній формі, ви стаєте динамічним у цій історії. Динаміка має можливість змінити історію. Наративна терапія дозволяє досліджувати минуле, щоб виявити негативи, які в іншому випадку залишаться прихованими. Вивчаючи поняття та поведінку, ви дізнаєтеся про факти, які турбують вас і вашого партнера. Таким чином, ви знайдете нові способи вирішення ваших проблем, ефективно переписуючи розповідь про ваші відносини.

3) Емоційно спрямована терапія.

Цей тип консультації з шлюбу було вперше розроблено для подружніх пар, але це виявилось корисним і для сімейного консультування. Метод доктора Джонсона використовується в усьому світі в лікарнях, клініках, приватних закладах та навчальних центрах. Хоча емоційно-цілеспрямована терапія корисна в більшості випадків, особливо слід враховувати, чи депресія є підозрюваним у винуватцях відносин. Як правило, короткостроковий підхід, емоційно спрямована терапія має три основні цілі. Це сприяє розширенню та реорганізації ключових емоційних реакцій. Він прагне забезпечити тісний зв'язок між вами та вашим партнером. Ця терапія пересуває позицію кожного партнера під час взаємодії та створює нові, вигідні взаємодії у вашому партнерстві. Емоційно-цілеспрямована терапія переміщує від 70 до 75% відносин від проблемного стану до стану одужання. Значне поліпшення було досягнуто для 90% пари, які використовують цю терапію.

4) Позитивна психологія.

Позитивна психологія підкреслює позитивні емоції, сильні сторони та конструктивні інститути для популяризації ідеї про те, що щастя походить від різних психічних та емоційних факторів. Позитивна психологія допомагає вам визначати щасливі моменти, коли вони трапляються, а не помічати ці моменти в ретроспективі. Завдяки такому типу терапії ви навчитесь зосереджуватися на позитивних емоціях і жити в теперішній момент. Багатьом парам виявляється позитивна психологія, яка звільняє і радіє. Фахівці вважають, що сприйняття диктує щастя від однієї події до іншої. Деякі люди не можуть визначити емоції, коли вони виникають, але можуть бачити їх ясно в зворотному розрізі. Один з методів використовує бейперс або пейджері. Терапевт пише клієнтів, щоб вони нагадали їм про запис досвіду, який клієнти в даний час мають. Клієнти розширюють ці записи в журналі, що деталізує попередній день. Ця практика дозволяє вам насолоджуватися моментами, коли вони переживають [56].

5) Imago Relationship Therapy.

Літературна терапія поєднує в собі духовні та поведінкові методи з західними психологічними методами терапії для виявлення несвідомих компонентів, які допоможуть вам вибрати свого партнера. Таким чином, ви та ваш партнер готові спілкуватися один з одним позитивними та піклувальними шляхами. Терапевт розглядає конфлікт пари як вирішення ситуації, а не проблеми. Вивчення конфлікту є ключем до вирішення дисгармонії. Емоційна незгода у відносинах часто виражається як невдоволення, критика чи гнів. Imago Relationship Therapy досліджує корінь негативних емоцій та поведінки, щоб знайти причину розірваного спілкування між вами та вашим партнером. Підтвердження того, що кожен партнер спілкується по-різному, допомагає вирішити проблеми. Партнери дізнаються, що розбіжності не є ознаками втрати любові, але є нормальними випадками у відносинах, які можна вирішити через спілкування.

б) Аналіз шляхів спілкування. Неможливо спілкуватися здоровими способами є основою більшості проблем у відносинах. Конфлікти обов'язково виникають у партнерстві, але навчившись чітко повідомляти про вашу позицію, ви можете перетворити конфлікт у конструктивну дискусію. Зв'язок - це майстерність, яка потребує усвідомлених зусиль. Те, що може здатися вам зрозумілим, може не завжди бути повністю зрозумілим вашим партнером. Важливо, щоб ви поговорили зі своїм розумом, а не очікували одне одного, щоб вони читали настрій та мову тіла, які відкриті для неправильного тлумачення. Аналіз методів, які ви використовуєте для спілкування з вашим партнером, пропонує розуміння неправильного тлумачення. Терапевт може направити вас до функціональних форм спілкування, які полегшують непорозуміння. Навчання новим способам спілкування може спочатку здаватися неприродним, але допоможе вам і вашому партнерові підтримувати та виховувати один одного.

7) Вивчення несвідомих коренів проблем.

Деякі методи консультування приймають психодинамічний підхід до терапії. Мета полягає в тому, щоб привести несвідоме коріння проблеми до поверхні, чи проблема належить одному або обом партнерам. Ця форма консультування пари є найбільш корисною, коли існують ірраціональні моделі взаємодії. Віра психодинамічного радника полягає в тому, що значні життєві події та враження дитинства визначають поведінкові тенденції людей. Такий досвід може створити невиконану потребу або спотворене уявлення про реальність, що призводить до дисфункціональної поведінки. Погляд на ці події служить для зміни сприйняття, і реалізуються функціональні моделі поведінки. Ситуації, такі як зловживання дитинством або невірний батько, можуть призвести до необґрунтованих очікувань у відносинах. Нерозумні очікування іноді викликають нераціональне недовіру або заздрість. Під час консультування з боку пари психотерапевт досліджує великий минулий досвід, щоб змінити спотворене сприйняття та усунути ірраціональні реакції на поточні події.

8) Підвищення інтимності для сприяння близькості.

Терапія пари корисна незалежно від того, існують проблеми у ваших стосунках. Пари терапія не просто обмежується відхиленням або вирішенням проблем; це також сприяє близькості та інтимності у партнерстві. Радники допомагають парам збагатити свої життя, допомагаючи розвитку дружби та способів показати прихильність. Забезпечуючи вправи для посилення взаємної підтримки, терапевти навчають пари, як подолати існуючі проблеми та як зробити відносини пружною. Навчання, як вирішити проблеми без допомоги терапії, так само важливо, як подолання будь-яких проблем, які ви зараз відчуваєте. Пошук порад, який заохочує інтимність, корисний для подружніх пар. Дотримання такого консультування перед тим, як зробити велике зобов'язання, є корисним для майбутнього ваших стосунків. Деякі пари вважають подібну терапію корисною у існуючих відносинах, позбавлених проблем.

9) Індивідуальне консультування Індивідуальне консультування

рекомендується, коли один з партнерів не бажає пройти терапію або як попередник терапії парами. Якщо обидва партнери не можуть звернутися за допомогою до методів спілкування, консультування з пар може бути неефективним. Спільна проблема з індивідуальною терапією виникає з права клієнта на конфіденційність. Деякі терапевти наполягають на тому, що їх клієнти відмовляються від своїх прав на конфіденційність, перш ніж психотерапевт буде працювати з партнерами індивідуально. Найкращий результат може бути очікуваний, коли обидва партнери беруть на себе консультування, навіть якщо вони не є твердо прихильниками відносин. Щоб порадник мав гарне уявлення про те, що викликає конфлікт, кожен партнер повинен відвідувати заняття разом або окремо.

Висновки до третього розділу

Отже, для успішного розв'язання конфлікту, в остаточному підсумку, необхідно, щоб обидві сторони виявили бажання його вирішити. Але якщо таке бажання буде виявлено хоча б однією із сторін, то й це дасть більше можливостей і іншій стороні для зустрічного кроку. Зробити перший крок на шляху до розв'язання конфлікту завжди досить важко: кожен вважає, що поступитися повинен інший. Тому готовність до розв'язання конфлікту, виявлена однією із сторін, може зіграти вирішальну роль у розв'язанні конфлікту в цілому. Основними шляхами попередження конфліктів є побудова сімейних відносин на засадах рівноправності, взаємної відповідальності, довіри і пошани. Більшість криз можна уникнути шляхом чесної бесіди, чітких очікувань та відкритості до потреб та почуттям подружжя. Це складний процес, який вимагає довгого навчання, але можливо досягти завдяки взаємній любові, повазі та прагненню до загального щастя.

ВИСНОВКИ

Конфлікт в цілому визначено як незгоду, зіткнення і невідповідність інтересам чи ідеям. В контексті сімейної системи підкреслюється, що це проблема і має інтерактивний характер. Конфлікт неминучий між членами сім'ї, наприклад чоловік-дружина, батьки-діти, через розбіжності особистості, суперечливі ідеї та уявлення. Проте конфлікт може бути вирішено в більшості випадків. Наслідки конфлікту включають: емоційні переживання, ненависть, інертність, страждання, розлучення, порушення в сімейних взаємодіях. Представлено дві стратегії вирішення конфліктів. Поперше, негативні стратегії, наприклад уникнення, звинувачення, маніпулювання, зняття емоцій. Вони не тільки вирішують проблеми, але й призводять до ескалації проблем. Ґрунтуючись на егоцентричному підході до негативних людей. По-друге, позитивна перевага, наприклад розмежування найважливіших проблем, зосередження уваги на питаннях, висвітлення більш широких областей узгодження, вдячність інших. Вони дозволяють людям змінюватися.

Шлюб відіграє дуже важливу роль у житті людини, надає різні переваги і має еволюційний зміст. Варто рухати цю тему прямо зараз, коли кількість шлюбів падає. Молоде покоління часто відкладає шлюбні рішення, вирішивши жити у вільних відносинах. Таїнство шлюбу перестає сприйматися всерйоз. Рішення розібратися часто буває простіше, ніж залишатися в незадовільних відносинах і намагатися вирішити проблеми. Шлюб є оптимальним навчальним середовищем для дітей, він також задовольняє основні потреби подружжя. Постійність подружніх відносин є ключовим елементом. Партнери у відносинах беруть на себе зобов'язання піклуватися про відносини, зусилля, конструктивне вирішення проблем та конфлікти. Основою є чесність і розмова, а також задоволення взаємних потреб. Емпатія, довіра та взаємоповага також дуже важливі. Це непросто, але подолання труднощів призводить до розвитку двох людей. З кожним

новим досвідом ми стаємо іншими людьми, досвід надає нам можливість придбати життєву мудрість.

Коли ми приймаємо рішення про шлюб, ми аналізуємо характеристики, поведінку і походження партнера. Важливо мати для нас важливі функції. Подібне ставлення, сприйняття дійсності, рівень освіти, безсумнівно, полегшує загальне, повсякденне життя. Ми очікуємо переваги, відчуття щастя, безпеки та стабільності від відносин. Задоволення основних потреб дозволяє людині прагнути до подальшого розвитку. Вибір партнера для подружжя не є легким питанням, це рішення, яке впливає на все наше майбутнє життя.

Кожна пара - це дві людини, але три різні елементи: я, ти, ми; кожен з них надзвичайно важливий, кожен має своє власне життя, кожен дозволяє існувати цим двом. Любов має можливість розвиватися цілком лише в таких відносинах, в яких є достатньо місця для кожного з цих трьох елементів, і жоден з них не домінує над іншими. Любов буде успішною, якщо ми не хочемо контролювати чи обмежувати нашого партнера, але, щоб зрозуміти його відмінні цінності та властивості, його потенціал, компетенції та можливості. Істинна любов живе в почуттях і вчинках, завдяки яким ми навчаємось разом і розвиваємося, в яких для нас важливо, щоб наш партнер був щасливим. Крім того, люблячий партнер підтримує свого партнера у досягненні своїх мрій та життєвих цілей. Вирішальним чинником у відносинах, що базуються на любові, є почуття власної гідності кожного партнера та спосіб, яким виражає кожен партнер. Чим вища наша самооцінка, тим легше нам вводити та підтримувати зміни в тому, як ми поводимося. Чим більше ми цінуємо себе, тим менше ми вимагаємо від інших. Чим менше ми вимагаємо від інших, тим більше ми демонструємо впевненість. І чим більше ми довіряємо один одному і іншим, тим більше ми можемо любити.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование/ Алешина Ю.Е. – М., 1993 – 175 с.
2. Алешина Ю.Е. Удовлетворенность браком и межличностное восприятие в супружеских парах с различным стажем семейной жизни: исс....канд. психол. Наук / Алешина Ю.Е. - М., 1995. – 250 с.
3. Балика Є. С. Взаємозв'язок задоволеності шлюбом з фактором рівня домагань / Є. С. Балика // Теоретичні і прикладні проблеми психології. - 2015. - № 1. - С. 24-29.
4. Ганкевич А.В. Факторы, влияющие на удовлетворенность семейной жизнью Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, I(7), Issue: 14, 2013. – pp.237-240.
5. Ганкевич А.В. Факторы, влияющие на удовлетворенность семейной жизнью / А.В. Ганкевич URL: http://seanewdim.com/uploads/3/4/5/1/34511564/hankevych_a._v._factors_that_influence_on_satisfaction_of_family_life.pdf
6. Грисенко Н.В. Роль різних форм благополуччя у задоволеності шлюбом осіб зрілого віку / Н.В. Грисенко, К.Ю. Батаєва // Вісник Дніпропетровського університету. Серія : Психологія. - 2016. - Вип. 22. - С. 51-61.
7. Голод С.И. Семья и брак: историко-социологический анализ. СПб, 1998 г.
8. Гурко Т. А. Удовлетворенность браком как показатель супружеских отношений / Т. А. Гурко // Семья социальная структура. — М., 1987.
9. Гурко Т.А. Влияние добрачного поведения на стабильность молодой семьи / Гурко Ю.Р. // Социологические исследования.-1982. - № 2 – С. 88-93.
10. Гурко Т.А. Становление молодой семьи в крупном городе. Влияние добрачных факторов и особенностей ролевого взаимодействия на успешность брака: Автореф. дисс... канд. филос. наук / Гурко Т.А. -М.,

1983. – 20 с.
11. Дмитриенко А.К. Социально-психологические факторы стабильности брака в первые годы супружеской жизни: Автореф. на соиск.уч.степ.канд.психол.наук / Дмитренко А.К. – Киев., 1989. – 21 с.
 12. Добрынина О.А. Проблема формирования благоприятного социально-психологического климата семьи (на примере рабочих-металлургов): Дисс.... канд. психол. Наук / Добрынина О.А. - Новокузнецк, 1992. – 228 с.
 13. Егорова О. В. Феномен удовлетворенности браком: основные направления исследований / О. В. Егорова // Научный электронный журнал «Психологические исследования», 2009.
 14. Клапішевська С. А. Теоретико-методологічні засади дослідження проблеми задоволеності шлюбом / С. А. Клапішевська // Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. - 2012. - Вип. 17. - С. 114-120.
 15. Кляпець, О.Я. Особистість в історичній динаміці шлюбно-сімейних стосунків. Вісник Харківського університету. Серія “Психологія” 2010 (550). pp. 107-112.
 16. Корнієнко І.О. Ганькулич М.М. Особливості формування образу партнера в шлюбі як фактору задоволення сімейними стосунками / Вісник Мукачівського університету, pp. 97-98. URL: http://dspace.msu.edu.ua:8080/jspui/bitstream/123456789/350/1/Збірник-доповідей_тези%2019.05.2017.pdf page=97
 17. Котлова, Л. О. and Саух, Т. (2015) Теоретичний аналіз факторів задоволеності шлюбом подружжя. Збірник наукових праць викладачів та студентів (1). pp. 15-17.
 18. Крыгина Н.Н. Диагностика супружеских и детско-родительских отношений: учебное пособие / Крыгин Н.Н. – Магнитогорск., 1999. – 88 с.
 19. Левченко М.А. Факторы удовлетворенности браком супругов на стадии диады / М.А. Левченко, К.В. Адушкина // Научные исследования: теория, методика и практика : материалы II Междунар. науч.-практ. конф. (Чебоксары, 27 авг. 2017 г.) / редкол.: О.Н. Широков [и др.] – Чебоксары:

- ЦНС «Интерактив плюс», 2017. – С. 144-146.
- 20.Максимова Н. Ю. Сімейне консультування : навч. посіб. / Н. Ю. Максимова. — К.: ДП «Вид. Дім «Персонал», 2011. – 304 с.
- 21.Маринкевич С. М. До питання про задоволеність шлюбом як індикатор функціонування сімейної системи / С. М. Маринкевич // Філософія. Культура. Життя. - 2013. - Вип. 39. - С. 252-262.
- 22.Навайтис Г. Семья в психологической консультации / Навайтис Г. – М.: Московский психолого-социальный институт, 1999. – 224 с.
- 23.Носенко Е. Л. Позитивні цінності та відповідні їм "сили" характеру як імовірні предиктори задоволеності жінки шлюбом / Е. Л. Носенко, А. А. Шпилевська // Вісник Дніпропетровського університету. Серія : Психологія. - 2015. - Вип. 21. - С. 82-93.
- 24.Обозов Н.Н. Диагностика супружеских затруднений / Обозов Н.Н., Обозова А.Н. // Психологический журнал. - Т. 3. – 1982. - № 2. – С. 147-151.
- 25.Олифиревич Н. И. и др. Психология семейных кризисов. СПб.: Речь, 2008.
- 26.Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. – СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. – 240 с.
- 27.Романюк Л. Соціально-психологічний аналіз гендерних засад цінності задоволення шлюбом URL:
http://static.klasnaocinka.com.ua/uploads/editor/5376/427881/pedagogika/tezy_ternopil_2011.pdf page=740
- 28.Савенышева С.С. Факторы удовлетворенности браком в период после рождения ребенка: анализ зарубежных исследований. Психологические исследования, 2017, 10(51), 6. <http://psystudy.ru>
- 29.Савенышева С.С. Факторы удовлетворенности браком в период после рождения ребенка: анализ зарубежных исследований. Психологические исследования, 2017, 10(51), 6. <http://psystudy.ru>
- 30.Савенышева С.С., Петраш М.Д., Стрижицкая О.Ю. Удовлетворенность жизнью, психологическое благополучие и удовлетворенность браком в

- период взрослости. Мир науки. 2017, Т. 5, № 1. <http://mir-nauki.com/PDF/01PSMN117.pdf>
31. Сатир В. Как строить себя и свою семью / Сатир В.; пер. с англ. – М.: Педагогика-Пресс, 1992. – 192 с.
32. Сысенко В.А. Устойчивость брака: проблемы, факторы и условия / Сысенко В.А. – М., 1981. – 210 с.
33. Сычев О. А., Казанцева О. А. Социально-демографические и психологические факторы удовлетворенности отношениями в браке // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. – 2017. – № 1. – С. 106–128.
34. Хох И. Р. Специфика психологической удовлетворенности супругов в неравном браке [Текст] // Современная психология: материалы III Междунар. науч. конф. (г. Казань, октябрь 2014 г.). — Казань: Бук, 2014. — С. 78-82. — URL <https://moluch.ru/conf/psy/archive/156/6341/> (дата обращения: 25.10.2018).
35. Шавлов А. В. Факторы удовлетворенности браком в семье кадрового военного в России: Дисс....канд.соц.наук. / Шавлов А.В. – С. 23.
36. Шпилевська А. А. Статеврольвоа диференція як фактор задоволеності подружжя шлюбом / А. А. Шпилевська // Вісник Дніпропетровського університету. Серія : Педагогіка і психологія. - 2014. - Т. 22, вип. 20. - С. 97-107.
37. Эйдемиллер Г. Психология и психотерапия семьи / Эйдемиллер Г., Юстицкис В.В. – СПб., 1999. – 652 с.
38. Юркевич М.Р. Сім'я. Функції й умови стабільності. / М.Р. Юркевич – Мінськ. Вид-во Білоруського державного університету ім.Ленина.,1970 – 207 с.
39. Belsky J., Rovine M. Patterns of marital change across the transition to parenthood: Pregnancy to three years postpartum. Journal of marriage and family, 1990, 52(1), 5–19.
40. Cowan C.P., Cowan P.A. When partners become parents: The big life change

- for couples. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 2000.
41. Cox M.J., Paley B., Burchinal M., Payne C.C. Marital perceptions and interactions across transition to parenthood. *Journal of marriage and family*, 1999, 61(3), 611–625.
 42. Doss B.D., Rhoades G.K., Stanley S.M., Markman H.J. The effect of the transition to parenthood on relationship quality: 8-year prospective study. *Journal personality and social psychology*, 2009, 96(3), 601–619.
 43. Izabella Rawicka, Teresa Rzepa Cechy temperamentalne a satysfakcja ze związku. *Polskie Forum Psychologiczne*, 2017, tom 22, numer 4, s. 623-635
 44. Kluwer E.S., Johnson M.D. Conflict frequency and relationship quality across the transition to parenthood. *Journal of marriage and family*, 2007, 69(5), 1089–1106.
 45. Lewis, R. A. Theorizing about the quality and stability of marriage / R. A. Lewis, G. B. Spanier // *Contemporary theories about the family* / W. R. Burr at al. – New York : The Free Press, 1979. – Vol. 1. – P. 268 – 294.
 46. O'Brien M., Peyton V. Parenting attitudes and marital intimacy: A longitudinal analysis. *Journal of family psychology*, 2002, 16(2), 118–127.
 47. Perry-Jenkins M., Goldberg A.E., Pierce C.P., Sayer A.G. Shift work, role overload, and the transition to parenthood. *Journal of marriage and family*, 2007, 69(1), 123–138.
 48. Ryszard Andrukiewicz Czynniki warunkujące poczucie szczęścia w małżeństwie URL: <http://mateusz.pl/rodzina/xra0012.htm>
 49. Bradbury T.N. et al. Attributions and behavior in functional and dysfunctional marriages. // *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1996. Vol. 64, No. 3. P. 569–576.
 50. Гордеева Т.О., Осин Е.Н., Шевяхова В.Ю. Диагностика оптимизма как стиля объяснения успехов и неудач: Опросник СТОУН. М. : Смысл, 2009. 151 с.
 51. Glenn N.D. The course of marital success and failure in five American 10-year marriage cohorts // *Journal of Marriage and the Family*. 1998. Vol. 60. P. 569–576.
 52. Маркман Г., Стенли С., Блумберг С., Дженкинс Н., Уитли К. 12 часов к идеальному браку. М. : АСТ ; Астрель, 2006. 272 с.
 53. Казанцева Т. В. Адаптация модифицированной методики

«Опыт близких отношений» К. Бреннан и Р. К. Фрейли // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2008. № 74, ч. 2. С. 139—144.

54. Большая энциклопедия психологических тестов/ Под ред. А.Карелина. - М.:Эксмо, 2007. - С.318-322
<http://www.vashpsixolog.ru/psychodiagnostic-school-psychologist/60-diagnosis-of-family-relationships/591-questionnaire-role-expectations-and-aspirations-in-marriage-pma>

55. Психотерапія подружніх відносин / Станіслав Кратохвил; пер. з чеськ. Т. В. Данилової, під ред. Г. С. Васильченко. Москва: Медицина, 2008. 327 с.

56. Пірен М.І. Конфліктологія: Підручник. К: МАУП, 2003 350 с.

57. Шуман С. Г., Шуман В. П. Конфлікти молодії сім'ї: причини та шляхи подолання / С.Г.Шуман, В.П.Шуман. Мн. : Університецьке, 1999. 80 с.

58. Гірняк А. Н. Поняття про норму як про предмет теоретикометодологічного аналізу / А. Гірняк, Ю. Павлишин // Вітакультурний млин. 2011. Модуль 14. С. 67-71.

ДОДАТОК
УЗАГАЛЬНЕННЯ МАТЕРІАЛІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

№ з/п	Джерело	Характеристика
1.	Балика Є. С. Взаємозв'язок задоволеності шлюбом з фактором рівня домагань [Електронний ресурс] / Є. С. Балика // Теоретичні і прикладні проблеми психології. - 2015. - № 1. - С. 24-29.	У статті розглядаються питання взаємозв'язку задоволеності шлюбом і рівня домагань подружжя. Висувається і перевіряється припущення про більшу задоволеності шлюбом подружжя з середніми показниками рівня домагань і самооцінки. Розглядаються результати емпіричного дослідження взаємозв'язку задоволеності шлюбом і рівнем домагань подружжя. Відзначається той факт, що задоволеність шлюбом більше пов'язана з балансом між рівнем домагань і рівнем самооцінки.
2.	Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. – СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. – 240 с.	В книзі розглядаються теоретичні підходи до розуміння проблеми дорослості та психологічної зрілості особистості, описані и обґрунтовані критерии зрелої особистості. Представлена динаміка параметрів зрілої особистості, описані трансформації, що відбуваються на різних етапах дорослості.
3.	Ганкевич А.В. Факторы, влияющие на удовлетворенность семейной жизнью Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, I(7), Issue: 14, 2013. – pp.237-240.	У статті розглядаються фактори, що впливають на задоволеність шлюбом, описуються підходи різних авторів до інтерпретації цього феномена, характеризуються рівні. Задоволеність шлюбом - широке поняття, дослідженням якого займалося багато автор. Кожна пара одружується з певними очікуваннями і потребами, задоволення яких призводить до щасливого сімейного життя.
4.	Грисенко Н.В. Роль різних форм благополуччя у задоволеності шлюбом осіб зрілого віку [Електронний ресурс] / Н.В. Грисенко, К.Ю. Батаєва // Вісник Дніпропетровського університету. Серія : Психологія. - 2016. - Вип. 22. - С. 51-61.	Проаналізовано феномен благополуччя особистості, його структуру та форми. Наведено результати емпіричного дослідження ролі різних форм благополуччя в задоволеності шлюбом чоловіків і жінок зрілого віку. Виявлено наявність позитивного кореляційного зв'язку між більшістю складників психологічного, соціального та суб'єктивного благополуччям осіб зрілого віку і їх задоволеністю шлюбом.
5.	Клапішевська С. А. Теоретико-методологічні засади дослідження проблеми задоволеності шлюбом / С. А. Клапішевська // Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. - 2012. - Вип. 17. - С. 114-120.	Представлено аналіз головних підходів до аналізу проблеми задоволеності шлюбом. Показано, що задоволеність шлюбом тісно пов'язана з соціально-психологічним кліматом сім'ї, стійкістю та стабільністю шлюбу. Чинниками задоволеності шлюбом є психологічна сумісність партнерів, відповідність його рольовим очікуванням, соціально-психологічний клімат сім'ї.
6.	Кляпець, О.Я. Особистість в історичній динаміці шлюбно-сімейних стосунків. Вісник Харківського університету. Серія "Психологія" 2010	Статтю присвячено розгляду еволюції шлюбно-сімейних стосунків в історичному контексті, що відображає динаміку особистісних потреб, які реалізуються в шлюбі. Проведено аналогію з пірамідою потреб А.Маслоу в його теорії

	(550). pp. 107-112.	самоактуалізації, що дає можливість прогнозувати наступний етап розвитку шлюбно-сімейних стосунків як формацію, яка буде задовольняти потребу в самоактуалізації.
7.	Корнієнко І.О. Ганькулич М.М. Особливості формування образу партнера в шлюбі як фактору задоволення сімейними стосунками / Вісник Мукачівського університету, pp. 97-98. URL: http://dspace.msu.edu.ua:8080/jsrui/bitstream/123456789/350/1/Збірник-доповідей_тези%2019.05.2017.pdf page=97	Розроблена та апробована тренінгова програма щодо формування у молоді уявлень про майбутню родину шляхом навчання їх щиро відноситися до себе, до людей протилежної статі, взаємодіяти з протилежною статтю, набути навичок впевненого спілкування з протилежною статтю, закріпити нові форми поведінки.
8.	Котлова, Л. О. and Саух, Т. (2015) Теоретичний аналіз факторів задоволеності шлюбом подружжя. Збірник наукових праць викладачів та студентів (1). pp. 15-17.	Вказано, що проблематику нездійснення рольових та соціальних очікувань у шлюбі може бути одним з факторів, що впливають на задоволеність шлюбом. Задоволеності шлюбом може нівелюватися тривалістю перед шлюбного періоду.
9.	Левченко М.А. Факторы удовлетворенности браком супругов на стадии диады / М.А. Левченко, К.В. Адушкина // Научные исследования: теория, методика и практика : материалы II Междунар. науч.-практ. конф. (Чебоксары, 27 авг. 2017 г.) / редкол.: О.Н. Широков [и др.] – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2017. – С. 144-146.	У статті представлені результати теоретичного вивчення уявлень про поняття «задоволеність шлюбом» і фактори, що впливають на задоволеність шлюбом на початку подружнього життя до появи дітей. Розкрито поняття «задоволеність шлюбом», розглянута початкова фаза подружніх відносин без дітей, визначені фактори, що впливають на задоволеність подружнім життям на даному етапі.
10.	Маринкевич С. М. До питання про задоволеність шлюбом як індикатор функціонування сімейної системи / С. М. Маринкевич // Філософія. Культура. Життя. - 2013. - Вип. 39. - С. 252-262.	У статті висвітлено наукові погляди на задоволеність шлюбом як індикатор функціонування сімейної системи; проаналізовано результати емпіричного дослідження щодо задоволеності шлюбом одружених жінок.
11.	Носенко Е. Л. Позитивні цінності та відповідні їм "сили" характеру як імовірні предиктори задоволеності жінки шлюбом [Електронний ресурс] / Е. Л. Носенко, А. А. Шпилевська // Вісник Дніпропетровського	Розглянуто ієрархію позитивних цінностей та відповідних їм «сил» характеру жінок, що можуть впливати на їх задоволеність шлюбом. Обґрунтовано імовірність зв'язку задоволеності жінки шлюбом із її деякими особистісними властивостями, а саме з рівнем її психологічного благополуччя, особистісної зрілості, сформованості смислоттєвих орієнтацій, позитивних цінностей і

	університету. Серія : Психологія. - 2015. - Вип. 21. - С. 82-93.	«сильних» рис характеру
12.	Романюк Л. Соціально-психологічний аналіз гендерних засад цінності задоволення шлюбом URL: http://static.klasnaocinka.com.ua/uploads/editor/5376/427881/pedagogika/tezy_ternopil_2011.pdf page=740	Досліджено результати даних про зв'язок восьми аттитюдів із цінністю задоволення шлюбом і даних про зв'язок аттитюдів із задоволенням шлюбом у групах чоловіків і жінок.
13.	Савенышева С.С. Факторы удовлетворенности браком в период после рождения ребенка: анализ зарубежных исследований. Психологические исследования, 2017, 10(51), 6. http://psystudy.ru	Наводиться аналіз сучасних зарубіжних досліджень, присвячених вивченню чинників, що впливають на динаміку подружніх відносин, задоволеності шлюбом в період після народження дитини. До факторів, які впливають на динаміку подружніх відносин в період переходу до батьківства, відносяться наступні: статево-характеристика батька і дитини, подружній стаж; соціально-економічний статус і робота батьків; особистісні особливості батька і дитини; особливості взаємин подружжя до народження дитини; особливості відносин в батьківській родині; розподіл домашніх обов'язків між батьками і час, який батьки проводять разом після народження дитини. Позитивна динаміка задоволеності шлюбом у подружжя в період після народження дитини спостерігається при таких особистісних особливостях, як низький рівень депресії, адекватна самооцінка, сензитивність і безпечний тип прихильності дорослого, «легкий» темперамент у дитини.
14.	Сычев О. А., Казанцева О. А. Социально-демографические и психологические факторы удовлетворенности отношениями в браке // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. – 2017. – № 1. – С. 106–128.	У статті представлені результати емпіричного дослідження з проблеми зв'язку задоволеності відносинами подружжя з різними соціально-демографічними та психологічними факторами. Мета дослідження - аналіз системи соціально-демографічних і психологічних чинників, що визначають задоволеність стосунками в подружній парі.
15.	Хох И. Р. Специфика психологической удовлетворенности супругов в неравном браке [Текст] // Современная психология: материалы III Междунар. науч. конф. (г. Казань, октябрь 2014 г.). — Казань: Бук, 2014. — С. 78-82. — URL	Проведене спрямоване на розгляд психологічної задоволеності нерівним шлюбом за віковою аспекту. Зазначено, що рольова сумісність подружжя досить висока в різновікових шлюбах, при цьому такі подружні союзи відрізняються від моновікових сімейних пар за параметрами соціальної активності і зовнішньої привабливості.

	https://moluch.ru/conf/psy/archive/156/6341/ (дата обращения: 25.10.2018).	
16.	Шпилевська А. А. Статеврольвоа диференціація як фактор задоволеності подружжя шлюбом / А. А. Шпилевська // Вісник Дніпропетровського університету. Серія : Педагогіка і психологія. - 2014. - Т. 22, вип. 20. - С. 97-107.	Розглянуто зміну уявлень про рольові стосунки в сім'ї на сучасному етапі розвитку суспільства. Обгрунтовано зв'язок рольової адекватності членів подружжя з їх задоволеністю шлюбом, опосередкованим рівнем конфліктності, диспозиційними рисами та тривалістю шлюбу.
17.	Belsky J., Rovine M. Patterns of marital change across the transition to parenthood: Pregnancy to three years postpartum. <i>Journal of marriage and family</i> , 1990, 52(1), 5–19.	Дж.Бельські і М.Ровін в своєму дослідженні прийшли до висновку, що частіше відчують погіршення взаємин більш молоде подружжя . Схожі результати були отримані при вивченні впливу подружнього стажу на динаміку сімейних взаємин. Виявили, що менш задоволені відносинами після народження дитини подружжя з меншим сімейним стажем; чоловік і жінка, які відчують більше зниження задоволеності шлюбом, характеризуються низькою самооцінкою і низьким рівнем сенситивності
18.	Cowan C.P., Cowan P.A. When partners become parents: The big life change for couples. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 2000.	В дослідженні К.Коуен, Ф.Коуен, в якому брали участь респонденти з великим віковим діапазоном (від 21 до 47 років), виявилася тенденція більш виражених негативних змін у взаєминах серед подружжя більш старшого віку і з великим подружнім стажем (від 4 місяців до 12 років)
19.	Doss B.D., Rhoades G.K., Stanley S.M., Markman H.J. The effect of the transition to parenthood on relationship quality: 8-year prospective study. <i>Journal personality and social psychology</i> , 2009, 96(3), 601–619.	Виявили, що менш задоволені відносинами після народження дитини подружжя з меншим сімейним стажем.
20.	O'Brien M., Peyton V. Parenting attitudes and marital intimacy: A longitudinal analysis. <i>Journal of family psychology</i> , 2002, 16(2), 118–127.	Виявлено вплив на динаміку подружніх відносин або молодий вік подружжя і, відповідно, невеликий сімейний стаж, або великий сімейний стаж подружжя і народження дитини у батьків більш старшого віку.
21.	Cox M.J., Paley B., Burchinal M., Payne C.C. Marital perceptions and interactions across transition to parenthood. <i>Journal of marriage and family</i> , 1999, 61(3), 611–625.	У дослідженні виявлено, що партнери з більш вираженими депресивними симптомами в період вагітності повідомляли про більшому зниженні рівня задоволеності шлюбом після народження дитини.
22.	Perry-Jenkins M., Goldberg	Було виявлено, що нічні зміни батьків є фактором

	A.E., Pierce C.P., Sayer A.G. Shift work, role overload, and the transition to parenthood. <i>Journal of marriage and family</i> , 2007, 69(1), 123–138.	ризиків виникнення депресивних симптомів і конфліктів у взаєминах протягом першого року життя дитини
23.	Kluwer E.S., Johnson M.D. Conflict frequency and relationship quality across the transition to parenthood. <i>Journal of marriage and family</i> , 2007, 69(5), 1089–1106.	Дослідження показали, що тільки робочий час дружини, а не подружжя призводить до конфлікту між ними з приводу роботи; при цьому основною проблемою, яка веде до конфліктів, є понаднормові години роботи
24.	Izabella Rawicka, Teresa Rzepa Cechy temperamentalne a satysfakcja ze związku. <i>Polskie Forum Psychologiczne</i> , 2017, tom 22, numer 4, s. 623-635	В роботі визначено зв'язок між темпераментом рисами та задоволенням відносин.
25.	Ryszard Andrukiewicz Czynniki warunkujące poczucie szczęścia w małżeństwie URL: http://mateusz.pl/rodzina/xra0012.htm	Успіх шлюбу сприяє або не сприяє різним факторам, які створюють структуру взаємозв'язаних елементів. В роботі розглянуто такі фактори для успіху шлюбу: зрілість шлюбу, чинники, що діють під час шлюбу: зовнішні умови і внутрішні умови.

ДОДАТКИ