МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВІННИЦЬКИЙ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ ІНСТИТУТ
УНІВЕРСИТЕТУ «УКРАЇНА»

Кафедра соціальних технологій
Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»
Спеціальність 053 «Психологія»

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на здобуття освітнього ступеня «магістр»

«ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ РОЛЬОВИХ ОЧІКУВАНЬ ПАРТНЕРІВ НА РОЗВИТОК СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ»

Виконав(ла): здобувач 2-го курсу магістратури,
групи ЗПЛ-22-2м-vn
заочної форми навчання

_____ Камінна Наталія Володимирівна

Керівник _____ к.п.н. Найчук В.В.
(підпис)

Допущено до захисту рішенням кафедри соціальних технологій
Протокол № __ від «__»_____ 2024р.
Завідувач кафедри _____ Костенко Н.І.
(підпис)

Вінниця 2024

АНОТАЦІЯ

Камінна Н. В. **Психологічні особливості впливу рольових очікувань партнерів на розвиток сімейних конфліктів**

Сім'я є предметом наукового аналізу дослідниками різних психологічних напрямків. Особливу увагу в сучасних дослідженнях приділено сім'ї як етіологічному та патогенетичному фактору неврозів, психосоматичних і сексуальних розладів. Поряд з проблемою психологічної корекції сімейних стосунків не менш актуальною є проблема попередження виникнення та деструктивного розвитку сімейних конфліктів.

Перший розділ дослідження присвячений аналізу особливостей та проблем сучасної української сім'ї, вивченню особливостей рольових очікувань партнерів в структурі функціонально-рольової структури сім'ї, а також теоретичному аналізу психологічних досліджень агресивного спілкування партнерів як детермінанти задоволеності шлюбом.

Другий розділ роботи розкриває особливості дослідження конфліктогенності сімей та їх зв'язку із рольовими очікуваннями.

Третій розділ роботи присвячений грунтовному аналізу особливостей розробки, організації та перевірки ефективності програми з корекції рольових очікувань та агресивного спілкування подружніх пар, суть якої полягала в тому, щоб виробити навички конструктивної комунікації сімейної системи, навчити шлюбних партнерів елементам толерантного ставлення до іншого.

Ключові слова: *агресивність, конфлікт, сім'я, рольові очікування, партнери*

ABSTRACT

Kaminna N. **Psychological features of the influence of role expectations of partners on the development of family conflicts**

The family is the subject of scientific analysis by researchers of various psychological directions. Special attention in modern research is paid to the family as an etiological and pathogenetic factor of neuroses, psychosomatic and sexual disorders. Along with the problem of psychological correction of family relations, the problem of preventing the occurrence and destructive development of family conflicts is no less urgent.

The first section of the study is devoted to the analysis of the peculiarities and problems of the modern Ukrainian family, the study of the peculiarities of the role expectations of partners in the structure of the functional-role structure of the family, as well as the theoretical analysis of psychological studies of aggressive communication between partners as determinants of marital satisfaction.

The second part of the work reveals the specifics of the study of the conflictogenicity of families and their connection with role expectations.

The third section of the work is devoted to a thorough analysis of the features of the development, organization and effectiveness of the program for correcting role expectations and aggressive communication of married couples, the essence of which was to develop the skills of constructive communication of the family system, to teach marital partners the elements of tolerant attitude towards others.

Key words*: aggressiveness, conflict, family, role expectations, partners*

ЗМІСТ

ВСТУП 5

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ РОЛЬОВИХ ОЧИКУВАНЬ ТА КОНФЛІКТОГЕННОЇ ВЗАЄМОДІЇ ПАРТНЕРІВ 7

1.1. Аналіз особливостей та проблем сучасної української сім'ї 7

1.2. Особливості рольових очікувань партнерів в структурі функціонально-рольової структури сім'ї 16

1.3. Психологічні дослідження агресивного спілкування партнерів як детермінанти задоволеності шлюбом 22

Висновки до розділу 1 30

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛЬОВИХ ОЧІКУВАНЬ ТА АГРЕСИВНОГО СПІЛКУВАННЯ ПАРТНЕРІВ ЯК ЧИННИКА СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ 32

2.1. Основні методи та методики емпіричного дослідження 32

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження 34

Висновки до розділу 2 52

РОЗДІЛ 3. ШЛЯХИ ТА ЗАСОБИ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ 55

3.1. Опис корекційної програми 55

3.2. Аналіз ефективності корекційної програми та результати проведеного дослідження 75

Висновки до розділу 3 81

ВИСНОВКИ 84

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ 86

ДОДАТКИ 90

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сім'я є необхідним елементом соціальної структури суспільства, важливим інститутом соціалізації особистості. Сьогодні ми стаємо свідками того, як інститут сім'ї зазнає суттєвих трансформацій. В умовах сучасного буття родина як унікальний посередник між інтересами особистості та суспільства опинилася в епіцентрі кризових ситуацій: з одного боку йде пошук нових форм сім'ї, які б краще відповідали змісту відносин між її учасниками, з іншого боку, спостерігається девальвація інституту шлюбу, що виражається у кількості розлучень, що постійно зростає.

Сім'я є предметом наукового аналізу дослідниками різних психологічних напрямків. Особливу увагу в сучасних дослідженнях приділено сім'ї як етіологічному та патогенетичному фактору неврозів, психосоматичних і сексуальних розладів (Г. Кочарян, О. Кочарян). Основи розширення психодіагностичних і психокорекційних методів сімейного консультування та психотерапії (О. Бондаренко, Л. Бурлачук, Т. Говорун, О. Кіз, О.Кікінеджі, , С. Максименко, Т. Титаренко).

Поряд з проблемою психологічної корекції сімейних стосунків не менш актуальною є проблема попередження виникнення та деструктивного розвитку сімейних конфліктів.

Мета нашого дослідження полягає в теоретичному та емпіричному дослідженні проблеми впливу рольових очікувань на розвиток сімейних конфліктів з метою їх психологічної корекції.

Гіпотезою нашого дослідження є припущення про те, що рольові очікування мають істотний вплив на конфліктогенність сімейного спілкування та загальну задоволеність шлюбними стосунками подружжя.

Об'єктом нашого дослідження є рольові очікування партнерів.

Предмет дослідження – особливості впливу рольових очікувань на

розвиток сімейних конфліктів.

Відповідно до мети, нами були сформульовані наступні **завдання** дослідження:

1. Теоретичний проаналізувати проблему особливостей рольових очікувань та їх вплив на розвиток сімейних конфліктів.

2. Емпірично дослідити показники рольових очікувань як чинника сімейних конфліктів.

3. Розробити та впровадити програму корекції агресивного спілкування у сім'ях та перевірити її ефективність.

Методи та методики дослідження. У дослідженні було використано наступні методи та методики: теретичні (аналіз, синтез, узагальнення); констатувальний експеримент (бесіда, спостереження, використання опитувальників та тестів *(*анкета аналізу подружніх потреб У. Харлі), опитувальники та тести (Опитувальник «Реакції чоловіка й жінки на конфлікт» О. С. Кочаряна, «Опитувальник форм агресивного реагування» Басса-Даркі, «Рольові очікування й домагання у шлюбі (РОД)»О.Волкова, Г.Трапезникова, комунікативна толерантність подружніх пар за методикою В.Бойко, тест-опитувальник «Задоволеність шлюбом» В.Столін, Т.Романова, Г.Бутенко), формуючий експеримент; методи математичної статистики.

База дослідження: У дослідженні взяли участь 40 респондентів різних вікових груп.

Теоретичне значення отриманих результатів. Теоретичне обґрунтування поняття агресивного спілкування та сімейних конфліктів в аспекті дослідження партнерської взаємодії, а також вивчення особливостей зв'язку рольових очикунь та конфліктного спілкування партнерів.

Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості використання результатів дослідження в практичній роботі психолога.

Структура дослідження. Кваліфікаційна робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновку, списку використаної літератури, додатків. Основний зміст роботи викладений на 85 сторінках.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ РОЛЬОВИХ ОЧИКУВАНЬ ТА КОНФЛІКТОГЕННОЇ ВЗАЄМОДІЇ ПАРТНЕРІВ

1.1. Аналіз особливостей та проблем сучасної української сім'ї

Сім'я є невід'ємною частиною нашої реальності. На різних етапах розвитку суспільства в цілому, та українського – зокрема, психологи намагалися вивчити особливості взаємодії індивідів у цьому складному соціально-психологічному утворенні.

Слід зауважити, що як зарубіжні, так і вітчизняні психологи почали розглядати поняття сім'ї як інститут з психологічною складовою лише в середині 70-х років минулого століття. Останні десятиріччя ця психологічна проблема привертає все більшу увагу психологів, оскільки розкривається перед науковцями як невід'ємна частина психологічного світу людини. Вивчаючи сутність поняття сім'я, варто почати з його трактування, оскільки багато вчених не погоджуються з певним однобічним визначенням, а пропонують своє розуміння.

Якщо проаналізувати визначення різних авторів, то можна сказати, що науковці не дійшли згоди щодо визначення сутності категорії сім'ї. Т. Алексеєнко пропонує розрізняти три підходи до визначення сім'ї, а саме:

1. Сім'я – це мала соціальна група та інститут;
2. Сім'я - спільнота, членам якої відведені певні соціальні та психологічні ролі. В даному випадку, зазначається, що основу сім'ї становлять дві особи – чоловік і жінка, пов'язані родинними зв'язками подружжя та кровні родичі, життєдіяльність яких реалізується на основі спільного економічного, побутового, морально-психологічного порядку, взаємної відповідальності та виховання дітей.
3. Сім'я як психологічна категорія. Відповідно даному підходу, вона проходить певні етапи розвитку:

- створити сім'ю (перший шлюб);
- початок пологів (народження першої дитини);

- завершення пологів (народження останньої дитини);
- синдром «порожнього гнізда» (одруження та відрив від сім'ї останньої дитини);
- кінець сімейного життя (смерть одного з подружжя) [1, с.144].

Дослідники пропонують виділити наступні функції – особливі форми життєдіяльності, пов'язані із задоволенням потреб сім'ї:

- економічна, спрямована насамперед на забезпечення матеріально-господарських і побутових потреб;
- регулятивна, яка полягає в регулюванні стосунків між членами сім'ї на основі моральних норм шляхом первинного соціального контролю та влади;
- репродуктивна, спрямована на народження дітей і подальше існування людства;
- сексуальна, який передбачає здійснення статевих стосунків між подружжям та досягнення ними сексуального задоволення;
- виховна, що реалізується в трьох аспектах: первинна соціалізація дитини; постійний вплив на дітей батьків, а також систематичний педагогічний вплив сімейної групи на кожного її учасника;
- комунікативна, яка задовольняє потреби членів сім'ї у спілкуванні та взаємодії один з одним і з суспільством і багато в чому визначає характер сприйняття останнього;
- дозвіллєва, включає організацію дозвілля та відпочинку;
- психотерапевтична, яка здійснюється у двох аспектах: згладжування (доброта та увага один до одного) та аргументація (розуміння один одного та допомога в оцінці позицій з важливих питань, підтримка іншого в самореалізації та особистісному розвитку).

Згадані функції настільки взаємозалежні, що жодна з них не може бути визнана основною. Наприклад, виховна функція тісно пов'язана не тільки з комунікативною, а й з репродуктивною функцією. Репродуктивна функція, у

свою чергу, залежить від ряду інших функцій сім'ї: сексуальної, економічної та ін. В. Каган зазначає, що у зв'язку з цим особливе значення набуває психотерапевтична функція, яка вважається критерієм оцінки подружніх відносин, а також психологічний інструмент їх регулювання [2, С. 28-29].

Дослідники зазначають, що задоволеності шлюбом є результатом адекватного застосування уявлення (образу) про сім'ю, що склалося в голові людини під впливом різними подій, складовими її досвіду (реального) або символічного) [3, с.89].

А. Корнюх залежно від стійкості шлюбу пропонує виділяти три рівні відносин між подружжям.

Перший рівень відповідає за офіційну частину подружніх відносин, він визначається тим, наскільки шлюб стабільний з урахуванням можливості розлучення.

Другий рівень характеризується адаптованістю людини в міжособистісному спілкуванні партнерів, для цього рівня характерна виражена спільність подружжя в побуті, у відносинах з родичами, у відношенні до грошей.

Третій рівень характеризує глибину стабільності шлюбу та задоволеність ним. Він відповідає за успішність шлюбу і за відповідність рольових очікувань у сімейному житті [4].

Дослідники пишуть про те, що основний критерій задоволеності шлюбом.– це стійкість шлюбу, яка представляє собою стабільність системи взаємодії подружжя, результативність і ефективність їх спільної діяльності, спрямованої на досягнення як взаємних, так і індивідуальних цілей подружжя [5; 6, с.89].

На думку дослідників, задоволеність шлюбом має об'єктивну і суб'єктивну сторону. Об'єктивна сторона шлюбу залежить від можливості його припинення, яка може бути виражена співвідношенням кількості шлюбів і розлучень, зареєстрованих за певний період. Суб'єктивна сторона є характеристикою задоволеності шлюбом, включає задоволеність шлюбними

стосунками та ставлення подружжя до збереження сім'ї. Показниками суб'єктивної сторони задоволеності шлюбом може бути оцінка його міцності самим подружжям [5].

Низка авторів звертаються до проблеми вивчення сімейних відносин з точки зору якості шлюбу, задоволеності подружжя сімейними відносинами [5]. Ці дослідження вказують на те, що невиконання рольових і соціальних очікувань у шлюбі може бути одним із факторів, що впливають на задоволеність шлюбом.

Дослідники зауважують, що рольові очікування та особисті бажання часто не виконуються, тому що особистість іншої людини не сприймається достатньо. Цей фактор задоволеності шлюбом може компенсуватися тривалістю дошлюбного періоду. Окрім тривалості дошлюбних стосунків, існують такі чинники, як: задоволення особистих потреб (потребі в емоційному зв’язку, сексуальному аспекті кохання, потребі у продовженні сім’ї, спосіб життя та дозвілля, моральна та емоційна підтримка); шлюбна сумісність; рольові очікування та інші фактори.

Що стосується спілкування в сім'ї, воно представляє собою складне явище - ставлення членів сім'ї один до одного, їх взаємодію та обмін інформацією між ними, а також їх безпосередній емоційний контакт і духовне проникнення [7].

Велике значення для нормального функціонування сім'ї має стиль спілкування, який залежить від рис характеру, темпераменту, культурного рівня, звичок, інтересів і моделі взаємин, закладених у подружжя в сім'ї батьків..

Ранній негативний життєвий досвід, негативне спілкування та негативні орієнтації в соціальній поведінці призводять до прояву негативних тенденцій у сімейних стосунках [8].

Якщо звернутись до загальноприйнятих видів відносин між людьми в аспекті дослідження проблеми сімейного спілкування, найкращий тип

стосунків – це співпраця. На жаль, можливість підтримувати такі стосунки є не у всіх сім'ях [8].

Конкуренція між членами сім'ї також може бути прийнятною, якщо вона спрямована на досягнення справді необхідних і корисних цілей для сім'ї та суспільства. Однак за «конкурентоспроможністю» сім'ї часто ховається момент нервозності, який не завжди йде на користь розвитку дітей. Таке «суперництво» може навіть стати змаганням. А під час змагань можливі агресивні явища, тобто жорстоке ставлення до суперника [9].

На думку експертів, негативний досвід агресивної, конфліктної сім'ї для майбутнього шлюбно-сімейного життя дітей можна звести до наступного [12]:

– дитина росте в умовах протиріччя і невідповідності запитів матері і батька, що перешкоджає формуванню відповідних уявлень про шлюб і сім'ю;

– в духовній атмосфері сім'ї відсутні спокій, мир, добробут і стабільність, тобто необхідні умови для повноцінного духовного та інтелектуального розвитку дітей;

– різко зростає ризик нервово-психічних захворювань у дітей;

– знижується здатність дитини до адаптації;

– зростає неуважність і неконтрольованість;

– дитина не засвоює весь набір загальнолюдських моральних норм;

– у дитини дуже часто виникають суперечливі почуття до батьків, а іноді навіть вороже ставлення до одного з них [10].

Характерною рисою сімейних відносин є їх стиль. Традиційно виділяють три основні стилі взаємин – вседозволення (ліберальний), авторитарний і демократичний [10]. При ліберальному стилі сімейних стосунків спостерігається дистанціювання і відчуженість членів сім'ї один від одного, а також їх повна байдужість до справ і почуттів оточуючих. Два інших - авторитарний і демократичний - утворюють своєрідну шкалу. На

одному полюсі шкали панує рішучий авторитаризм: неприваблive і безславне ставлення членів сім'ї, їх жорстокість, агресивність, диктат, бездушність і холодність по відношенню один до одного. На іншому полюсі — колегіальна демократія, яка вимагає співпраці, взаємодопомоги, розвиненої культури почуттів і емоцій, справжньої рівності всіх членів родини.

Зрозуміло, що задоволеність спілкуванням чоловіка і жінки багато в чому залежить від ступеня сумісності їх цінностей і норм спілкування. Безсумнівно, нервозність, неврівноваженість, замкнутість і негативні риси характеру – погані супутники повноцінного сімейного спілкування [11].

Невміння і небажання налагодити нормальне спілкування між подружжям неминуче призводить до погіршення сімейних відносин. У хороших відносинах чоловікові і дружині легко об'єктивно оцінити проблему і разом знайти розумне рішення. Міцні сімейні стосунки витримують незгоди, настрої та умови. Коли стосунки хороші, задоволеність подружнім спілкуванням зростає.

Невміння спілкуватися може вбити любов і зруйнувати сім'ю [11]. Основними компонентами культури спілкування є емпатія, толерантність, поступливість і доброзичливість. Особливий комунікативний навик - здатність визнавати цінність іншого, незважаючи на різні позиції. Тільки так можна зберегти бажання і інтерес чоловіка і жінки до думок і почуттів один одного і досягти справжньої гармонії в сімейному житті.

Дослідники пишуть про те, що існує десять найважливіших відмінностей між щасливими і нещасливими сімейними союзами. В неблагополучних сім’ях чоловік і жінка [12]:

1) не сходяться в думках і ставлення щодо багатьох тем та проблем;

2) не розуміють чужих почуттів;

3) використовують слова, які дратують іншого;

4) часто почуваються некоханими;

5) не звертають уваги на партнера;

6) відчувають незадоволену потребу в довірі;

7) відчувають потребу в людині, якій можна довіряти;

8) рідко говорять один одному компліменти;

9) часто змушені відмовлятися від власної думки;

10) прагнуть більше любові.

Всі відносно неблагополучні сім'ї можна розділити на три типи - конфліктні, кризові і проблемні. Конфліктні шлюби виникають тоді, коли між партнерами існують сфери, в яких їхні інтереси, потреби, наміри та бажання постійно конфліктують, що призводить до особливо сильних і тривалих негативних емоцій (особливо агресії). Конфлікт інтересів і потреб чоловіка і дружини має особливо гострий характер і захоплює важливі характеристики сім'ї. До проблемних належать шлюби, які опинилися в особливо складних життєвих ситуаціях, які можуть суттєво вплинути на стабільність шлюбу: відсутність житла та засобів, важка та тривала хвороба одного з подружжя, тривала судимість тощо. Об'єктивні умови життя сім'ї впливають на їх благополуччя лише через суб'єктивну оцінку їх чоловіками, що, у свою чергу, визначається соціально-психологічним кліматом і задоволеністю взаєминами.

Сімейні труднощі - це негативні, неприємні, деструктивні відносини між подружжям та іншими членами сім'ї, пов'язані з незадоволенням основних особистих і сімейних потреб і зухвалістю інших щирих зусиль; Витрати на шляху до зрілості, щастя і благополуччя сімейного ладу. Ядром сімейних труднощів є подружні ускладнення [12, с. 303].

Розглянемо основні фактори, що ускладнюють функціонування сім'ї.

По-перше, можна виділити гострі подразники та хронічні розлади:

1) гострі та хронічні подразники. Прикладом першого може бути смерть члена сім'ї, звістка про подружню зраду, раптова зміна долі і соціального статусу (наприклад, арешт члена сім'ї), раптова важка хвороба;

2) до хронічних розладів належать надмірні фізичні та психічні навантаження вдома та на роботі, труднощі у вирішенні житлових питань, тривалі та постійні конфлікти між членами родини тощо.

Крім того, можна виділити наступні групи сімейних труднощів: пов'язані з різкою зміною способу життя сім'ї (життєвого стереотипу) і з сумою труднощів, їх взаємним «нав'язуванням».

Прикладом перших є психологічні труднощі, що виникають при переході від однієї фази життєвого циклу до іншої (одруження і початок спільного життя, народження дитини, припинення виховної діяльності в сім'ї). Такі переходи зазвичай пов’язані з досить різкою зміною способу життя сім’ї.

Іншим прикладом є необхідність практично одночасного вирішення низки проблем на початку другого етапу (відразу після народження першої дитини в сім’ї) – завершення навчання та оволодіння професією, вирішення житлових питань, елементарного оснащення майна. , догляд за дітьми [13, с. 40].

Залежно від джерела виникнення сімейні проблеми можна розділити на такі групи:

а) пов'язані з фазами життєвого циклу сім'ї;

б) пов'язані з несприятливими варіантами життєвого циклу ;

в) ситуативний вплив на сім'ю (землетрус, війна).

«Нормативні стресори» проходять через усі фази життєвого циклу, які всі сім'ї переживають у більш-менш гострій формі: на першій фазі життя – труднощі взаємної психологічної адаптації; конфлікти, що виникають при побудові відносин з родичами при вирішенні житлового питання; з іншого – завдання виховання дитини та догляду за нею та ведення трудомісткого домашнього господарства. Поєднання вищезазначених труднощів у певні моменти життєвого циклу сім’ї призводить до сімейних криз [14].

Порушення, викликані несприятливими варіантами життєвого циклу, які виникають, коли один з його членів (дружина, діти) не належить до сім'ї.

Причиною може бути розлучення, тривала розлука чоловіка та дружини, позашлюбна дитина, смерть когось із сім’ї або відсутність дітей у чоловіка та дружини.

Агресивні прояви в сім'ї можуть призвести до психологічно травмуючої ситуації для подружжя, їхніх дітей і батьків, внаслідок чого вони набувають ряду негативних якостей особистості. У сім'ї закріплюється негативний досвід спілкування, втрачається віра в можливість дружніх і ніжних стосунків між людьми, накопичуються негативні емоції, виникають психологічні травми. Психотравми частіше виражаються у вигляді переживань, які своєю виразністю або тривалістю повторюваності негативно впливають на особистість. Розрізняють такі психотравмуючі переживання, як стан повної сімейної незадоволеності, «сімейна тривога», нервово-психічна напруга і стан провини [15].

Стан повної невдоволеності сім'єю виникає в результаті конфліктних ситуацій, в яких помітна розбіжність між очікуваннями індивіда щодо сім'ї і його реальним життям. Виражається через нудьгу, у безбарвності життя, відсутності радості, ностальгічних спогадах про час до шлюбу і скаргах на труднощі сімейного життя. Це невдоволення наростає від конфлікту до конфлікту і проявляється в емоційних спалахах і спалахах.

Сімейна тривога частіше виникає після великого сімейного конфлікту. Ознаки тривоги включають сумніви, страхи та хвилювання, здебільшого пов'язані з діями інших членів сім'ї. Нервово-психічне напруження є одним з найважливіших психотравмуючих переживань [16]. Це призводить до:

– створення ситуацій постійного психологічного тиску, важкої чи навіть безвихідної ситуації для подружжя;

– створення перешкод для подружжя через прояв важливих почуттів і задоволенні потреб;

– створення ситуації постійного внутрішнього конфлікту в парі.

Стан вини залежить від особистих властивостей подружжя. Людина відчуває себе перешкодою для оточуючих, винуватцем конфліктів, сварок і

невдач і схильний сприймати ставлення до нього інших членів сім'ї як докір, хоча насправді це не так.

Конструктивне вирішення подружніх конфліктів залежить насамперед від уміння партнерів розуміти, прощати і поступатися.

Одна з умов припинення конфлікту люблячого подружжя - не прагнути до перемоги. Перемогу за рахунок поразки близької людини навряд чи можна назвати досягненням. Дослідники зауважують, що важливо поважати інших, незалежно від того, яку провину вони несуть. Людина повинна вміти чесно запитати себе (і, головне, чесно відповісти), що її насправді хвилює. Аргументуючи свою позицію, вона має намагатись не виявляти недоречного максималізму чи категоризації. Краще спілкуватися наодинці і не втягувати у свої конфлікти інших – батьків, дітей, друзів і знайомих. Благополуччя сім'ї залежить тільки від самого подружжя [16, с. 312].

1.2. . Особливості рольових очікувань партнерів в структурі функціонально-рольової структури сім'ї

У контексті дослідження рольові очікування розглядаються як частина функціонально-рольової структури сім'ї. На основі аналізу функцій сім'ї визначається основний зміст набору сімейних ролей, а також особливості функціонально-рольового розподілу сучасної сім'ї. Структура сімейних ролей забезпечує її ефективне функціонування та задоволення потреб усіх її членів в умовах рольової когерентності - неузгодженості сімейних ролей, що створює цілісну систему. Основними параметрами рольової структури в сім'ї є характер лідерства, який визначає систему відносин влади і підпорядкування, тобто ієрархічна структура сім'ї і розподіл ролей відповідно до завдань, які сім'я вирішує в повсякденному житті.

Поділ моделей сім'ї на традиційні та егалітарні визначається функціональним розподілом ролей у сім'ї та розподілом сфер влади та відповідальності. Традиційна модель сім'ї характеризується жорсткою

диференціацією сімейних ролей за ознакою статі. У традиційній патріархальній сім'ї очевидне домінування чоловіка, що виражається в концентрації в його руках економічних ресурсів і прийняття важливих рішень. Традиційна сім'я вимагає від своїх членів слухняності та покори, що, у свою чергу, може призвести до конфліктів і навіть до початку розриву стосунків.

Український традиціоналізм у сфері шлюбно-сімейних стосунків, на думку Т. Говорун, О. Кікінеджі, дещо відрізняється від гендерної психології, історично характерної для інших слов’янських народів [17-20]. На думку багатьох вітчизняних дослідників, домінуючою статевою ознакою українців є повага до жінки та її волі, стать партнера, взаємодовіра та рівноправність. Особливу роль у менталітеті українців відіграє архетип матері, який визначає особливе становище жінки в системі сімейних відносин [21].

Рольові очікування є складовою диспозиційної структури індивіда, яка включає орієнтацію на конкретні соціальні цілі, інтереси та шаблони. Тому вони відносяться до очікувань і вимог індивіда до людей і самого себе [22]. Одним із типів рольових очікувань є шлюбно-сімейні очікування (складна структура, взаємопов’язаними елементами якої є очікування щодо подружжя як супутника життя та батька/матері).

Шлюбно-сімейні очікування формуються в ранньому дитинстві, в процесі гендерної соціалізації. Суб'єктивний фактор - це шлюбно-сімейні очікування та вимоги, які входять у структуру життєвих потреб особистості. Вони виникають насамперед під впливом суспільних і особистих потреб, але також знаходяться під безпосереднім впливом батьківської сім'ї, яка опосередковує всі впливи зовнішнього соціального середовища [23].

Для успішного сімейного життя важливіше узгодженість поглядів на рольову поведінку та очікувань щодо ролі подружжя в контексті прийнятої моделі. На думку вітчизняних дослідників (П. Горностай, Е. Козловська) [24, 25], рольова сумісність у сім’ї є показником ефективної взаємодії сімейних ролей подружжя. , як вид міжособистісної сумісності.

У психологічному словнику поняття «роль» трактується як соціальна функція особистості, яка відповідає прийнятим нормам і способам поведінки людей залежно від їхнього статусу чи положення в суспільстві, системи міжособистісних стосунків [28].

Соціальні норми і ролі, засвоєні людиною, складають зміст її цінностей, визначають спрямованість її поведінки, вибір сфер і способів реалізації внутрішньої позиції. Рівень засвоєння соціальної ролі пов'язаний із усією сукупністю умов, у яких виховується дитина, відбувається її розвиток і формуються життєві орієнтири. Значне місце у дослідженні проблеми визначення сутності ролі посідає вітчизняний дослідник П. Горностай, який стверджує, що соціальна роль – це стереотипна поведінка людини, яка визначається її соціальним становищем у системі міжособистісних відносин, ланка, що зв'язує індивіда і групу, спосіб входження індивіда в групу [26-28]

Оскільки існує багато груп (великих і малих, реальних або випадкових), в яких бере участь індивід, він або вона грає стільки соціальних ролей (іноді більше, якщо він або вона грає не одну, а кілька ролей в одній групі) [26] . П. Горностай у своєму дослідженні пропонує такі підходи до розуміння сутності цього поняття:

1. Роль як поведінкова модель соціальної позиції (визначається соціальною структурою, елементами якої є соціально-рольові позиції, що визначають соціально детерміновані варіанти рольової поведінки та формують очікування щодо рольового репертуару учасників соціальних взаємодій).

2. Роль як норма (своєрідний набір стандартів відповідної форми поведінки, правил виконання конкретних дій, носій нормативної основи поведінки).

3. Роль як функція (спосіб досягнення конкретних практичних соціальних цілей, спрямованість мети поведінки людини).

4. Роль як символ (носій найбільш загальних ознак і значень).

5. Роль як цінність (спосіб вирішення важливих життєвих завдань, ціннісна орієнтація).

6. Роль як психічний стан (відносно статичний психічний стан, який може існувати поза конкретною ситуацією рольової поведінки; він не є вродженим, а набувається в процесі онтогенетичного розвитку).

7. Роль як особистісний модус (особистісний елемент ролі – форма самопрезентації особистості, система взаємодіючих властивостей особистості, одна з важливих форм соціального буття людини).

8. Роль як середовище (готовність специфічно реагувати на ситуацію та певні індивідуалізовані форми поведінки).

9. Роль як ставлення (рольова взаємодія неможлива без взаємодії, тобто без взаємного ставлення суб'єктів, що обмінюються рольовою діяльністю один до одного).

10. Роль як ресурс (важливе джерело самореалізації особистості, що сприяє, з одного боку, адаптації в суспільстві, входженню в його структуру, а з іншого – розвитку різних сторін людської індивідуальності, компонентів цієї індивідуальності).

11. Роль як захисний механізм (вид психологічного захисту, коли за поведінкою в ролі прихований прояв сутнісного «Я», який інколи набуває ритуально-символічного характеру; за завісою ховаються певні аспекти індивідуальності, Я, рольова маска, яка бере на себе функцію зовнішньої сторони особистості) [27, с. 26-28].

Соціальна роль обов'язково передбачає наявність певних функціональних зобов'язань, які існують як рольові очікування, тобто «правил і норм, які група встановлює для особи, що виконує певну роль». Присвоєння рольових очікувань є зовнішнім, соціально обумовленим джерелом формування соціальної ролі: П. Горностай зазначає, що присвоєння соціальних норм, принципів, цінностей (в тому числі моральних) відбувається не інакше, як у формі ролей (або, ширше, соціальні очікування, які формують соціальну поведінку людини, важливим елементом якої є

сприйняття соціальних ролей. Проте було б неправильно стверджувати, що формування соціальних ролей цілком визначається поведінкою за шаблонами. Цей процес відбувається в результаті складної взаємодії зовнішнього з внутрішнім і з джерелами розвитку особистості, завдяки чому створюється «Я-концепція» людини [27].

Тому рольове сприйняття детермінується не лише груповими очікуваннями, а й процесом самоідентифікації людини, який супроводжується рольовими переживаннями та формуванням її ціннісних орієнтацій.

Сукупність соціальних ролей, відповідних конкретному статусу, називається рольовим набором (призначених і досяжних). Розписані ролі не потрібно засвоювати, вони призначаються людині об'єктивно (наприклад, син батьків грає цю роль без попередньої підготовки). Інша справа ролі досяжні, їх треба вчити.

Рольове навчання передбачає виконання двох завдань: навчання обов'язкам і реалізації рольових прав; Інструкції, почуття, очікування залежно від ролі [28].

Водночас, на думку багатьох досліднтків роль, яку безсумнівно засвоює і приймає особистість, стає частиною особистісної структури людини і в нашій особистості. Справа є важливим елементом рольової структури особистості майбутнього члена сім'ї.

Людина виконує багато ролей залежно від ситуації, наприклад: студент, вдома – син, чоловік, батько тощо; у міському транспорті – один пасажир; в магазині – клієнт; у лікарні, пацієнт тощо.

У сім'ї виділяють такі ролі:

1. Ролі, що описують взаємодію між членами сім'ї на мікросистемному рівні: подружні ролі: чоловік; ролі, що належать дитячо-батьківській підсистемі: батько, син; ролі, що належать до сиблінгової підсистеми: брат.

2. Ролі, що описують взаємодію членів сім’ї на рівні макросистеми: ролі, що виникають із взаємодії шлюбних зв’язків: тесть, зять тощо; Ролі, визначені спорідненістю: дід, онук, двоюрідний брат тощо.

У функціональних сім'ях структура сімейних ролей носить цілісний, динамічний, альтернативний характер і відповідає таким вимогам: виконання ролі повинно забезпечувати задоволення потреб усіх членів сім'ї при збереженні балансу індивідуальних потреб і потреб інших членів сім'ї. члени; відповідність прийнятих ролей можливостям особистості; здатність членів сім'ї діяти гнучко в кількох ролях [30, С. 15].

Оволодіння соціальною роллю члена сім'ї включає формування ціннісного образу сім'ї, мотивації і ставлення до створення сім'ї, формування і розвиток особистісних якостей: знань, умінь і навичок, необхідних для успішного сімейного життя.

Говорячи про соціальну роль батьків, слід звернути увагу на їх поведінку по відношенню до дітей. Ці дії залежать від його культури, цінностей, орієнтації та етичних норм, які визначають його як особистість [30].

На основі узагальнення наукових підходів ми дійшли висновку, що поняття «соціальна роль» залежить, насамперед, від ступеня її засвоєння особистістю, рівня розвитку властивостей особистості, її знань, умінь і навичок, необхідних для виявлення себе як члена сім'ї усвідомлювати.

Теоретичний аналіз проблеми рольових очікувань партнерів як складової сімейно-рольової взаємодії дав змогу виявити властивості функціонального розподілу ролей, які за певних обставин зумовлюють конфліктогенний характер спілкування в сім’ї. Це протиріччя сімейних ролей, вузькі межі виконання, що не відповідають особистим потребам членів сім’ї, перевантаженість ролями подружжя (особливо жінки), невизначеність очікувань щодо ролей подружжя, невідповідність сімейних ролей можливостям подружжя. індивідуальна, загальна Жорсткість і хаотичність функціонально-рольової структури сучасних сімей

Багато авторів вважають, що параметри, що характеризують розподіл і виконання подружніх ролей у сім'ї, мають велике значення і, в той же час, тісно взаємопов'язані. Той факт, що вони пов’язані зі статтю подружжя, тобто з біологічними основами сім’ї, підкреслює їх важливість і фундаментальний характер і дає змогу розглядати їх як детермінанти багатьох внутрішньосімейних процесів. Зведений показник, що враховує як реальний розподіл ролей у сім'ї, так і ставлення до нього подружжя, у літературі отримав назву гендерно-рольової диференціації (бажаних сімейних ролей).

1.3 Психологічні дослідження агресивного спілкування партнерів як детермінанти задоволеності шлюбом

У сучасних умовах розвитку Української держави зростають потреби та очікування українського суспільства щодо функціонування соціального інституту молодої сім’ї, перед якою стоїть важливе завдання виховання гармонійної української особистості в умовах взаємоповаги, любові. і взаємна емоційна підтримка. У зв’язку з цим психологічний супровід молодої пари, особливо просвітницька, профілактична та психокорекційна робота, спрямована на попередження та ефективне подолання сімейних конфліктів на першому етапі подружнього життя, є фактором, що забезпечує міцність щасливих подружніх стосунків у подружнє життя. подальше сімейне життя та життєздатність суспільства в цілому.

Питання особливостей сімейних конфліктів, взаємозв’язок психологічних ресурсів подружжя з рівнем задоволення шлюбними стосунками вивчали Ю. Альошина, О. Бондаренко, Г. Бутенко, Т. Кириленко, О. Кокун, О. Корніяка, О. Кочарян, Р. Кричевський, Г. Ложкін, Н. Пов’якель та інші.

Сімейні конфлікти ми визначаємо як складне психологічне утворення, проявом якого є суб’єктивне поле розвитку особистості кожного з партнерів у період сімейної кризи та в процесі адаптації до подружнього життя. На

нашу думку, прояви сімейних конфліктів мають соціально-психологічну та індивідуальну варіативність і залежать від задоволеності потреб подружжя у шлюбі, їх психологічної сумісності, наявності комунікативної толерантності та специфіки системи протиріч між їхніми інтересами, а також від їхньої психологічної сумісності. цінності, цілі, мотиви, погляди і т. д. Крім того, необхідно враховувати суб'єктивні та об'єктивні особливості міжособистісних взаємодій сім'ї в їх відносинах.

На думку дослідників, психологічні прояви міжособистісних взаємодій у сімейному конфлікті мають різні характеристики залежно від періоду [31, 32]:

1) латентний (проявляється недовіра до партнера, але є бажання зрозуміти один одного; виникають сумніви в порядності та надійності партнера, що призводить до повної втрати розуміння та довіри, але партнери роблять вигляд, що все добре) ;

2) демонстративний (учасники конфлікту активно незадоволені один одним, спілкування відбувається на підвищених тонах і аргументації);

3) агресивний (учасники конфлікту уникають спілкування, часто порушують моральні норми і планують помсту);

4) батальна (супротивники прагнуть до перемоги будь-якою ціною, переможена сторона намагається взяти реванш, домовитися неможливо). Психологічні особливості сімейних конфліктів відображаються в їх динаміці, яка характеризується класичними стадіями (виникнення конфліктної ситуації; усвідомлення об’єктивної конфліктної ситуації; інцидент, мотив конфлікту; наростання та загострення конфлікту, вирішення конфлікту).

Проте сімейні конфлікти характеризуються підвищеною емоційністю, швидкістю окремих фаз, формами протистояння (переїзди, образи, сварки, сімейні скандали, розриви спілкування) та способами їх подолання (примирення, згода на основі взаємних поступок).

На думку Г. Ложкіна і Н. Пов'якель, при аналізі сімейних конфліктів у сім'ї слід враховувати регулярні кризові періоди розвитку сім'ї. Першу фазу

кризи розвитку сім’ї можна спостерігати в перший рік подружнього життя, коли подружжя пристосовуються одне до одного, і ймовірність розлучень у цей період сягає до 30% від загальної кількості шлюбів; Другий період кризи пов'язаний з народженням дитини, у подружжя з'являються нові обов'язки та обмежені можливості для професійного розвитку та реалізації своїх інтересів. Можлива тимчасова дисгармонія в статевих стосунках [32, с. 210-211].

На основі аналізу науково-психологічної літератури ми дійшли висновку, що здатність до рефлексії у подружніх стосунках, сам процес самопізнання, усвідомлення наявності кризового періоду в сім’ї, причин для вирішення сімейних конфліктів, для яких власні потреби та інтереси партнера є одним із ефективних шляхів вирішення психологічних проблем [33]. Ваша обізнаність нейтралізує хронічні форми конфлікту та прояви дисфункціональних міжособистісних стосунків, які, серед іншого, призводять до незадоволення потреб у сім’ї, в якій важливу роль відіграє психосексуальна несумісність.

Причиною відсутності взаєморозуміння на всіх етапах загострення сімейних конфліктів можуть бути риси характеру та особистісні особливості, наприклад, особистісні конфлікти, виражена психопатія, прояв надмірного контролю над поведінкою партнера, перфекціонізм із завищеними вимогами до себе, недостатній рівень домагань і рольових очікувань по відношенню до іншої людини, фіксація на минулому досвіді, психічна незрілість, низька самооцінка, реалізація прийнятої моделі батьківської поведінки в сім’ї без кохання, нездатність досягти згоди щодо важливих сімейних питань, відсутність спостереження за сімейні традиції, нездорова конкуренція у відносинах.

Родини з проблемами у відносинах не можуть самостійно вирішувати протиріччя й конфлікти, які виникають в їхньому сімейному житті. У результаті довгостроково існуючого конфлікту в членів родини спостерігається зниження соціальної й психологічної адаптації, відсутність здатності до спільної діяльності (зокрема, нездатність до узгодженості в

питаннях виховання дітей). Розрізняють два типи конфліктів: конструктивні й деструктивні [34].

Рівень психологічної напруги в родині має тенденцію до наростання, приводячи до емоційних порушень, агресивних проявів, невротичних реакцій її членів, виникнення почуття постійного занепокоєння в дітей. Таким чином, дисгармонія сімейних відносин створює несприятливе тло для емоційного розвитку дитини.

Проблема конфлікту цікавить багатьох дослідників тому, що конфлікти є досить розповсюдженим явищем у нашому повсякденному житті. Конфлікти виникають зазвичай тоді, коли відбувається зіткнення інтересів, поглядів, позицій окремих людей або груп. Ці інтереси можуть полягати у бажанні оволодіти тими ж цінностями, простором, речами, соціальними ролями.

При цьому велике значення має усвідомлення людиною ситуації як конфліктної або ні. Конфліктною визначають ситуацію, у якій сторони проявляють схильність до зіткнення. Конфлікт є одним з видів особливо значущих ситуацій у спілкуванні між людьми. Психологами запропоновано діагностичні методи прогнозування поведінки людини у конфліктній ситуації, такі як тести, експерименти та ігрові процедури. У сім’ях, де партнери ставляться один до одного з підозрою, презирством, поступово виникає ворожнеча, ненависть, відчуження. Такі сім'ї складають предмет дослідження сімейної конфліктології. Науковці довели, що сім'ї без конфліктів практично не буває і особливо це стосується молодих сімей.

Людина знаходиться в постійному конфлікті навіть з самою собою, не кажучи вже проте, що для пристосування до іншої людини потрібен час і чималі зусилля. Безперечно, конфлікти суттєво відрізняються у різних сім'ях за характером і частотою, а головне – за вмінням подружжя розв'язувати конфлікти, за культурою їх поведінки в конфліктних ситуаціях.

Дитина, яка спостерігає сімейні конфлікти, розчаровується в людських взаємостосунках взагалі, не набуває позитивного досвіду співробітництва,

співпереживання, співучасті, які необхідні їй для самостійного життя, в тому числі і власного сімейного.

Дослідники часто зазаначають, що в основі сімейного конфлікта лежить зіткнення суперечливих позицій членів сім'ї. Особливо, коли мова йде про неблагополучні сімейні пари, адже в такому випадку між партнерами існують сфери, де їхні наміри, потреби, інтереси є протилежними і породжують сильні та тривалі негативні емоційні переживання [34].

Дослідники зазначають, що основним соціально-психологічним фактором, який викликає дестабілізацію та розпад сім'ї, є негативний характер подружніх стосунків, який проявляється в конфліктній взаємодії партнерів. Сімейний конфлікт в такому випадку являє собою складне явище, яке охоплює різноманітні рівні взаємодії подружжя. Він може зароджуватися й протікати на рівні взаємостосунків подружжя, не реалізовуючись при цьому тривалий час в їхній поведінці (стадія прихованого конфлікту) [35].

Виникнення сімейного конфлікту, на думку авторів, залежить не лише від об’єктивних причин (наприклад, від специфіки умов протікання конфлікту і характеристик його учасників), але й від суб’єктивних факторів – уявлень учасників конфлікту про самих себе (про свої потреби, мотиви, цінності) і про свого шлюбного партнера [34]. З погляду багатьох психологів, різноманітні сімейні труднощі розглядаються як психотравмуючі чинники. У сім’ях, де непорозуміння між партнерами є частим явищем, створюється негативна психологічна атмосфера, яка підсилює руйнівну силу конфлікту [35].

Сімейні конфлікти мають свої особливості, які необхідно враховувати при попередженні та врегулюванні таких конфліктів:

1. Сімейним конфліктам властивий особливий предмет, специфіка якого заснована на своєрідності сімейних відносин. Унікальність цих сімейних відносин полягає в тому, що їх основним змістом є як міжособистісні відносини, так і етичні та правові зобов'язання, які в свою чергу, визначаються виконанням сімейних функцій.

2. Сімейні конфлікти бувають різного характеру. Причин, які призводять до конфліктів у родині, багато.

3. Особливості сімейних конфліктів проявляються як в їх динаміці, так і в формах, яких вони набувають. Динаміка сімейних конфліктів характеризується класичними фазами (виникнення конфліктної ситуації, усвідомлення конфліктної ситуації, відкрите протистояння, розвиток відкритого протистояння, вирішення конфлікту та емоційне переживання конфлікту).

Важливою особливістю також є підвищена емоційність і швидкість прогресу на кожному етапі конфлікту. Існують різні форми конфлікту (звинувачення, образи, сварки, сімейні скандали, розриви спілкування) і способи їх подолання (примирення, згода на основі взаємних поступок, розлучення).

4. Ще однією особливістю сімейних конфліктів є їх серйозні соціальні наслідки. Дуже часто можна спостерігати, як вони призводять до різноманітних захворювань членів родини, розлучень та психологічних травм у дітей [36].

Дослідники зауважують, що учасники сімейних конфліктів, як правило, є сторонами конфлікту, які не усвідомлюють свої цілі, є жертвами власних, неусвідомлених особистісних особливостей і хибної реальності. Для сімейних конфліктів характерні вкрай неоднозначні і тому неадекватні ситуації, пов'язані зі специфікою поведінки людей у конфліктних ситуаціях.

Останніми роками в сім’ях зросла кількість конфліктних ситуацій, які призводять до дисфункції сім’ї, а отже, до її розпаду. В основі сімейної дисфункції завжди лежать як видимі, так і ззовні невидимі міжособистісні, соціально-економічні та психофізіологічні конфлікти. У психології в даний час існує багато поглядів і позицій щодо класифікації і типології сімейних конфліктів. Розглянемо деякі з них.

Об'єктивна конфліктна ситуація, як конститутивні елементи конфлікту, часто ототожнюється з уявленнями про нього кожного з його учасників. У зв'язку з цим, виділяють наступні види конфліктів:

1. Реальний конфлікт, який об'єктивно існує і правильно сприймається.

2. Випадковий або умовний конфлікт, який можна легко вирішити, навіть якщо люди, які беруть участь у ньому, не підозрюють про це.

3. Витіснений конфлікт, коли за «очевидним» конфліктом стоїть щось зовсім інше.

4. Неправильно приписаний конфлікт, наприклад, коли дружина лає чоловіка за те, що він зробив, задовольняючи її прохання, про яке вона вже забула.

5. Латентний (прихований) конфлікт. В його основі лежить протиріччя, яке подружжя не усвідомлює, але яке об’єктивно існує.

6. Оманливий конфлікт, який існує лише в уяві подружжя, без жодних об’єктивних причин [37].

Сімейні конфлікти найчастіше пов'язані з прагненням людей задовольнити певні потреби або створити умови для їх задоволення, не враховуючи інтересів партнера. На це є багато причин. Це нереалізовані бажання і потреби, а також різні погляди на сімейне життя, подружня зрада, фінансові проблеми, грубість тощо. Конфлікти зазвичай викликаються не однією, а багатьма причинами, серед яких умовно можна виділити головну - незадоволені потреби подружжя.

В. А. Сисенко пропонує класифікацію конфліктів за незадоволеністю потреб подружжя.

1. Конфлікти, що виникають через незадоволену потребу в цінності та значенні власного «Я», порушення почуття гідності іншого партнера;

2. Конфлікти через незадоволені сексуальні потреби одного або обох партнерів;

3. Конфлікти, що виникають через незадоволену потребу одного або обох партнерів у позитивних емоціях: брак ніжності, турботи, уваги, розуміння;

4. Конфлікти на ґрунті пристрасті подружжя до алкоголю, ігор та інших потреб, що призводять до неекономного та неефективного використання сімейних коштів;

5. Фінансові конфлікти, що виникають через надмірні потреби одного з подружжя у розподілі сімейного бюджету та внеску кожного з партнерів у матеріальне становище сім'ї;

6. Конфлікти, що виникають через незадоволення потреб подружжя в їжі, одязі та обстановці;

7. Конфлікти, пов’язані з потребою у взаємодопомозі, взаємопідтримці, розподілі завдань, вихованні дітей;

8. Конфлікти через різні потреби та інтереси у сферах відпочинку, дозвілля та хобі [38].

Також в психології є інша класифікація конфліктів. Критерій суб’єктів конфлікту дозволяє виділити: подружні конфлікти, конфлікти між батьками та дітьми (проблеми навчання, кризи старіння дітей), конфлікти між родичами (авторитарне втручання родичів).

Виходячи з параметра джерел конфлікту виділяють наступні види конфліктів: ціннісні конфлікти (наявність протилежних інтересів, цінностей), позиційні конфлікти (боротьба за лідерство), сексуальні конфлікти (психосексуальна несумісність партнерів), емоційні конфлікти (незадоволення потреби в позитивних емоціях), економічні конфлікти (важке матеріальне становище, різні погляди на ведення будинку). За параметром «поведінка конфліктуючих сторін» виділяють: відкриті конфлікти (словесні образи, відкрита розмова), приховані конфлікти (демонстративне мовчання, різкі погляди) [39].

М. Пірен називає й інші чинники, що призводять до конфліктів у родині:

– коли один партнер надто багато очікує від іншого і покладає на нього відповідальність за своє особисте щастя;

– неправильне вирішення сексуальних потреб у подружньому житті;

– ревнощі до успіхів партнера в сімейному житті;

– легковажне ставлення до турбот і проблем партнера;

– зауваження про зовнішню непривабливість або внутрішню особисту порожнечу.

Не можна заперечувати, що перелік факторів, які можуть призвести до конфліктів у родині, був би неповним, якби не включити до нього зовнішні фактори (відсутність власного житла, постійна зайнятість одного з подружжя на роботі, неможливість нормального працевлаштування) та соціальні фактори (зміна традиційного статусу жінки в сім'ї, посилення соціального відчуження, кризовий стан економіки) [36].

Висновки до розділу 1

Соціальні очікування (експектації) — це система вимог, відповідно до яких реалізується індивідуальна поведінка. Агресивність як форма спілкування впливає на різні сфери життя подружжя. Невизначеність і суперечливі рольові очікування ускладнюють сімейну поведінку, знижуючи ефективність рольових взаємодій.

На думку вітчизняних і зарубіжних дослідників, показником ефективної взаємодії сімейних ролей подружжя є сімейно-рольова сумісність як тип міжособистісної сумісності. Шлюбна сумісність партнерів включає узгодженість сімейних цінностей, очікувань і вимог партнерів, їх загальну адекватність.

Теоретичний аналіз проблеми спілкування подружжя як елемента взаємодії сімейних ролей дозволив виявити властивості розподілу функціональних ролей, які в конкретних обставинах визначають

конфліктогенний характер сімейного спілкування. Це: протиріччя в сімейних ролях, вузькі рамки дій, які не відповідають особистим потребам членів сім'ї, перевантаженість ролями подружжя (особливо жінки), невизначеність очікувань щодо ролі подружжя, несумісність сімейних ролей з можливостями. особистості, загальна жорсткість і хаотичність функціонально-рольової структури сучасних сімей

Порушення уявлень про іншого члена сім'ї вважається однією з основних причин збоїв у процесі спілкування.

Тому недостатньо повне знання про риси особистості іншого партнера є важливою перешкодою в спілкуванні, що створює перешкоди для адекватного інформаційного спілкування та створює всі умови для розвитку конфліктної поведінки подружжя. Питання сімейних стосунків, а особливо причини конфліктів, що виникають у них, потребують дослідження в різних аспектах: соціальному, психологічному, педагогічному тощо. Міцна та щаслива сім’я – це морально здорове майбутнє покоління, а отже, процвітання сім’ї. країна. Тому слід розглянути методи корекції за допомогою методів поведінкової сімейної терапії. Існує багато психотерапевтичних підходів до вирішення сімейних проблем. Вибір підходу майбутнього психотерапевта залежить від індивідуального випадку і, значною мірою, від його особистісних особливостей.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛЬОВИХ ОЧІКУВАНЬ ТА АГРЕСИВНОГО СПІЛКУВАННЯ ПАРТНЕРІВ ЯК ЧИННИКА СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ

2.1. Основні методи та методики емпіричного дослідження

У еспіричному дослідженні взяли участь 40 респондентів, мешканці м. Вінниці та Вінницької області, а також м. Харкова та Харківської області. Представлена в дослідженні вибіркова сукупність є випадковою. Таким чином, вибіркова сукупність відповідає умовам репрезентативності. За соціально-демографічними характеристиками вибірка є досить різнорідною: від 2 місяців - 10 років (10 сімей), 10-20 років (5 сімей) та 20-30 років шлюбного стажу (4 сім'ї), 30 – 40 років (1 сім'я)

Для емпіричного дослідження було обрано наступні методики:

А**нкета аналізу подружніх потреб У.Харлі.** На її основі С. Носов виділив 10 сімейних цінностей, які пропонуються до прямого ранжування кожному з партнерів.

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

Опитувальник «Реакції чоловіка й жінки на конфлікт» був розроблений О. Кочаряном. Він дозволяє діагностувати індивідуально-специфічні захисні моделі чоловіка й жінки і їхню структуру. Опитувальник включає шкали проективних і дефензивних захистів, неконструктивні установки на шлюб, депресію, агресію, соматизацию тривоги, фіксацію на психотравмі, контрольну шкалу.

«Опитувальник форм агресивного реагування» Басса-Дарки враховує різні форми агресивних реакцій, що дозволяє визначити типові для

досліджуваних форми агресивної поведінки. Опитувальник складається із 75 тверджень, на які досліджуваний відповідає «так» або «ні». В результаті можемо дослідити наступні форми агресивних і ворожих реакцій: фізична агресія, непряма агресія, роздратування, негативізм, образа, підозрілість вербальна агресія, почуття провини.

«Рольові очікування й домагання у шлюбі (РОД)» (О.Волкова, Г.Трапєзнікова). Опитувальник містить сім шкал: інтимно-сексуальна сфера, сфера особистісної ідентифікації зі шлюбним партнером, господарсько-побутова, батьківсько-виховна сфери, сфера соціальної активності, емоційно-терапевтична сфера та сфера зовнішньої привабливості шлюбного партнера. Аналіз шкал сімейних цінностей дозволяє встановити ієрархію сімейних цінностей, уявлення подружжя про розподіл сімейних ролей та рольову структуру сімейної пари.

Методика дослідження **комунікативної толерантності подружніх пар за методикою В.В.Бойко.** Ця методика досліджує 9 установок:

1.Неприйняття або нерозуміння індивідуальності людини.

2. Використання себе як еталон при оцінці інших.

3.Категоричність або консерватизм в оцінках людей.

4. Невміння ховати або згладжувати неприємні почуття при зіткненні з некомунікабельними якостями партнера.

5. Прагнення переробити перевиховати партнерів.

6. Прагнення підігнати партнера під себе, зробити його зручним.

7. Невміння прощати іншому помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності.

8. Нетерпимість до фізичного або психічного дискомфорту партнера.

9. Невміння пристосовуватися до партнерів .

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

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження

Ми встановили результати рівня нереалізованих очікувань подружніх пар конфліктних і неконфліктних сімей по кожній із подружніх потреб.

Таблиця 2.1.

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

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

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

Таблиця 2.2.

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

№	Назва шкали	Рівень прояву			
		Низький (чоловік)	Високий (чоловік)	Низький (дружина)	Високий (дружина)
1	Неприйняття або нерозуміння індивідуальності людини	27%	40%	40%	53%
2	Використання себе як еталон при оцінці інших	67%	33%	50%	50%
3	Категоричність або консерватизм в оцінках людей	51%	43%	52%	45%
4	Невміння приховувати чи згладжувати неприємні почуття при зустрічі з некомунікабельністю партнера	50%	50%	44%	57%
5	Прагнення переробити перевиховати партнерів	56%	46%	51%	32%
6	Прагнення підігнати партнера під себе, зробити його зручним	69%	31%	39%	50%
7	Невміння прощати іншому помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності	36%	42%	34%	51%
8	Нетерпимість до фізичного або психічного дискомфорту партнера	74%	39%	63%	37%
9	Невміння пристосовуватися до партнера	54%	38%	55%	39%

Інформованість у стосунках подружжя відіграє важливу роль у формуванні правильних уявлень про партнера в процесі спілкування і є необхідною умовою успішної адаптації, а отже, підвищення стійкості шлюбу. Низька взаємообізнаність подружжя унеможливлює побудову довірливих

стосунків у родині, що призводить до конфліктних ситуацій.Розглянемо особливості комунікативної толерантності подружжя у таблиці 2.2.

У своєму дослідженні ми акцентували увагу на результатах за високим і низьким рівнем толерантності (рис.2.1. і рис.2.2.).

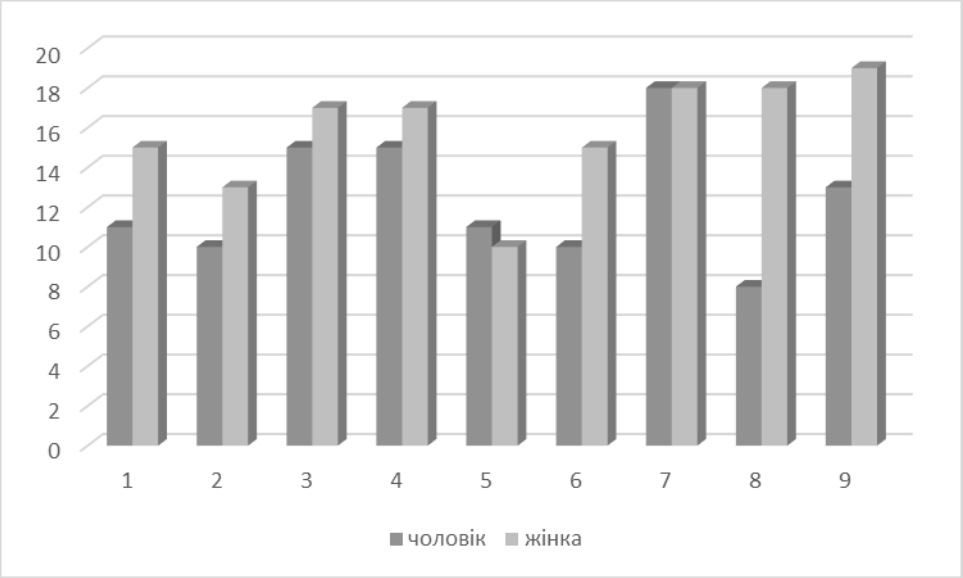


Рис. 2.1. Результати дослідження толерантності за методикою В.Бойко (високий рівень)

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

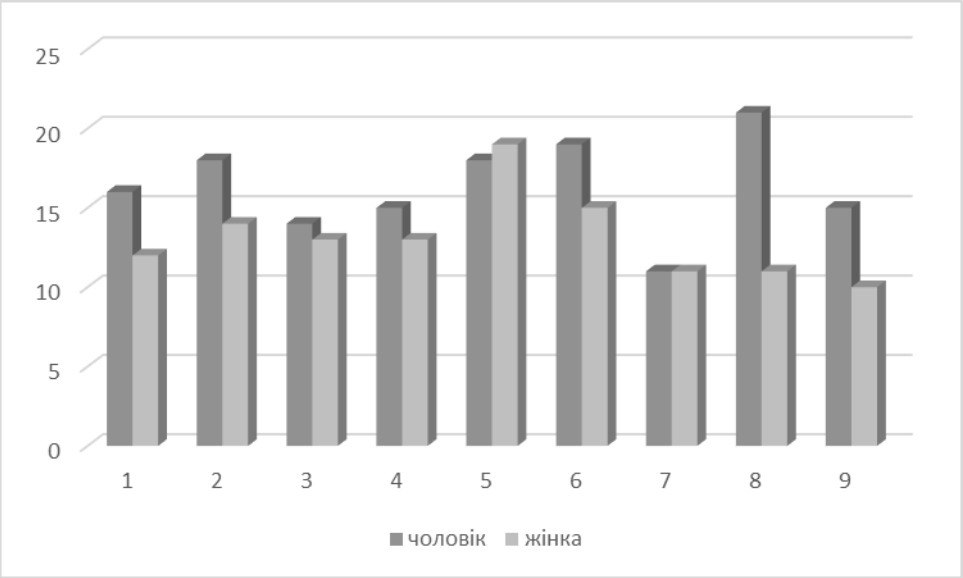


Рис. 2.2. Результати дослідження толерантності за методикою В.Бойко (низький рівень)

Різними за своїми проявами толерантності дружини і чоловіки виявилися в проявах нетерпимості до фізичного або психічного дискомфорту партнера. Тут дружини є більш нетерпимі у порівнянні з чоловіками.

Майже однакові результати виявилися в жінок і чоловіків за такими проявами толерантності як «переробити або перевиховати партнерів» і «невміння прощати іншому помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності».

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

Зрозуміло, що найчастіше всього характер комунікативної взаємодії у шлюбних партнерів проявляються в ситуації конфліктної взаємодії. Тому ми обрали методику, яка дає нам можливість дослідити форми конфліктного реагування - опитувальник **«Реакції чоловіка й жінки на конфлікт»**, що

був розроблений О. Кочаряном. Розглянемо отримані результати за даною методикою (табл. 2.3 та рис. 2.3).

Таблиця 2.3.

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

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

Як видно з рис. 2.3. у чоловіків на високому рівні спостерігаються реакції «дефензивних механізмів», що може вказувати на те, що чоловіки інформацію, яка входить до їх свідомості, здатні раціоналізувати та ізолювати.

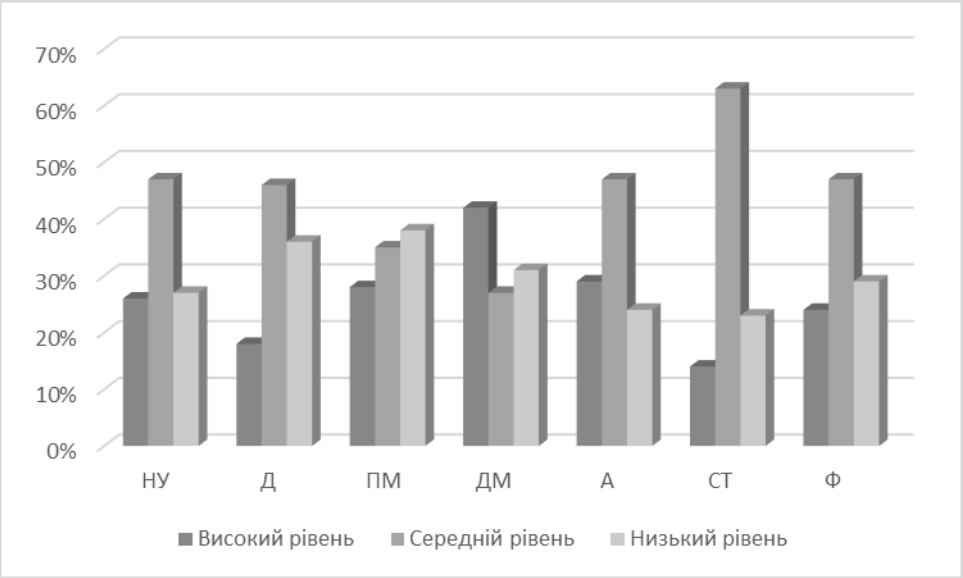


Рис. 2.3. Розподіл результатів дослідження за методикою «Реакція чоловіка та жінки на конфлікт» у чоловіків

Щодо інших шкал, високий рівень вираженості характерний для шкал «Проективних механізмів», «Неконструктивні установки» та «Фіксація на психотравмі». Такі результати ми можемо пояснити тим, що чоловіки у конфлікті схильні до уникнення або до прояву агресивності.

Щодо результатів у жінок, як ми можемо побачити з рис. 2.4., жінки на відміну від чоловіків більш схильні до депресивних переживань. Такі результати свідчать про більшу вразливість жінок до стресових факторів, відчуття емоційної виснаженості під час конфлікту, розвиток почуття провини. Жінки також схильні до соматизації тривожних станів, які проявляються у турботах про власне здоров'я. Можна також підкреслити, що в загальній вибірці осіб, схильних до фіксації на психотравмі, значну частку складають як жінки, так і чоловіки, хоча переважають перші. Це означає, що жінки гірше справляються з емоційними проблемами і частіше за чоловіків переживають сімейні конфлікти.

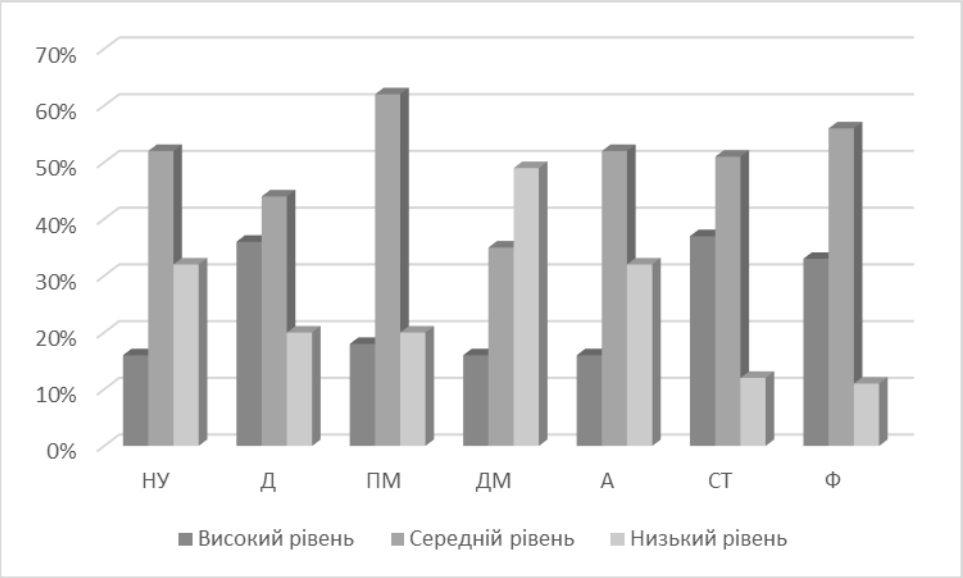


Рис. 2.4. Розподіл результатів дослідження за методикою «Реакція чоловіка та жінки на конфлікт» у жінок

Конфліктне спілкування між партнерами може мати різні причини: образа, заздрість, нерозуміння, боротьба за лідерство та багато інших, а також бути адекватною відповіддю на агресивну поведінку.

Таблиця 2.4.

Середні показники особливостей агресивного реагування чоловіків та жінок за методикою Басса-Даркі

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

Однак такі стосунки можуть бути і результатом особистої агресивності. У даному випадку мова йде про властивість особистості, що виражається в

схильності до агресії, а також схильності сприймати та інтерпретувати поведінку партнера як ворожу.Для зясування цієї обставини ми використали **тест дослідження агресивності «Басса-Даркі».** Проаналізуємо отримані результати (табл.2.4.).

На основі отриманих даних проведено порівняльний аналіз результатів за методикою Баса-Даркі (див.рис.2.5.).

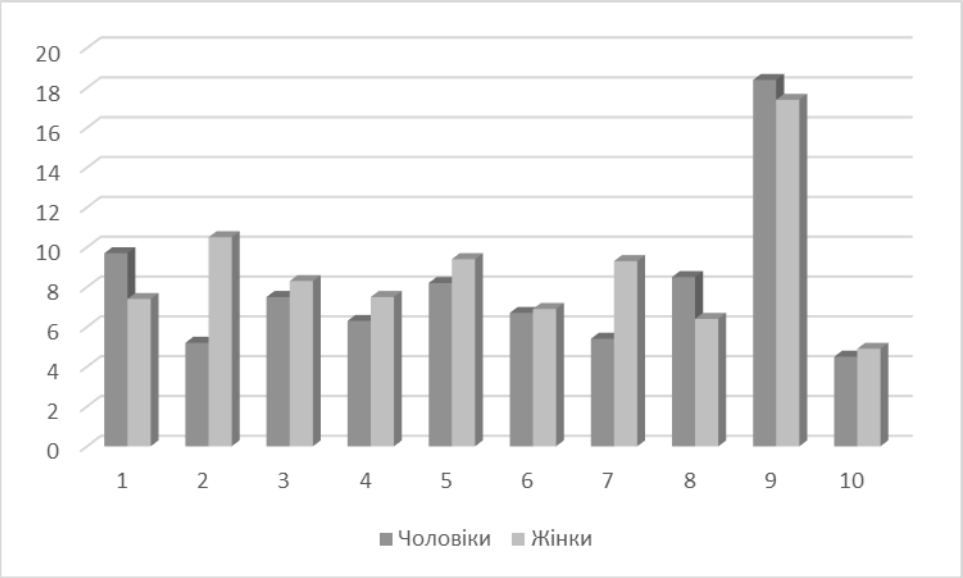


Рис. 2.5. Порівняльний аналіз особливостей агресивного реагування чоловіків та жінок

Для того, щоб порівняти показники чоловіків та жінок, ми використали U-критерій Манна-Уітні. Після підрахунку критерію, ми виявили, що достовірність відмінностей у групі чоловіків вища за такими шкалами як «Фізична агресія» (Uемп≤Uкр0,05) та «Вербальна агресія» (Uемп≤Uкр0,05). Звичайно така тенденція пояснює те, що в сучасному суспільстві будь який чоловік зобов'язаний демонструвати більш високі рівні прямої фізичної та вербальної агресії ніж жінка.

В свою чергу жінки переважають чоловіків за «Непрямою агресією» (Uемп≤Uкр0,01) та «Почутті провини» (Uемп≤Uкр0,05). Така тенденція пояснюється тим, що жінки після прояву агресії стурбовані тим, чим вона

може для них повернутися. Тому проявивши агресію вони швидше реагують на неї з почуттям провини і страху. Так, наприклад, жінки йдуть швидше на примирення ніж чоловіки, вони прагнуть спокутувати провину.

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

Представимо результати дослідження у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5.

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

Тип сім'ї	Абсолютно благополучна сім'я	Благополучна сім'я	Неблагополучна сім'я
Розподілу %	21%	63%	16%

Як видно з таблиці 2.5, в більшості шлюбні партнери задоволені своїм шлюбним союзом. Хоча для 16% сімейних пар знаходяться або в стані кризової ситуації або в стані перед розлученням.

У подружніх пар, які незадоволені своїми стосунками, спостерігається зниження симпатії, неврівноваженість, надмірна критичність, відчуженість, недовіра, недовіра до партнера, прихованість у прояві почуттів, планів, думок. Крім того, слід зазначити, що привабливість допомагають зменшити труднощі і перешкоди в подружньому житті, сприяють адаптації сім'ї, пом'якшують періоди сімейної кризи, трансформують сімейні відносини.

Отже, рівень очікувань впливає на: характер подружніх стосунків у сім'ї, ступінь конфліктності між подружжям, специфіку прояву конфліктів та можливості їх вирішення в різних сферах сімейного життя, що дає підстави стверджувати: що соціально-психологічні очікування є ключовим психологічним фактором виникнення конфлікту в сім'ї.

З метою аналізу результатів особливостей рольової взаємодії подружжя, отриманих за діагностикою методикою **«Рольові очікування й домагання у шлюбі (РОД)»** (О.Волкова, Г.Трапезникова) нами був проведений кореляційний аналіз даних, який дозволив визначити наступні кореляційні зв’язки:

– показники значущості для шлюбних партнерів господарсько-побутової сфери сімейних цінностей (r=0,33, p≤0,05);

– показники значущості для шлюбних партнерів емоційно-терапевтичної сфери сімейних цінностей (r=0,31, p≤0,05);- показники значущості для шлюбних партнерів інтимно-сексуальної сфери сімейних цінностей (r=0,27, p≤0,05);

– показники значущості для шлюбних партнерів сфери зовнішньої привабливості подружжя (r=0,25, p≤0,05).

– показники значущості для шлюбних партнерів сфери особистісної ідентифікації подружжя (r=0,24, p≤0,05);

– показники значущості для шлюбних партнерів батьківсько-виховної сфери сімейних цінностей (r=0,23, p≤0,05);

– показники значущості сфери для шлюбних партнерів соціальної активності подружжя (r=0,22, p≤0,05);

Отримані результати свідчать про те, що у партнерів спостерігається кореляційний зв’язок ступеня значущості для подружжя різних сфер сімейних цінностей і сімейно-рольової взаємодії, що дозволяє голворит про те, що чим вища важливість тієї чи іншої сфери сімейних цінностей і сімейно-рольових взаємодій для одного з подружжя, тим вища важливість цієї ж сфери для іншого, і навпаки, тим менша значимість тієї чи іншої сфери для одного. Чим більше область сімейних цінностей і взаємодія між сім'єю і роллю, тим менше значення ця сфера має для іншого з подружжя.Аналіз взаємозв’язку показників значущості як для чоловіка, так і для дружини

різних сфер сімейних цінностей надає підстави для деяких важливих висновків та припущень.

Інтимно-сексуальна сфера. Показники значущості інтимно-сексуальної сфери сімейних цінностей для дружини пов'язані із показниками значущості для неї господарсько-побутової сфери та сфери зовнішньої привабливості шлюбних партнерів, а також з показниками значущості для чоловіка майже всіх сфер сімейних цінностей (за винятком сфери особистісної ідентифікації із шлюбним партнером). Щодо чоловіка, то результати дослідження свідчать про те, що не спостерігається значущий кореляційний зв'язок між показниками значущості для чоловіка інтимно-сексуальної сфери та показниками значущості як для чоловіка, так і для дружини інших сфер сімейних цінностей. Таким чином, можемо зробити припущення, що в уявленнях дружини інтимно-сексуальна сфера є невід'ємною складовою загальної системи сімейних цінностей, складовою подружнього життя, подружніх стосунків (інтимно-сексуальна сфера міжособистісних стосунків передбачає подружні стосунки). В уявленнях чоловіка інтимно-сексуальна сфера міжособистісної взаємодії набуває певної автономії і не є суворо взаємопов'язаною з іншими сферами повсякденної життєдіяльності сім'ї.

Господарсько-побутова сфера. Показники значущості для чоловіка господарсько-побутової сфери сімейних цінностей не тільки взаємопов'язані з показниками значущості для нього практично всіх інших сфер сімейних цінностей (за винятком інтимно-сексуальної сфери), але й взаємопов'язані з показниками значущості для дружини інтимно-сексуальної, батьківсько-виховної сфери, сфери соціальної активності і сфери зовнішньої привабливості подружжя. Таким чином, можемо зробити припущення, що залученість чоловіка до сфери домашнього господарства обумовлена загальною високою значущістю для чоловіка сімейних цінностей, а також високою значущістю для дружини як традиційних "внутрішніх» сфер сімейних цінностей – інтимно-сексуальної і батьківсько-виховної, так і

“зовнішніх» – сфери соціальної активності і сфери зовнішньої привабливості подружжя. Тобто активність чоловіка в господарсько-побутовій сфері взаємопов’язана з активністю дружини як у межах сімейної системи, у реалізації сімейних ролей, так і в сферах соціальної активності, професійній сфері, сфері соціальних контактів.

Для дружини показники значущості господарсько-побутової сфери взаємопов’язані з показниками значущості для неї практично всіх інших сфер сімейних цінностей (за винятком сфери особистісної ідентифікації шлюбних партнерів), а також зовсім не пов’язана з показниками значущості для чоловіка будь-якої сфери сімейних цінностей. Отримані результати дають підстави для припущення, що для жінки господарсько-побутова сфера сімейних цінностей є невід’ємною складовою успішного функціонування сімейної системи, а господарсько-побутова сімейна роль (роль господині) приймається жінкою апріорі. Адже від ефективного виконання жінкою цієї ролі залежить організація сімейного побуту та задоволення елементарних потреб життєдіяльності всіх членів сім’ї.

Сфера особистісної ідентифікації шлюбних партнерів. Для дружини показники значущості сфери особистісної ідентифікації взаємопов’язані виключно з показниками значущості як для чоловіка, так і для жінки сфери соціальної активності. Для чоловіка показники значущості сфери особистісної ідентифікації взаємопов’язані з показниками значущості для нього сфер соціальної активності, зовнішньої привабливості шлюбних партнерів, господарсько-побутової та емоційно-терапевтичної сфери сімейних цінностей. За результатами дослідження показників значущості для подружжя цієї сфери сімейних цінностей можемо зробити припущення, що для дружини сфера особистісної ідентифікації (спільності інтересів подружжя) має дуже велике значення за умов активної соціальної позиції обох шлюбних партнерів, їх активної професійної діяльності та участі у громадському житті, налагодженні соціальних контактів, підтриманні соціальних зв’язків за межами сімейної системи.

Для чоловіка спільність інтересів шлюбних партнерів має значення як у контексті сфери соціальної активності (адже для чоловіка саме ця сфера традиційно вважається сферою життєвих досягнень), так і в контексті взаєморозуміння й подружньої підтримки (через реалізацію емоційно-терапевтичної функції сім'ї), де спільність інтересів передбачає певну особистісну інтимність подружжя.

Цікавим убачається взаємозв'язок показників значущості для чоловіка сфер особистісної ідентифікації та господарсько-побутової. Можемо припустити, що для чоловіка господарсько-побутова сфера передбачає не просто виконання дрібних повсякденнних хатніх справ (як частіше буває при виконанні жіночих сімейних ролей), але реалізацію так би мовити "великих господарських проектів» (виконання ремонтних робіт, будівництво тощо), що передбачає обов'язкове попереднє узгодження й домовленість з іншими членами сім'ї, зокрема з дружиною.

Батьківсько-виховна сфера. Показники значущості як для чоловіка, так і для дружини батьківсько-виховної сфери сімейних цінностей пов'язані з показниками значущості для подружжя господарсько-побутової, емоційно-терапевтчної сфер, а також сфер соціальної активності й зовнішньої привабливості подружжя. На основі представлених результатів можемо зробити припущення, що батьківсько-виховна сфера, як одна з провідних, сенсоутворюючих сфер сімейного життя, тісно взаємопов'язана як з внутрішньосімейною, так з зовнішньосімейною активністю подружжя. Можемо припустити, що висока значущість батьківсько-виховної сфери сімейних цінностей (як виключно сімейної сфери) є показником значущості для подружжя сімейних цінностей у цілому, а тому й інтегрує в собі інші сімейні цінності.

Важливим також є той факт, що для чоловіка показники значущості батьківсько-виховної сфери пов'язані з показниками значущості для дружини інтимно-сексуальної сфери. Для жінки показники значущості батьківсько-виховної сфери сімейних цінностей пов'язані з показниками значущості для

чоловіка господарсько-побутової сфери. На цих підставах виникає припущення, що успішна реалізація чоловіком батьківсько-виховної функції, її висока пріоритетність, пов'язана з високою значущістю для жінки сфери інтимно-сексуальних стосунків (яка, до речі, є однією з пріоритетних для чоловіка). Для дружини зоною її відповідальності, як і раніше, залишається господарсько-побутова сфера, а тому активність чоловіка в цій сфері, його оцінка цієї сфери як пріоритетної, безпосередньо пов'язана з активністю та успішністю жінки в реалізації материнської функції. Навіть у часовому контексті участь чоловіка у веденні домашнього господарства сім'ї певним чином звільняє час для реалізації дружиною батьківсько-виховної функції.

Сфера соціальної активності. Показники значущості для дружини сфери соціальної активності взаємопов'язані з показниками значущості практично всіх інших сфер сімейних цінностей (за винятком сфери особистісної ідентифікації шлюбних партнерів), а також з показниками значущості для чоловіка господарсько-побутової і емоційно-терапевтичної сфер. На основі отриманих результатів можемо зробити припущення, що висока активність жінки в соціальній сфері стає можливою за умов високої активності чоловіка в господарсько-побутовій сфері, а також за умов високої значущості для чоловіка емоційно-терапевтичної сфери сімейних цінностей і, як наслідок, здатності зрозуміти, надати емоційної підтримки, виявити співчуття тощо. Адже активність і тим більше успішність жінки в соціальній сфері дуже часто не виключає її обов'язкової активності у сфері організації сімейної життєдіяльності, а тому дуже часто веде до фізичного й емоційного перевантаження жінки.

Показники значущості для чоловіка сфери соціальної активності пов'язані з показниками значущості для нього сфер особистісної ідентифікації та зовнішньої привабливості шлюбних партнерів, а також емоційно-терапевтичної і батьківсько-виховної сфер. Крім того, показники значущості для чоловіка сфери соціальної активності пов'язані з показниками значущості для дружини інтимно-сексуальної сфери та сфери

особистісної ідентифікації шлюбних партнерів. На підставі отриманих результатів можемо зробити припущення, що активність і тим більше успішність чоловіка в професійній сфері та сфері громадського життя пов'язана з прийняттям, підтримкою і розумінням чоловіка як особистості у власному сімейному колі. Крім того, є ще певна кількість внутрішньосімейних факторів, що стимулюють соціальну активність чоловіка: наявність того, про кого необхідно піклуватися й заради кого чоловік здатен на "героїчний вчинок» на професійній ниві; свідоме батьківство; гармонійність подружніх стосунків, подружнього спілкування, зокрема інтимно-сексуальних стосунків подружжя.

Емоційно-терапевтична сфера. Показники значущості для чоловіка емоційно-терапевтичної сфери сімейних цінностей пов'язані з показниками значущості для нього практично всіх інших сфер сімейних цінностей (за винятком інтимно-сексуальної сфери), а також з показниками значущості для дружини інтимно-сексуальної сфери та сфери соціальної активності. Показники значущості для дружини емоційно-терапевтичної сфери пов'язані з показниками значущості господарсько-побутової, батьківсько-виховної сфер, сфер соціальної активності й зовнішньої привабливості шлюбних партнерів, а також абсолютно не пов'язані з показниками значущості для чоловіка будь-якої іншої сфери сімейних цінностей.

На підставі отриманих результатів можемо зробити припущення, що у дружини реалізація емоційно-терапевтичної функції гармонійно поєднується з виконанням інших традиційно жіночих сімейних ролей. Адже традиційно вважається, що за емоційну атмосферу сім'ї, гармонійність і емоційну привабливість подружніх стосунків несе відповідальність саме жінка. Можемо припустити, що задоволеність жінки власною активністю у виконанні цієї сімейної ролі, а також задоволеність кінцевим результатом, тобто емоційною атмосферою власної сім'ї, є вагомою складовою загальної задоволеності шлюбом дружини.

Щодо чоловіка, то саме в емоційно-терапевтичній сфері він відчуває потребу швидше спертися на “надійне й розуміюче плече», ніж його підставити. Тому цілком зрозумілим стає той факт, що для чоловіка показники значущості в емоційно-терапевтичній сфері пов’язані з показниками значущості для дружини інтимно-сексуальної сфери і сфери соціальної активності. Адже в цих двох сферах (особливо з віком) сильний чоловік потребує підтримки, розуміння та емоційного прийняття, а за деяких умов – і дозволу всупереч усім стереотипам бути слабким і таким, що потребує допомоги.

Сфера зовнішньої привабливості подружжя. Показники значущості для чоловіка сфери зовнішньої привабливості пов’язані з показниками значущості для нього всіх інших сфер сімейних цінностей (за винятком інтимно-сексуальної сфери), а також з показниками значущості для дружини сфери інтимно-сексуальних стосунків. Показники значущості для дружини сфери зовнішньої привабливості шлюбних пратнерів також пов’язані з показниками значущості для неї всіх інших сфер сімейних цінностей (за винятком сфери особистісної ідентифікації), а також з показниками значущості для чоловіка господарсько-побутової і емоційно-терапевтичної сфер.

На підставі отриманих результатів можемо зробити припущення, що бажання бути зовнішньо привабливим, прагення приділяти увагу власній зовнішності в чоловіка пов’язане з пріоритетністю для дружини сфери інтимно-сексуальних стосунків. Бажання бути привабливою хоч традиційно і приписується жінці, так би мовити, за визначенням, але в нашому випадку прагнення до власної зовнішньої привабливості у дружини може бути пов’язане з активністю чоловіка в господарсько-побутовій сфері (тобто з тим, наскільки чоловік допомагає дружині у традиційно жіночій сфері сімейної активності), а також з успішністю чоловіка в реалізації емоційно-терапевтичної сфери (тобто, здатності чоловіка бути уважним, розуміючим і емоційно відкритим). Таким чином, бажання подобатися жінці в чоловіка

може стимулюватися гармонійністю сексуальних стосунків у подружній парі; бажання дружини бути зовнішньо привабливою для власного чоловіка може стимулюватися реалізацією чоловіком “таємних жіночих бажань», а саме вмінням і бажанням чоловіка бути успішним домашнім господарем та співчутливим та уважним товаришем у подружньому спілкуванні...

Загальні висновки дослідження значущості для подружжя різних сфер сімейних цінностей багато в чому збігаються з існуючими у суспільстві традиційними гендерними стереотипами: висока значущість для чоловіка практично всіх сфер сімейних цінностей, які відносяться як до внутрішньосімейної підсистеми (господарсько-побутова, батьківсько-виховна та емоційно-терапевтична сфери), так і до зовнішньосімейної (сфера соціальної активності) неодмінно взаємопов’язані з високою значущістю для дружини інтимно-сексуальної сфери подружніх стосунків. Щодо жінки, то для неї високі показники значущості майже в усіх сферах сімейних цінностей перш за все пов’язані з високими показниками значущості для чоловіка господарсько-побутової сфери сімейної життєдіяльності.

У випадку значущості для чоловіка інтимно-сексуальної сфери сімейних цінностей і значущості для дружини господарсько-побутової сфери, мабуть, можливо говорити про так звану гендерну пріоритентість сфер сімейних цінностей. Але на підставі отриманих результатів дослідження значущості для подружжя різних фер сімейних цінностей вважається за доцільне зробити припущення не про окрему пріоритетність сфер сімейних цінностей, а, точніше, про пріоритетність для особистості системи сімейних цінностей у цілому і, як наслідок, загальну спрямованість на сім’ю як особливу форму сумісної життєдіяльності та специфічні міжособистісні стосунки, що за умов сімейної системи виникають і розвиваються між чоловіком і жінкою.

Отже, хоч ступінь значущості тієї чи іншої сфери сімейних цінностей для кожного із шлюбних партнерів і має варіативність, зумовлену особистісною своєрідністю й індивідуальними особистісними потребами

чоловіка і дружини, з самого початку утворення сім'ї починається формування її ціннісно-орієнтаційної єдності. І, аналізуючи ефективність функціонування сімейної системи, слід брати до уваги не тільки прийняття та узгодження системи значущості сімейних цінностей подружжя, а насамперед узгодженість пріоритетів сімейних цінностей кожного із шлюбних партнерів. Але, при аналізі причин агресивних проявів у поведінці шлюбних партнерів слід брати до уваги саме узгодженість індивідуальних пріоритетів сімейних цінностей, і, як наслідок, рольових очікувань і домагань шлюбних партнерів, бо саме вони додають свій суттєвий внесок у суб'єктивну задоволеність шлюбом подружжя та сприяють самокорекції агресивних та конфліктних тенденцій.

Для того щоб зясувати чиники виникнення агресивних проявів у подружніх взаєминах ми провели кореляційний аналіз досліджуваних факторів.

За показниками оцінки шлюбними партнерами рівня агресивності у сферах сімейного спілкування й культури спілкування подружжя значущі кореляційні зв'язки отримано:

- між показниками оцінки подружжям рівня агресивності у сфері культури спілкування ($r=0,25$, $p\leq0,05$);
- між задоволеністю шлюбом у чоловіка й оцінкою чоловіком рівня агресивності у сфері спілкування ($r= -0,33$, $p\leq0,05$);
- між задоволеністю шлюбом у дружини й оцінкою чоловіком рівня агресивності у сфері спілкування ($r= -0,33$, $p\leq0,05$);
- між задоволеністю шлюбом у дружини й оцінкою дружиною рівня конфліктності у сфері спілкування ($r= -0,23$, $p\leq0,05$);
- між задоволеністю шлюбом у чоловіка й оцінкою чоловіком ($r=-0,32$, $p\leq0,05$) і дружиною ($r= -0,25$, $p\leq0,05$) рівня агресивності у сфері культури спілкування;

- між задоволеністю шлюбом у дружини й оцінкою чоловіком (r=-0,23, p≤0,05) і дружиною (r=-0,34, p≤0,05) рівня агресивності у сфері культури спілкування.

Отримані результати дослідження свідчать про те, що показники задоволеності шлюбом подружжя й оцінка шлюбними партнерами рівня агресивності у сфері сімейного спілкування й культури спілкування подружжя корелюють між собою. Зокрема, висока задоволеність шлюбом збігається з оцінкою шлюбним партнером сфери спілкування й культури спілкування як безконфліктної, і навпаки, низька задоволеність шлюбом збігається з високим рівнем агресивності у сферах сімейного спілкування й культури спілкування подружжя. Стосовно культури спілкування існує і перехресний зв'язок: висока задоволеність шлюбом одного зі шлюбних партнерів пов'язана з оцінкою іншим шлюбним партнером сфери культури спілкування подружжя як безконфліктної, якщо ж один із членів подружжя виявляє незадоволеність шлюбом, інший оцінює сферу культури сімейного спілкування як конфліктогенну.

За показниками задоволеності шлюбом подружжя було отримано значущі коефіцієнти кореляції між задоволеністю шлюбом чоловіка і дружини. Отримані дані підтверджують результати низки досліджень про те, що задоволеність шлюбом подружжя корелює між собою: більшій задоволеності шлюбом чоловіка відповідає більша задоволеність шлюбом дружини, і навпаки, за низької задоволеності шлюбом одного шлюбного партнера інший також не задоволений шлюбом.

Висновки до розділу 2

За результатами констатувального експерименту нами було встановлено, що ступінь нереалізованих очікувань як чоловіків, так і жінок конфліктних сімей вища від ступеня нереалізованих очікувань чоловіків та жінок неконфліктних сімей.

Реакція у конфлікті чоловіка виражається дефензивними механізмами, тобто здатністю раціоналізувати, ізолювати поступаючи інформацію. Чоловіки у конфлікті прагнуть уникнення або навпаки проявляють агресивність. Жінки, на відміну від чоловіків більш схильні до депресивних переживань. Такі результати говорять про більшу чуттєвість жінок до будь якого стрес-фактору, відчуття емоційного виснаження в процесі конфлікту а також розвиток почуття провини. Жінки також схильні до соматизації тривоги, яка проявляється в турботі про власне здоров'я, схильність до фіксації на психотравмі. Жінки гірше справляються з емоційними проблемами, сильніше за чоловіків переживають сімейні конфлікти.

Щодо агресивності, чоловікам властива більшою мірою «Фізична агресія» та «Вербальна агресія», оскільки вони прагнуть самоствердитись і часто їх агресія може бути спрямована на професійне зростання та ін.. В свою чергу, жінки переважають чоловіків за показником «Непряма агресія» та «Почуття провини». Жінки більше, ніж чоловіки дозволяють собі дружні розмови, які часто можуть перерости в плітки, тощо. Агресія жінок може виражатися у формі почуття провини і страху. Так, наприклад, жінки йдуть швидше на примирення, ніж чоловіки, вони швидше прагнуть спокутувати провину.

Ми встановили, що жінки більш толерантні в порівнянні з чоловіками та більш здатні приймати партнера таким, яким він є. Можна стверджувати, що в цілому жінки показали більш високий рівень толерантності, ніж їх чоловіки. Аналізуючи фактори толерантності, ми бачимо, що жінки не толерантні до зовнішніх проявів партнера (зовнішній вигляд, неприйняття індивідуальності), а чоловіки до внутрішніх якостей (невміння прощати іншому помилки, незручність, ненавмисне заподіяної неприємностей т.д.).

В основному шлюбні партнери задоволені своїм шлюбним союзом. Хоча незнача частина сімейних пар знаходяться або в стані кризової ситуації або в стані перед розлученням.

За показниками значущості сімейних цінностей подружжя отримані значущі коефіцієнти кореляції за всіма сферами сімейних цінностей.

Отримані результати дослідження свідчать про те, що показники задоволеності шлюбом подружжя й оцінка шлюбними партнерами рівня агресивності у сфері сімейного спілкування й культури спілкування подружжя корелюють між собою. За показниками задоволеності шлюбом подружжя було отримано значущі коефіцієнти кореляції між задоволеністю шлюбом чоловіка і дружини.

Отже, нами було доведено, що ступінь конфліктності між подружжям пов’язана з рівнем очікувань і впливає на характер подружніх відносин в сім’ї.

РОЗДІЛ 3. ШЛЯХИ ТА ЗАСОБИ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ СІМЕЙНИХ КОНФЛІКТІВ

3.1. Опис корекційної програми

З метою корекції психологічних очікувань, стереотипів та установок шлюбних партнерів, ми проводили тренінг сімейних відносин у якому прийняли участь 8 пар, які увійшли в експериментальну групу. Для контрольної групи нами були відібрані 10 сімейних пар, що не брали участь у психотерапевтичній роботі.

Експериментальна група формувалася на основі добровільного прийняття участі в експериментів та не передбачала відбору сімейних пар за певними ознаками.

Отже, тренінгові програма була розрахована на 16 сесійних занять які проводились 2 рази на тиждень.,

Основу нашої корекційно-розвивальної програми складають активні методи групової роботи, які у поєднанні зі специфічною формою корекції проявів агресивності та конфліктів у міжособистісному спілкуванні партнерів шляхом формування позитивних рольових очикувань, служать для формування рольової компетентності особистості (табл. 3.1).

1.Мотиваційний етап.

Перша стадія була спрямована на забезпечення позитивної мотивації до участі в розвивальній програмі через ознайомлення з її метою та змістом. Для досягнення позитивних результатів, на першому занятті ми взяли за мету ознайомити учасників розвивальної програми з найбільш поширеними мотивами.

Учасникам був запропонований перелік різноманітних мотивів. Їх завданням було оцінити представлені мотиви у відповідності з тим, наскільки вони є значущими для особистості. Серед перелічених мотивів були подані група мотивів саморозвитку та група мотивів подолання негативних емоцій.

Таблиця 3.1

Зміст та завдання програми психологічної корекції агресивного спілкування в мім'ї

Мета	*Завдання*
Мотиваційний етап	
Забезпечення позитивної мотивації до участі в програмі	*Перша стадія.* Завдання полягає в тому, щоб створити позитивну мотивацію до участі в програмі розвитку шляхом ознайомлення з її метою та змістом. *Друга стадія*. Завдання полягає в тому, щоб створити позитивну мотивацію до участі в програмі шляхом ознайомлення керівника програми з мотивом, що призвів до її створення та реалізації..
Особистісний етап етап	
Корекція особистісних властивостей, які ускладнюють процес безконфліктного спілкування	*Перша стадія.*Завдання – розвиток ціннісно-смислової сфери особистості. *Друга стадія.* Завдання – корекція агресивного реагування на конфлікті ситуації. *Третя стадія*. Завдання – корекція атрибутивного стилю особистості.
Рольовий етап	
Розвиток рольової компетентності особистості	*Перша стадія.* Розвиток психологічних властивостей та здатностей для реалізації сімейних ролей особистості *Друга стадія.*. Розвиток психологічних властивостей та здатностей для реалізації професійних ролей особистості *Третя стадія.*. Розвиток психологічних якостей, необхідних для реалізації соціальних ролей особистості
Рефлексивний етап	
Розвиток рефлективності особистості	*Перша стадія.*Розвиток рефлексивностіо собистості. *Друга стадія.*Рефлексія колекційного впливу програми психологічної корекції

За результатами ранжування були виділені наступні мотиви:

– мотив прагнення до самовдосконалення;

– професійне відновленнята розвиток відповідно до сучасних вимог професії;

– бажання краще розуміти членів родини;

– вирішити сімейні конфлікти та труднощі у спілкуванні з членами родини;

– бажання усвідомити нові сімейні ролі;

– прагнення отримати новий смисл життя;

– бажання повернути інтерес до життя;

– створити або відновити стосунки з партнером;

– увійти у новий період життя;

– підтримати фізичне та психологічне здоров'я.

Наступним кроком першого етапу розвивальної програми було обговорення причин, з яких обрані мотиви є вагомими для задоволення актуальних потреб представників колекційної групи.

Учасники програми запропонували наступні запитання: якими засобами необхідно задовольняти перелічені мотиви; як необхідно розуміти роль мотивації у процесі життєтворчості особистості? За результатами колективного обговорення поставлених питань, учасники програми прийшли до наступних висновків:

- провідними прагненнями та бажаннями для особистості є ті, які пов'язані із здатністю реалізувати нові сімейні, соціальні та професійні ролі;

- зміст прагнень та бажань людини і міра їх задоволення, з одного боку, є критерієм психологічного благополуччя, а з іншого – забезпечує свободу від цілісно-смислового конфлікту у житті особистості.

Після визначення основних мотивів, наступним кроком програми було визначення зв'язків між задоволенням провідних мотивів особистості та участю у корекційно-розвивальній програмі.

Третє заняттярозвивальної програми було спрямоване на ознайомлення зі змістом та метою корекційно-розвивальної програми. Оскільки попередні заняття були присвячені знайомству учасників, залучення їх до розвивального процесу, на даному занятті увага зверталася на те, з якою метою була зібрана група, а також були озвучені результати попередніх

зустрічей – це виявлення зв'язку між рольовими очикуваннями та конфліктами у місейних відеосинах.

Наступне заняття було присвячене аналізу змісту назви корекційно-розвивальної програми. Воно проходило наступним чином: учасникам було запропоновано у процесі колективного обговорення самостійно назвати негативні складові та наслідки агресивного спілкування та конфлікту в сім'ях. Учасники мали назвати, якими, на їх думку, є основні проблеми даних конфліктів, які обставини життя має враховувати психолог-керівник групи у проведенні корекційно-розвивальних заходів.

Відмітимо, що протягом заняття реалізувалось знайомство зі змістом основних етапів корекційно-розвивальної програми. Ознайомлення з першим етапом мало ретроспективний характер, оскільки учасники вже пройшли його.

Для ознайомлення з особливостями подальшого напрямку роботи програми, учасникам повідомлявся зміст наступних етапів: другого етапу (особистісного), який є перспективним для подолання особистісних особливостей, що зумовлюють прояв агресивності та конфліктності під час спілкування; третього (рольового), який дає можливість досягнути високого рівня рольової компетентності особистості, подолати рольові конфлікти життя.

*Друга стадія*розвивальної програми була спрямована на формування зацікавленості учасників в експерименті, який був запропонований керівником корекційно-розвивальної програми, визначення ставлення учасників до керівника.

Ця стадія характеризується тим, що керівник розвивальної програми має повідомити учасникам своє ставлення до психології та до проблеми, яку він намагається вирішити у житті учасників. Необхідність надання такої інформації пов'язана з тим, що керівник насправді є зацікавленим науковцем, дослідником в сфері психології, досвідченим практичним психологом та авторитетом для групи.

Крім того, керівник має озвучити своє ставлення до процесу проблематики агресивного спілкування в сімйї. Причиною необхідності надання цієї інформації є позиція керівника як спеціаліста з психології, викладача психології, науковця, дослідника, психотерапевта і тренера. Слід зауважити, що через невербальні засоби керівник має демонструвати зацікавленість процесом, ентузіазм, інтерес і небайдужість до учасників корекційно-розвивальної програми.

На завершення третьої стадії за допомогою опитувальника керівником був перевірений характер та зміст ставлення учасників до керівника програми. Для перевірки був використаний опитувальник, де учасники програми мали оцінити особистість керівника програми за наступними параметрами:

- компетентність керівника, його професійну майстерність;
- емоційність керівника, вміння проявляти чуйність і доброту, увагу і людяність;
- вміння взаємодіяти з учасниками програми.

Цей вид роботи необхідно проводити саме на початку корекційно-розвивальної програми, оскільки подальша робота з групою має проходити в умовах повного взаєморозуміння групи з керівником. У випадку індивідуальних проявів негативного ставлення до керівника, це обговорюється, в залежності від ситуації колективно чи індивідуально.

2. Особистісний етап.

Особистісний етап був спрямований на корекцію особистісних особливостей, які обумовлюють агресивність спілкування в сім'ї.

На особистісному етапі були використані групи вправ, розподілені відносно їх змістовного навантаження.

Перша група занять даної стадії була присвячена розвитку ціннісно-смислової сфери особистості і подана через:

1) серію вправна формування здатності до розуміння власних емоційних ставлень до цінностей життя (розпізнавати, оцінювати, визначати

свої емоції стосовно екзистенціальних, сімейних, професійних та соціально-значущих цінностей життя);

2) серію психогімнастичних методик, спрямованих на розвиток самоконтролю і саморегуляції емоцій (здатність стримувати емоції, виявляти їх відповідно до ситуації, контролювати і регулювати їх прояв, зберігати спокій у складних сімейних та професійних ситуаціях);

3) серію вправ на розвиток позитивного ставлення до цінностей здоров'я, активного та продуктивного життя, сімейних та професійних цінностей;

4) серію занять на формування духовних цінностей (цінностей життя, позитивного емоційного ставлення до свого місця та призначення у житті).

Друга група занять була присвячена корекції агресивного та конфліктного спілкування шляхом використання завдань, спрямованих на формування позитивного ставлення партнерів, емоційного компоненту переживання конфлікту в родині.

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

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

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

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

- присутність членів родини;

- легко пересуваються меблі (наприклад, стільці);

- наявність предметів, що можуть позначати відсутніх членів родини;

- досить просторе приміщення, що дозволяє парам створити скульптуру, що найбільше адекватно відображає їх внутрісімейну ситуацію.

Етапи проведення техніки.

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

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

Якщо член родини, що приступив до створення скульптури, відчуває труднощі, терапевт може допомогти йому, використовуючи навідні запитання. «Ліплення» продовжується доти, поки скульптор не буде задоволений результатом. Важливо, щоб інші члени родини дозволили йому

вільно звертатися із собою як з «матеріалом», зважаючи нате, що їм також потрібно буде виступати в ролі скульптора. У результаті кожен член родини повинний виліпити свою скульптуру «сімейної реальності», що відображає емоційну ситуацію в родині на даний момент.

2. Етап обговорення скульптури. Після завершення скульптури наступає наступна фаза роботи - обговорення отриманих результатів, що припускає одержання відповідей на наступні питання терапевта: скульпторові: «Придумайте назву вашій роботі»; кожному членові родини: «Як Ви почуваєте себе на цьому місці серед Ваших родичів?». З огляду на особливості всіх створених скульптур, на даному етапі можна більш-менш адекватно оцінити ступінь емоційної близькості (згуртованості) між членами родини, що представлена тут як дистанція між фігурами скульптури, визначити наявність між поколінями коаліцій і альянсів між членами родини, виявити аутсайдерів сімейної системи, основні конфлікти.

«Солом'яна вежа». Метою даної вправи є спостереження «тут і тепер» за взаємодією членів родини; встановлення ієрархії, лідерства, коаліцій у родині; виявлення ізольованих членів родини; вивчення характеру взаємної підтримки, уміння домовлятися й інших динамічних властивостей сімейної системи. *Необхідні матеріали*: соломка для коктейлів, скотч. У нашій практиці добре зарекомендував себе набір зі скотча й аркушів папера формату А3 (або газет), що можуть бути згорнуті в трубочки або використовуватися іншим способом, що придумує родина. Можуть бути запропоновані й інші матеріали, наприклад, лозини розламаного віника, порожні коробки й ін.*Процедура проведення*

Клієнтів просять узяти необхідні матеріали і разом побудувати вежу (або будинок). *Інструкція:* «Вам необхідно з цих соломин (газет, прутиків, аркушів папера) побудувати вежу (будинок). При побудові вежі (будинку) спробуйте спільно досягти визначених цілей. Ваша вежа (будинок) повинна бути оригінальною за формою, красивою, добре сконструйованою. Вона повинна стояти без підтримки і бути досить міцною і довговічною, щоб її

можна було переносити з місця на місце. Вам потрібно впоратися за 10-15 хвилин». Далі дається рекомендація: перші 5 хвилин будувати вежу, не говорячи один одному ні слова. Ця вимога може збільшити фрустрацію і дозволити обійти деякі бар'єри, виявити різні рівні взаємодії в родині.

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

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

Прикладом парадоксальної інтервенції може служити дозвіл керувати конструюванням або будівництвом вежі ізольованому членові родини, ідентифікованому пацієнтові або маленькій дитині. Після того як вежа побудована, психолог обговорює з подружжям, що відбувалося під час будівництва. При цьому аналізується роль кожного в спільній діяльності і поведінка кожного члена родини в рамках поставленої задачі. Потім можна попросити членів родини заново побудувати вежу, використовуючи результати проведеного обговорення. У деяких випадках можна навчити членів родини методикам спільної роботи і способам надання взаємодопомоги.

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

інструмент терапевтичних інтервенцій, що дозволяє змінити існуючу рівновагу.

Вправа «Сімейний ритуал» дозволяє здійснити структурну перебудову сім'ї шляхом зміни правил її існування і порушення стійких способів взаємодії її членів (визначення внутрісімейних границь, збільшення незалежності членів родини, коректування спілкування, ослаблення коаліцій, посилення альянсів в одному поколінні).

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

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

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

Для того щоб підібрати підходящий для родини ритуал, психологові варто виявити міфи, що підтримують її існування і необхідні для її

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

Алгоритм застосування техніки «Сімейний ритуал».

1. Аналіз сімейної історії, виявлення особливостей функціонування даної родини і створення для неї ритуалу.

2. Одержання від членів родини твердого переконання в тім, що вони будуть додержуватися того розпорядження, що їм збирається дати психолог.

3. Детальне пояснення розпорядження (воно може бути представлено кожному члену родини в письмовому виглядіі).

«Конструктивна суперечка» спрямована на відновлення каналів комунікації і дозвіл подружніх конфліктів. Техніка надає подружжю можливість відкрито і нетравматично один з одним обмінюватися інформацією про наявні труднощів у взаєминах, усвідомлювати ті почуттях, що нехтуються, бажання і протиріччя у виконанні сімейних функцій.

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

виховання дітей, ревнощів, розподілу обов'язків у родині, домінування-підпорядкування й ін.

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

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

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

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

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

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

Коли закінчується конструктивна суперечка за визначеними критеріями і позиціям оцінюються її стиль і результати. Г. Р. Бах і П. Уіден оцінювали стиль суперечки за 9 критеріями, а результати - за 12 позиціями.

С. Кратохвіл скоротив число позицій оцінки стилю і результату суперечки до 4 за кожним параметром.

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

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

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

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

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

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

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

- У суперечці необхідно користуватися описовою безоцінною мовою

Рекомендації з використання: техніка «Конструктивна суперечка» може застосовуватися при роботі з подружніми парами, що характеризуються високим рівнем конфліктності, агресивності, невмінням

домовлятися і конструктивно поводитися з агресією, що може виникати стосовно партнера.

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

Використані вправи **«Подружня конференція» і «Сімейна рада»**дозволяють членам родини вільно спілкуватися між собою; навчання конструктивним способам взаємодії; пошук нових ресурсів для поліпшення функціонування родини.

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

Алгоритм проведення техніки «Сімейна рада»

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

1. Родина збирається в домовлений час, зручний для всіх членів родини,

і в домовленому місці як мінімум один раз у тиждень.

2. Рада припускає участь усіх членів родини, однак присутність на ній є добровільною. Разом з тим той, хто не брав участь у сімейній раді, повинен погодитися з умовою приймати і погоджуватися з тими рішеннями, що

будуть на ньому прийняті. Найбільше доцільно, щоб усі члени родини були присутні на зустрічі.

3. Усі члени родини повинні суворо додержуватися рішень, прийнятих на раді. Якщо ж вони кимось чином порушуються, то такий інцидент повинен обговорюватися на наступних зустрічах.

4. Кожен член родини (як батьки, так і діти) мають право запропонувати

питання для обговорення.

5. Список питань може включати усе, що має відношення до сімейного функціонування.

6. На сімейній раді забороняється обговорювати особистості і їхню поведінку.

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

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

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

Достатньо цікавою у використання виявилась вправа **«Сімейні фотографії»,** яка спрямована на вивчення структури родини, ролей,

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

Процедура проведення. Психолог просить кожного члена родини принести на наступну зустріч визначену кількість сімейних фотографій, що несуть значиму інформацію про взаємини в родині. Кількість фотографій, що може принести кожен член родини, обмежений. Як показує наш досвід, для родини з 3-4 чоловік оптимальна кількість фотографій на одну людину не повинна перевищувати 5-7 штук. З приводу добору фотографій інструкція не дається. Якщо необхідно обговорити взаємини в розширеній родині, кількість фотографій може бути збільшено.

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

- пред'являються обрані фотографії;

- пояснюються, чому саме ці знімки були обрані;

- виявляється, яке значення ці фотографії мають для даного члена родини і які почуття викликають.

Психолог звертає увагу на наступні параметри:

- порядок пред'явлення фотографій: яка фотографія є першою, яка останньою;

- характер пред'явлення фотографій: швидкість показу, ступінь інтересу;

- зміст кожної фотографії: хто на ній зображений; дистанція між членами родини; присутність - відсутність тих або інших родичів на знімку.

Терапевт може задавати ряд уточнюючих питань, наприклад: «Хто ця людина?»; «Ким вам приходиться цей чоловік?»; «У якому році відбувалися зображені на знімку події?»; «Чи пам’ятаєте ви, що відбувалося під час

зйомки?»; «Який настрій у людей на знімку?»; «Які почуття викликало у вас перебування в колі родини в цей день?»; «Хто робив цей знімок?»; «Що відбувалося після того, як був зроблений цей знімок?»; «Розкажіть, будь ласка, про це місце»; «Чому люди одягнені саме так, а не інакше?»;

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

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

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

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

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

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

сексуальними проблемами метафорою може служити спільний прийом їжі. Родині з постійними конфліктами можна запропонувати обговорити ведення переговорів між двома ворогуючими сторонами.

При використанні даної техніки психологові необхідно протягом деякого часу вибудовувати діалог з родиною, залишаючись у рамках запропонованої метафори. Для цього задаються уточнюючі питання і питання, що проясняють ситуацію.

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

Використана нами вправа **«Завершення пропозицій»** сприяє зміні погляду членів родини на сімейні обставини, що призводять до появи негативних переживань; усвідомлення ними власних проблем і зв'язаних з ними почуттів; визначення очікувань і домагань у ставленні один до одного.

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

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

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

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

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

Третя група занять була присвячена формуванню оптимістичного атрибутивного стилю.

Формування оптимістичного атрибутивного стилю як інтегральної психологічної характеристики особистості передбачає розвиток здібностей до різних атрибутивних здібностей, що обумовлюють розвиток оптимізму як психічної властивості особистості. Зазначена група занять подана через:

1) серію вправ, спрямованих на розвиток здатності до оптимістичного прогнозу подій життя;

2) серію вправ, спрямованих на розвиток здатності до сприйняття успіху як тотального та постійного явища життя;

3) серію вправ, спрямованих на розвиток здатності до контролю власних успіхів та невдач у житті.

Атрибутивний стиль або стиль пояснення – це когнітивна особистісна характеристика, що відображає специфічний спосіб, яким індивід пояснює причини подій, в які залучений. Виділяють два типи атрибутивного стилю: песимістичний і оптимістичний. Перший тип стилю розуміється як стиль, при якому несприятливі події пояснюються внутрішніми, постійними і загальними характеристиками. А позитивні – зовнішніми, тимчасовими, що відносяться до конкретної сфери причин. Людині властиво думати, що вона не в силах керувати негативними подіями, які відбуваються з нею. Даний стиль не розглядається як конструктивний, оскільки не веде до вирішення проблеми, а спрямований на пошук винного. Успіх розглядається як випадковий, тимчасовий і неконтрольований.

3. Рольовий етап. Метою рольового етапу було формування адаптивної рольової компетентності особистості, яка передбачає високу здатність до рольової варіативності та гнучкості та помірну вираженість рольової глибини, свободу від рольового конфлікту.

Метою *першої стадії* був розвиток психологічних якостей для реалізації сімейних ролей, зокрема, комунікативних здібностей, толерантності, емпатії, навичок взаємодії. На цій стадії учасники визначили перелік своїх основних сімейних ролей, а також нових сімейних ролей, якими вони ще не в повній мірі оволоділи. На цій стадії розігрували ситуативно-рольові ігри, в яких учасники мали відігрувати ці ролі. Окрім рольових ігор та вправ, стадія передбачала реалізацію вправ, спрямованих на розвиток комунікативних здібностей.

Метою *другої* стадії було формування психологічних здатностей, що забезпечують відігрування та узгодження професійних ролей. На цій стадії досліджувани були ознайомлені з сутністю тренінга як активного методу з формування навичок та умінь, активного навчання, метою якого є передача певних знань, методу створення умов для саморозкриття та самостійного пошука клієнтом способів вирішення психологічних проблем, видами тренінгової роботи, оволодіння навичками використання методів тренінга: кейс-методу, ділових та рольових ігор, вправ-льодоколів, методу фасилітації та відео-аналізу.

Третя стадія була спрямована на розвиток психологічних якостей, необхідних для реалізації соціальних ролей. Заняття даної стадії включали:

1) серію бесід про розвиток поінформованості про соціальні ролі особистості та їх функції;

2) серію вправ, спрямованих на здатність розпізнати життєві ситуації, в яких реалізуються ті чи інші соціальні ролі.

Учасникам пропонували різні вправи, які виділялися типовими ознаками певних соціальних ролей.

4. Рефлексивний етап. Метою рефлексивного етапу було формування рефлексивності особистості та рефлексія участі у корекційно-розивальній програмі. Заняття даного етапу включали:

1) серію вправ, спрямованих на розвиток рефлексивності особистості;

2) серію вправ, спрямованих на рефлексію корекційного впливу програми корекції агресивного спілкування в сім'ї.

З метою ефективної роботи нами був використаний комплекс тренінгових занять, деякі з яких представлені далі.

3.2. Аналіз ефективності корекційної програми та результати проведеного дослідження

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

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

Тренінг проводився протягом місяця, що склало 16 занять (2 рази у тиждень). Кожне заняття мало визначену мету і специфіка його полягала в тому, що психологові можна було працювати не з одною людиною, а з цілою системою, тобто одночасно з чоловіком і дружиною, що на наш погляд мало результати і підкріпилося у формуючому експерименті.

Таблиця 3.2.

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

№	Назва шкали	Чоловік/ дружина (у %)				Дружина/чоловік (у %)			
		Контрольна група (КГ)				Експериментальна група (ЕГ)			
		До формувального експерименту		Після формувального експерименту		До формувального експерименту		Після формувального експерименту	
1	Не конструктивних установок на шлюб (НУ)	26	16	27	17	16	25	13	18
2	Депресії (Д)	18	36	17	15	36	17	18	13
3	Протективних механізмів (ПМ)	28	18	29	16	18	26	12	12
4	Дефензивних механізмів (ДМ)	42	16	42	14	16	42	34	8
5	Агресії (А)	29	6	26	18	16	27	9	5
6	Соматизації тривоги (СТ)	14	37	12	35	37	15	18	8
7	Фіксації на психотравмі (Ф)	24	33	25	31	33	25	21	17

Для з’ясування достовірності відміностей між контрольною та експериментальною групою після формувального експерименту, ми

використали φ* - критерій Фішера. Отримані значення ми співставляли з критичними значенями**: φ*≤1,64 (p≤0,05) і φ*≤2,31 (p≤0,01).** У випадку якщо φ*емп ≥ φ*кр, то можна констатувати достовірні відмінності у досліджуваних групах.

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

Встановлені достовірні відмінності між контрольною та експериментальною групами після формувального експерименту за шкалою «Протективних механізмів» (ПМ) у чоловіків φ*емп = 1,87 (p≤0,05). За вказаною шкалою у експериментальній групі у чоловіків зменшилились випадки використання таких захисних реакцій як витіснення, регресія, заперечення тощо

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

Встановлені досвірні відмінності за шкалою «Дефензивних механізмів» (ДМ) на рівні φ*емп = 1,67 (p≤0,05) у жінок та φ*емп = 3,87 (p≤0,01) у чоловіків. Такі результати говорять про те, що як чоловіки так і жінки сатли менше використовувати у своїй поведінці такі захиснф механізми як раціоналізація, ізоляція, інтелектуалізація тощо.

Також нами частановлені достовірні відмінності між контрольною та експериментальною групами після формувального експерименту за шкалою «Агресія» (А) як у чоловіків φ*емп = 3,17 (p≤0,01) так і у жінок φ*емп = 3,11 (p≤0,01). Такі результати ще раз підтверджують ефективність проведення

групової сімейної психотерапії яка дозволяє зменшити агресивні прояви подружжя у ставлені до шлюбного партнера.

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

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

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

Представимо результати в контрольній (КГ) і експериментальній групі (ЕГ) до і після формуючого експерименту (Таблиця 3.3).

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

У чоловіків експериментальної групи відбулись позитивні зрушення за шкалою «Використання себе як еталон при оцінці інших»φ*емп = 1,93 (p≤0,05), «Категоричність або консерватизм в оцінках людей» φ* емп = 1,73 (p≤0,05), «Невміння пристосовуватися до партнера» φ* емп = 2,13 (p≤0,05).

Можна зробити висновок, що чоловіки сатли більш терпимі до недоліків власних дружин, менше стали використовувати себе як шаблон для

оцінки шлюбного партнера та у них з'явилась така риса як гнучкість, адаптивність.

Таблиця 3.3.

Результати діагностики особливостей толерантності за методикою В.Бойко в КГ і ЕГ до і після формувального експерименту

№	Назва шкали	Чоловік/ дружина (у %)				Дружина/чоловік (у %)			
		Контрольна група (КГ)				Експериментальна група (ЕГ)			
		До формувального експерименту		Після формувального експерименту		До формувального експерименту		Після формувального експерименту	
1	Неприйняття або нерозуміння індивідуальності людини	60	44	63	41	61	47	58	43
2	Використання себе як еталон при оцінці інших	67	52	62	55	65	50	43	54
3	Категоричність або консерватизм в оцінках людей	51	43	52	46	49	43	35	39
4	Невміння приховувати або згладжувати неприємні почуття при зіткненні з некомунікабельними якостями партнерів	50	43	48	47	50	43	52	17
5	Прагнення переробити перевиховати партнерів	56	66	51	72	57	63	46	26
6	Прагнення підігнати партнера під себе, зробити його зручним	69	50	69	56	67	50	63	49

Продовження таблиці 3.3

7	Невміння прощати іншому помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності	36	42	34	51	35	40	29	38
8	Нетерпимість до фізичного або психічного дискомфорту партнера	74	39	73	37	73	40	68	43
9	Невміння пристосовуватися до партнера	54	3	55	39	53	37	36	25

У жінок експериментальної групи відбулось більше позитивних зрушень, це можливо пов'язано з тендерними особливостями і тим, що і в констатувальному експерименті жінки за своєю природою є більш терпимі і витривалі аніж їх чоловіки.

Тому проаналізуємо отримані статистично значимі відмінності. За шкалою «Невміння приховувати або згладжувати неприємні почуття при зіткненні з некомунікабельними якостями партнерів» $\varphi^*_{емп} = 1,84$ ($p \leq 0,05$), «Прагнення переробити перевиховати партнера» $\varphi^*_{емп} = 3,44$ ($p \leq 0,01$), «Невміння прощати іншому помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності» $\varphi^*_{емп} = 2,16$ ($p \leq 0,05$). Зазначені зміни вказують на те, що жінки стали терпиміші до негативних рис чоловіка, стали більш толерантно відноситись до помилок шлюбного партнера, не згадувати завдалі неприємності.

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

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

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

Висновки до розділу 3

Основу нашої корекційно-розвивальної програми складають активні методи групової роботи, які у поєднанні зі специфічною формою корекції проявів агресивності та конфліктів у міжособистісному спілкуванні партнерів шляхом формування позитивних рольових очикувань, служать для формування рольової компетентності особистост. В результаті проведеного формувального експерименту з корекції рольових очікувань та агресивного спілкування подружніх пар була створена корекційна програма.

Суть корекційної програми полягала в тому, щоб виробити навички конструктивної комунікації сімейної системи, навчити шлюбних партнерів елементам толерантного ставлення до іншого.

В результаті проведеного формувального експерименту нами було з'ясовано, що у експериментальній групі на відмінну від контрольної відбулися позитивні зрушення за шкалою «Не конструктивних установок на шлюб» у чоловіків, за шкалою «Протективних механізмів» (ПМ) у чоловіків. За вказаною шкалою у експериментальній групі у чоловіків зменшились випадки використання таких захисних реакцій як витіснення, регресія, заперечення.

Встановлені достовірні відмінності за шкалою «Дефензивних механізмів» (ДМ) у жінок та у чоловіків. Як чоловіки, так і жінки стали менше використовувати у своїй поведінці такі захисні механізми як раціоналізація, ізоляція, інтелектуалізація тощо.

Також нами встановлені достовірні відмінності між контрольною та експериментальною групами після формувального експерименту за шкалою «Агресія» (А) як у чоловіків, так і у жінок φ. Такі результати ще раз підтверджують ефективність проведення групової сімейної психотерапії, яка дозволяє зменшити агресивні прояви подружжя у ставлені до шлюбного партнера.

Значущими виявилися відмінності за шкалою «Соматизації тривоги» (СТ) між контрольною та експериментальною групами у жінок. Жінки, які брали участь у сімейній психотерапії почали менше тривожитись стосовно власного здоров'я.

Також значущими є відмінності за шкалою «Фіксація на психотравмі» (Ф) у жінок між контрольною та експериментальною групи, що є свідченням більшої гнучкості жінок у своїй поведінці.

У чоловік ів експериментальної групи відбулись позитивні зрушення за шкалою «Використання себе як еталон при оцінці інших», «Категоричність або консерватизм в оцінках людей», «Невміння

пристосовуватися до партнера». Чоловіки стали терпимішими бдщ до недоліків власних дружин, менше стали використовувати себе як шаблон для оцінки шлюбного партнера та у них з'явилась таки риси, як гнучкість, адаптивність.

У жінок експериментальної групи відбулось більше позитивних зрушень, а саме за шкалою «Невміння приховувати або згладжувати неприємні почуття при зіткненні з некомунікабельними якостями партнерів», «Прагнення переробити, перевиховати партнера», «Невміння прощати іншому помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності». Зазначені зміни вказують на те, що жінки стали терпиміші до негативних рис чоловіка, стали більш толерантно відноситись до помилок шлюбного партнера.

ВИСНОВКИ

Сімейні рольові очікування є компонентом сімейно-рольової взаємодії, яка являє собою сукупність установок, норм і зразків поведінки, що характеризують одних членів сім'ї в їхньому ставленні до інших її членів. Сімейні рольові очікування є похідними від моделей сімейно-рольвого розподілу – традиційної, антитрадиційної, егалітарної, які виділяються з урахуванням статеворольової диференціації. Для успішності сімейного життя важливою є узгодженість уявлень про рольову поведінку й рольові очікування подружжя в контексті прийнятої моделі, а також гнучкість самої моделі, її здатність відповідати актуальним потребам життєдіяльності сім'ї.

Сімейні конфлікти найчастіше пов'язані з прагненням людей задовольнити певні потреби або створити умови для їх задоволення, не враховуючи інтересів партнера. На це є багато причин. Це нереалізовані бажання і потреби, а також різні погляди на сімейне життя, подружня зрада, фінансові проблеми, грубість тощо. Конфлікти зазвичай викликаються не однією, а багатьма причинами, серед яких умовно можна виділити головну - незадоволені потреби подружжя.

В результаті емпічричного дослідження було встановлено узгодженість ступеня значущості для шлюбних партнерів кожної сфери сімейних цінностей.

Встановлено взаємозв'язок сфер конфліктності, що свідчить про наявність кругової каузальності (причинності) сімейних конфліктів. Наявність конфлікту в одній із сфер сімейно-рольової взаємодії проектується подружжям на інші сфери та впливає на загальну оцінку рівня конфліктності в сім'ї і на задоволеність шлюбом подружжя. Найбільш конфліктогенними у сучасному подружжі виступають інтимно-сексуальна, господарсько-побутова, емоційно терапевтична та сфера соціальної (професійної) активності подружжя.

Корекція психологічних очікувань, стереотипів та установок шлюбних партнерів можлива шляхом використання активних методів групової роботи, які у поєднанні зі специфічною формою корекції проявів агресивності та конфліктів у міжособистісному спілкуванні партнерів шляхом формування позитивних рольових очикувань, служать для формування рольової компетентності особистості. Поєднання цілеспрямованої тренінгової роботи у напрямках зниження дії психологічних чинників та підвищення особистісної зрілості шлюбних партнерів до сімейного життя є ефективним щодо зниження конфліктності у сім'ях. Розробка і впровадження психокорекціїної програми, аналіз результатів її ефективності показав, що розроблена програма є ефективною для зниження конфліктів у партнерів, сприяє підвищенню їх толерантності та задоволеності шлюбом.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Алексеєнко Т. Ф. Виховний потенціал сім'ї в сучасних умовах: тематична державна доповідь про становище сімей в Україні за підсумками 2001 року. К.: Державний інститут проблем сім'ї та молоді, 2002. с. 144

2. Каган В. Е. Воспитателю о сексологии. М.: Педагогика, 1990. С. 27-34.

3. Голод С. И. Стабильность семьи: социологический и демографический аспекты. Л.: Наука, 1984. 136 с.

4. Корнюх А. О. «Задоволеність подружнім життям» та його сутнісні характеристики. Збірник наукових праць. Психологічні науки. Том 2. Випуск 9. С. 135-139.

5. Іващенко А. С. Психологічні чинники міжособистісних стосунків у молодих подружніх парах. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2012. № 5. С. 1-12.

6. Сысенко В.А. Устойчивость брака. Проблемы, факторы, условия. М.: Мысль, 1981. 156с.

7. Кошонько Г. А. Теоретичні засади дослідження подружньої сумісності як психологічного феномена. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019 р., № 2, Т. 1. С. 155-160

8. Ткаченко В. Є. Соціально-психологічні умови благополуччя подружніх відносин. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2011. Вип. 27. С. 111-120.

9. Крамченкова В.О. Психологія сім'ї. Х.: Видавництво «Новое слово», 2010. 238 с

10. Хомуленко Т.Б., Шукалова О.С. Стиль сімейного виховання як чинник пізнавального інтересу молодшого школяра. Монографія. Х.: ХНПУ, 2011. 202 с.

11. Сєдих К.В. Психологія взаємодії систем: «сім'я та освітні інституції». Полтава: Довкілля-К., 2008. 228 с

12. Гуревич О.А. Функціонально-рольова узгодженість як показник психологічного здоров'я сім'ї. *Актуальні проблеми практичної психології*. Зб. наук. праць . Херсон, ПП Вишемирський В.С., 2006. С.302-303.

13. Долинська Л. Проблеми підготовки молоді до сімейного життя. *Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім.. Г.С. Костюка АПН України*./ За ред. Максименка С.Д. К:, 2001.Т.3, ч.4. С.73-76

14. Орбан-Лембрик Л. Соціальна психологія. К: Книги XXI, 2010. 464 с.

15. Зозуль Т. В. Психологічні чинники конфліктів у молодій сім'ї. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди*. Психологія. 2014. - Вип. 47. С. 58-65.

16. Гасюк М. Вплив гендерної соціалізації на розвиток подружніх взаємин. *Психологія і суспільство*. 2002. №1. С.75- 82

17. Говорун Т.В. Шлюбно-сімейна звичаєвість українців. *Вісник прикарпатського університету ім. В.Стефаника. Серія "Педагогіка»*. Вип.6. Івано-Франківськ: Плай, 2001. С.92-100.

18. Говорун Т.В. Соціалізація статі як психологічна проблема. *Педагогіка і психологія. Інформаційний бюлетень АПН України*. Вип.2. К., 2001. С. 5-13.

19. Говорун Т.В. Статева соціалізація: концептуальні підходи. *Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. К.: "НЕВТЕС», 2001. Т.III, Ч.6. С. 121-128

20. Говорун Т.В., Кікінежді О.М. До проблеми статевої соціаліалізації дітей. Наукові записки Тернопільського державного педагогічного університету. Серія: педагогіка, №4. Тернопіль: ТПУ ім. В.Гнатюка, 2000. С. 16-22.

21. Льовочкіна А. М. Етнопсихологія: Навч. посіб. К.: МАУП, 2002. 144 с.

22. Кісарчук З.Г., Єрмусевич О.І. Психологічна допомога сім'ї: Навч.посібник.: У 3 кн. К.: Главник, 2006. 127с.

23. Козловська Е. В. Гармонійні стосунки в сім'ї як фактор особистісного зростання. Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти. *Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету : зб. наук. праць*. 2008. № 41. С. 82–85.

24. Козловська Е. В. Психологічна готовність молодої сім`ї до самогармонізації. *Вісник Інституту розвитку дитини. Серія : філософія, педагогіка, психологія : зб. наук. праць*. 2010. № 8. С. 152–157.

25. Козловська Е. В. Роль образу сім'ї в гармонізації стосунків молодим подружжям. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України* / за ред. С. Д. Максименка. К., 2010. Т. XII, ч. 3. С. 214–221.

26. Горностай П. П. Консультативная психология: Теория и практика проблемного подхода. К: Ника-Центр, 2018. 400 с.

27. Горностай П. П. Личность и роль : Ролевой подход в социальной психологии личности. К. : Интерпресс ЛТД, 2007. 312 с.

28. Горностай П.П. Психологія рольової самореалізації особистості // автореф. на здобут. канд. психол.наук …Київ, 2009 . 35 с.

29. Приходько Ю.О., Юрченко В.І. Психологічний словникдовідник: Навч. посіб., 4-те вид., випр. і доп. К.: Каравела, 2020. 418 с.

30. Семиченко В.А., Заслуженюк В.С. Мистецтво взаєморозуміння. Психологія та педагогіка сімейного спілкування: Навч. посібник для студентів вищ.навч.закладів. 2-ге вид. К.: Веселка, 1998. 214 с.

31. Зацепин В.И., Бучинская Л.Н., Гавриленко И.Н. и др. Семья: социально-психологические и этические проблемы: Справоч. К.: Политиздат Украины, 1989. 289 с.

32. Ложкин Г.В., Повякель Н.И. Практическая психология конфликта: Учебное пособие. - Киев: МАУП, 2002. 256 с.

33. Хлопоніна, Н. Є..Вплив рольових очікувань подружжя на характер сімейного спілкування [Текст]: дис... канд. психол. наук. Київський національний ун-т ім. Тараса Шевченка. К., 2007. 247 с.

34. Титаренко Т.М. Психологія життєвої кризи. К.: Агропромвидав України, 1998. 348 с.

35. Грабська І.А. Насильство у подружніх стосунках: зарубіжний досвід досліджень та консультування. *Практична психологія та соціальна робота*. 1998. №9. С.20-22.

36. Пірен М.І. Конфліктологія: Підручник. Київ: МАУП, 2003. 360 с.

37. Соціальна психологія : навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра / Н. Ю. Волянюк, Г. В. Ложкін, О. В. Винославська, І. О. Блохіна, М. О. Кононець, О. В. Москаленко, О. І. Боковець, Б. В. Андрійцев ; КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2019. 254 с.

38. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.

39. Петрінко В.С. Конфліктологія: курс лекцій, енциклопедія, програма, таблиці. Навчальний посібник. Ужгород: Видавництво УжНУ «Говерла», 2020. 360 с.

40. Негруца, Т. В. Стратегії вирішення конфліктних ситуацій на різних етапах життєвого циклу сім'ї . *Соціально-психологічні технології розвитку особистості : зб. наук праць за матеріалами VIII Усеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених, аспірантів та студентів «Соціально-психологічні технології розвитку особистості» (м. Херсон,07 квітня 2023 р.)* [Електронний ресурс] / ред. колегія : І. Р. Крупник, І. С. Попович, Н. І. Тавровецька, О. М. Танасійчук (відп. за випуск) та ін. Херсон : Херсон ; Івано-Франківськ : ХДУ, 2023. С. 78-82.

ДОДАТКИ

Додаток А

Тест-опитувальник «Задоволеність шлюбом»

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

Текст опитувальника (варіант чоловіка)

1. Коли люди живуть так близько, як це спостерігається в сімейному житті, вони неминуче втрачають взаєморозуміння і гостроту сприйняття іншої людини:

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

2. Ваші подружні відносини приносять вам:

а) скоріше занепокоєння і страждання; б) важко відповісти;

в) скоріше радість і задоволення.

3. Родичі і друзі оцінюють ваш шлюб:

а) як удалий; б) щось середнє; в) невдалий.

4. Якби ви могли, то змінили б щось у характері своєї дружини:

а) багато чого; б) важко сказати; в) нічого.

5. Одна з проблем сучасного шлюбу полягає в тому, що все набридає, у тому числі й сексуальні стосунки:

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

6. Коли ви порівняєте своє сімейне життя із сімейним життям друзів і знайомих, вам здається, що ви:

а) більш щасливі, ніж інші; б) важко сказати; в) щасливіші від інших.

7. Життя без сім'ї, близької людини – надто дорога ціна за цілковиту свободу:

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

8. Виважаєте, що без вас життя вашої дружини було б неповноцінним:

а) так; б) важко сказати; в) ні.

9. Сподівання більшості людей щодо шлюбу якоюсь мірою не справджуються:

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

10. Тільки безліч різних обставин заважає подумати вам про розлучення:

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

11. Якби повернути час, коли ви одружувалися, то вашою дружиною могла би стати:

а) хто завгодно, тільки не теперішня дружина; б) важко сказати;

в) можливо, що саме теперішня дружина.

12. Ви пишаєтеся, що така людина, як ваша дружина, поруч с вами:

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

13. На жаль, недоліки вашої дружини часто переважують її достоїнства:

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

14. Основні перешкоди для щасливого подружнього життя найімовірніше криються:

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

15. Почуття, з якими ви одружувалися:

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

16. Шлюб знижує творчі можливості людини:

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

17. Можна сказати, що ваша дружина має достоїнства, що компенсують її недоліки:

а) так; б) важко сказати; в) ні.

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

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

19. Вам здається, що ваша дружина часто робить дурниці, говорить невлад, недоречно жартує:

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

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

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

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

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

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

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

23. Як правило, товариство вашої дружини є для вас приємним:

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

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

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

Тест-опитувальник «Задоволеність шлюбом»

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

Текст опитувальника (варіант дружини)

1. Коли люди живуть так близько, як це спостерігається в сімейному житті, вони неминуче втрачають взаєморозуміння і гостроту сприйняття іншої людини:

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

2. Ваші подружні відносини приносять вам:

а) скоріше занепокоєння і страждання; б) важко відповісти;

в) скоріше радість і задоволення.

3. Родичі і друзі оцінюють ваш шлюб:

а) як удалий; б) щось середнє; в) невдалий.

4. Якби ви могли, то змінили б щось у характері свого чоловіка:

а) багато чого; б) важко сказати; в) нічого.

5. Одна з проблем сучасного шлюбу полягає в тому, що все набридає, у тому числі й сексуальні стосунки:

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

6. Коли ви порівняєте своє сімейне життя із сімейним життям друзів і знайомих, вам здається, що ви:

а) більш щасливі, ніж інші; б) важко сказати; в) щасливіші від інших.

7. Життя без сім'ї, близької людини – надто дорога ціна за цілковиту свободу:

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

8. Виважаєте, що без вас життя вашого чоловіка було б неповноцінним:

а) так; б) важко сказати; в) ні.

9. Сподівання більшості людей щодо шлюбу якоюсь мірою не справджуються:

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

10. Тільки безліч різних обставин заважає подумати вам про розлучення:

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

11. Якби повернути час, коли ви одружувалися, то вашим чоловіком міг би стати:

а) хто завгодно, тільки не теперішній чоловік; б) важко сказати;

в) можливо, що саме теперішній чоловік.

12. Ви пишаєтеся, що така людина, як ваш чоловік, поруч с вами:

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

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

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

14. Основні перешкоди для щасливого подружнього життя найімовірніше криються:

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

15. Почуття, з якими ви одружувалися:

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

16. Шлюб знижує творчі можливості людини:

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

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

а) так; б) важко сказати; в) ні.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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