

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА**

**Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи  
кафедра практичної психології**

**Психологічні аспекти задоволеності партнерськими стосунками  
у жінок з різним досвідом сімейного життя**

**Кваліфікаційна робота  
Рівень вищої освіти – другий (магістерський)**

**Виконала:**

Студентка 2 курсу 622 групи

**Фуштей Анна-Марія Михайлівна**

**Керівник:**

Кандидат психологічних наук,  
асистент **Барабашук Г.В.**

*До захисту допущено  
на засіданні кафедри  
протокол № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_ 2023 р.  
Зав.кафедрою доц. Радчук В.М.*

**Чернівці – 2023**

**Фуштей А.-М. М: Психологічні аспекти задоволеності партнерськими стосунками у жінок з різним досвідом сімейного життя. -**

Задоволеність стосунками – це суб'єктивний стан, який відображає, наскільки особа відчуває задоволення та комфорт в своїх міжособистісних відносинах, зокрема, у партнерських стосунках. Задоволеність стосунками може змінюватися з часом, під впливом різних подій, внутрішніх змін у відносинах, а також особистих та соціокультурних чинників.

Кваліфікаційна робота присвячена аналізу психологічних аспектів, які впливають на задоволеність партнерськими стосунками у жінок з різним досвідом сімейного життя. В ході дослідження встановлено, що задоволеність партнерськими стосунками обумовлена взаємодією фізичних, матеріальних, культурних, інтимно-сексуальних та психологічних факторів. Досліджено вплив гендерних стереотипів на сприйняття задоволення в партнерських відносинах, вказано на виклики, які виникають внаслідок відповідності очікувань суспільства та індивідуальних уявлень. Аналізовано вплив різних стадій сімейного життя на задоволеність жінок партнерськими стосунками, де особлива увага приділена внутрішнім динамікам та адаптації до змін.

Доведено, що психологічне благополуччя жінок залежить від сприятливих сімейних відносин і підтримки партнера. Досліджено, що тривалість стосунків не завжди корелює з рівнем задоволеності. Підкреслено, що тривалість не є визначальним фактором успіху або задоволеності відносинами.

Емпіричне дослідження надає об'єктивні дані, які свідчать про різноманітність та індивідуальний характер сімейних відносин. Аналіз результатів дослідження підкреслює важливість конкретних аспектів стосунків для розуміння факторів, що впливають на задоволеність жінок у партнерських відносинах.

Ключові слова: задоволеність партнерськими стосунками, досвід сімейного життя, психологічне благополуччя

## Title: Psychological Aspects of Satisfaction in Romantic Relationships in Women with Different Experiences of Family Life

### Abstract:

The study investigates the psychological aspects influencing satisfaction in romantic relationships among women with diverse experiences in family life. Relationship satisfaction is a subjective state reflecting the degree of pleasure and comfort individuals feel in their interpersonal relationships, particularly in romantic partnerships. This satisfaction can change over time due to various events, internal relationship changes, and personal or sociocultural factors.

The bachelor's thesis focuses on the analysis of psychological aspects affecting satisfaction in romantic relationships among women with varying experiences in family life. The research reveals that satisfaction in romantic relationships is influenced by the interaction of physical, material, cultural, intimate-sexual, and psychological factors. The study explores the impact of gender stereotypes on the perception of satisfaction in partner relationships, highlighting the challenges arising from the alignment of societal expectations and individual beliefs.

The analysis delves into the influence of different stages of family life on women's satisfaction in romantic relationships, emphasizing the importance of internal dynamics and adaptation to change. It is demonstrated that the psychological well-being of women depends on favorable family relationships and partner support. The study finds that the duration of relationships does not always correlate with the level of satisfaction, underscoring that longevity is not a decisive factor for relationship success or satisfaction.

The empirical research provides objective data highlighting the diversity and individual nature of family relationships. The analysis of research results emphasizes the importance of specific relationship aspects in understanding the factors influencing women's satisfaction in romantic relationships.

Keywords: satisfaction with partner relations, family life's experience, psychological well-being.

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ЗАДОВОЛЕНОСТІ ПАРТНЕРСЬКИМИ СТОСУНКАМИ .....	10
1.1. Психологічні аспекти задоволеності партнерськими стосунками .....	10
1.2. Гендерні відмінності у відчуттях задоволеності партнерськими стосунками .....	16
РОЗДІЛ 2: ВПЛИВ РІЗНИХ СТАДІЙ СІМЕЙНОГО ЖИТТЯ НА ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ПАРТНЕРСЬКИМИ СТОСУНКАМИ У ЖІНОК.....	23
2.1. Психологічні аспекти задоволеності партнерськими стосунками на різних стадіях сімейного життя .....	23
2.2. Вплив досвіду сімейного життя на психологічний стан жінок .....	33
РОЗДІЛ 3: ПРАКТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ ЗАДОВОЛЕНОСТІ ПАРТНЕРСЬКИМИ СТОСУНКАМИ У ЖІНОК З РІЗНИМ ДОСВІДОМ СІМЕЙНОГО ЖИТТЯ .....	39
3.1. Опис методики дослідження (вибірка, інструментарій, процедура) .....	39
3.2. Аналіз результатів дослідження .....	44
3.3. Висновки та рекомендації щодо психологічних аспектів задоволеності партнерськими стосунками у жінок з різним досвідом сімейного життя.....	61
ВИСНОВКИ .....	65
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ .....	67
ДОДАТКИ .....	73

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** У сучасному суспільстві питання задоволеності партнерськими стосунками та їх впливу на психологічний стан осіб, зокрема жінок, мають велике значення. Партнерські відносини є важливим елементом життя багатьох людей і подекуди суттєво впливають на їхнє благополуччя та якість життя. Задоволеність такими відносинами є важливою складовою відчуття психологічного благополуччя, яке виступає необхідною умовою гармонійного функціонування особистості в суспільстві.

Зростання рівня розлучень і розпаду сімей свідчить про необхідність дослідження психологічних аспектів задоволеності партнерськими стосунками та впливу різних стадій сімейного життя на цю задоволеність. Особливо це актуально у контексті жінок з різним досвідом сімейного життя, оскільки вони можуть зустрічатися з різними викликами та перешкодами на шляху до задоволеності відносинами.

Загалом, ставлення суспільства до теми задоволеності партнерськими стосунками є динамічним і змінюється відповідно до культурних та соціальних тенденцій. Індивіди відчувають вплив цих факторів на свої стосунки та ставлення до них. Стандарти та очікування щодо партнерських відносин можуть формувати культурні впливи. Наприклад, у деяких культурах може існувати більший наголос на родинних цінностях, тоді як у інших - на індивідуальній автономії.

В сучасному світі гендерні ролі та сімейні структури реформуються, що впливає на сприйняття та виконання різних ролей у відносинах. Розуміння, як різний досвід сімейного життя впливає на задоволеність від партнерських відносин, може надати важливі висновки для адаптації до сучасних тенденцій.

Розуміння ролі жінок партнерських відносинах та ролі партнерських відносин у житті жінок відкриває нові можливості для розвитку практик консультування та психотерапії. Розуміння психологічних факторів, що впливають на жінок з різним досвідом сімейного життя, дозволяє створити індивідуалізовані та ефективні підходи до підтримки.

Зазначена тема не лише відкриває інсайти в психологічні аспекти задоволеності партнерськими стосунками у жінок, але й набуває важливої соціокультурної актуальності для сучасного суспільства. Зміни в ролях та очікуваннях, пов'язаних з гендером у сімейному контексті, визначають динаміку суспільних відносин та сприяють переосмисленню стандартів.

У світлі зростання значення гендерної рівності та розпливу традиційних ролей, удосконалення якості партнерських відносин набуває важливого значення для побудови стійкого та гармонійного суспільства.

Розгляд цієї теми сприяє подальшому дослідженню соціокультурних та економічних зрушень, які відбуваються в сучасному суспільстві. Акцент на жіночому досвіді в сімейному житті дозволяє відзначити тенденції, що виникають у зв'язку із зміною ролей та функцій у парах, що, в свою чергу, визначає соціальну та економічну динаміку.

Таким чином, дослідження психологічних аспектів задоволеності партнерськими стосунками у жінок з різним досвідом сімейного життя не лише розширює наше теоретичне розуміння міжособистісних відносин, але й має потенційний вплив на соціальні норми та стереотипи, сприяючи формуванню більш емпатичного та рівноправного суспільства.

**Ступінь наукової розробки.** Проблемі задоволеності подружніми стосунками приділяли увагу наступні вітчизняні науковці: Алексеєнко Т.Ф.[1], Бондарчук О.І. [3], Бучинська Л.М. [9], Вишемирський В.С. [5], Іващенко А.С. [10], Кісарчук З.Г. [12], Козловська Е.В. [13], Кравець В.П. [15], Максимова Н.Ю. [16], Хлопоніна Н.Є. [20] та ін.

Серед зарубіжних науковців, які присвятили свої дослідження даній проблематиці, варто виділити наступних: Gottman, J. M., Silver, N. [43], Berscheid, E., Reis, H. T.[23], Waite, L, Gallagher, M.[55], Farah H., Aneesh K [38], Abreu-Afonso, J., Ramos, M. M., Queiroz-Garcia, I., & Leal, I. [21] та ін.

**Об'єкт дослідження** – психологічна динаміка відносин у сім'ї та її вплив на задоволеність жінок партнерськими стосунками

**Предмет дослідження** - психологічні аспекти задоволеності партнерськими стосунками у жінок з різним досвідом сімейного життя.

**Мета дослідження** - вивчення психологічних аспектів задоволеності партнерськими стосунками у жінок з різним досвідом сімейного життя; виявлення впливу різних стадій сімейного життя на їх задоволеність партнерськими стосунками та встановлення залежностей між досвідом сімейного життя та психологічним станом жінок у контексті задоволеності партнерськими стосунками.

Досягнення вказаної мети зумовило виконання наступних **завдань**:

1. Здійснити аналіз психологічних аспектів, що впливають на задоволеність партнерськими стосунками у жінок.
2. Вивчити фактори, які можуть впливати на задоволеність партнерськими стосунками жінок.
3. Визначити гендерні відмінності у відчуттях задоволеності партнерськими стосунками.
4. Провести аналіз різних стадій сімейного життя та їх впливу на задоволеність партнерськими стосунками у жінок.
5. Вивчення впливу досвіду сімейного життя на психологічний стан жінок.
6. Проведення практичного дослідження та формулювання висновків щодо психологічних аспектів задоволеності партнерськими стосунками у жінок з різним досвідом сімейного життя.
7. Створення рекомендацій для практики та вказівок для подальших досліджень у цій області.

**Методологічну основу дослідження** складають загальні методи наукового пізнання та три спеціальні методики для вивчення психологічних аспектів відносин у парі:

Методика «Сімейна соціограма» (автор: Є.Г. Ейдемiлер), яка дозволяє визначити місце досліджуваного в системі міжособистісних відносин та характер комунікацій в сім'ї. Виступає як терапевтичний інструмент, допомагаючи отримати об'єктивний погляд на взаємини.

Методика «Marital Satisfaction Questionnaire (Revised)» (автор: Arnold A. Lazarus), яка оцінює задоволеність особи відносинами у шлюбі чи партнерських відносинах. Дозволяє ідентифікувати конкретні аспекти взаємодії, які можуть бути обговорені та покращені для збереження здорових відносин.

Методика «Опитувальник РЕА (Розуміння, Емоційна привабливість, Авторитетність)» (автор: А.Н. Волкова), яка оцінює рівень розуміння, емоційної привабливості та авторитетності партнерів. Надає інформацію для аналізу та обговорення аспектів взаємин у парі.

Загальна мета використання цих методик полягає в розкритті важливих аспектів задоволеності партнерськими стосунками у жінок, з особливим наголосом на впливі досвіду сімейного життя.

**Наукова новизна дослідження** полягає в наданні інтегрованого погляду на проблему задоволеності партнерськими стосунками, який об'єднує різні аспекти, такі як гендерні відмінності, вплив стадій сімейного життя, аналіз впливу досвіду сімейного життя на психологічний стан жінок. Практичне дослідження, дозволило отримати конкретні дані та вивести практичні рекомендації для покращення якості партнерських відносин у жінок. Використання нових підходів до аналізу та інтеграція різноманітних аспектів сприяло формуванню унікального погляду на проблему задоволеності партнерськими стосунками.

Зокрема, увага до жіночої популяції та врахування різниці в досвіді сімейного життя роблять цю роботу новаторською в контексті розуміння гендерних аспектів та психологічних взаємозв'язків у міжособистісних відносинах.

**Практичне значення отриманих результатів дослідження.** Результати дослідження можуть надати глибше розуміння психологічних факторів, які впливають на задоволеність партнерськими стосунками у жінок.

Вивчення факторів, які впливають на задоволеність партнерськими стосунками, може вказати на конкретні аспекти, які слід враховувати при розвитку та підтримці здорових сімейних відносин.



Виявлення гендерних відмінностей у відчуттях задоволеності партнерськими стосунками може допомогти у формулюванні специфічних підходів до роботи з жінками та чоловіками для оптимізації їхніх сімейних відносин.

Розгляд різних стадій сімейного життя та їх впливу на задоволеність партнерськими стосунками надасть конкретний погляд на ті періоди, коли можливі особливі труднощі або, навпаки, виникає особлива гармонія.

Аналіз впливу досвіду сімейного життя на психологічний стан жінок може допомогти в розумінні, як минулі взаємини можуть впливати на поточні стосунки та допомагати при розробці підходів до психологічної підтримки.

Проведення практичного дослідження надає конкретні дані, які можуть слугувати основою для реальних рекомендацій та стратегій удосконалення партнерських відносин. Створення рекомендацій для практики та вказівок для подальших досліджень дозволяє переносити знання в реальність та ініціювати подальші наукові дослідження в цій області.

Отримані висновки та рекомендації можуть бути корисні для студентів-психологів, консультантів, сімейних терапевтів та інших фахівців, які працюють у сфері міжособистісних відносин та сімейного консультування.

**Структура роботи** зумовлена її змістом та складається зі вступу, трьох розділів, одинадцяти підрозділів, висновків, списку використаних джерел та літератури, а також додатків. Загальний обсяг роботи – 88 сторінок.

# РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ЗАДОВОЛЕНОСТІ ПАРТНЕРСЬКИМИ СТОСУНКАМИ

## 1.1. Психологічні аспекти задоволеності партнерськими стосунками

В сучасному світі, де міжособистісні взаємини відіграють важливу роль у житті людини, тема задоволеності партнерськими стосунками стає дедалі актуальнішою. Відчуття щастя та гармонії у відносинах з партнером часто визначає якість нашого життя та впливає на емоційний стан, психічне здоров'я та загальний стан благополуччя.

Задоволеність партнерськими стосунками є їхнім стабілізуючим фактором. Психологічні аспекти задоволеності партнерськими стосунками необхідно досліджувати з різних точок зору: починаючи із взаєморозуміння та комунікації та завершуючи психосексуальною сферою.

Задоволеність партнерськими стосунками, крім того, що є важливим об'єктом наукових досліджень, є також об'єктом безпосереднього інтересу з боку подружніх (і не тільки) пар. Науковці Вайте Л.Дж та Галлагер М. зазначають, що розуміння психологічних аспектів задоволеності партнерськими стосунками дозволить краще осмислити природу взаємин та знайти ефективні стратегії для досягнення гармонії та щастя у відносинах з близькою людиною [54].

Для аналізу аспектів поняття «задоволеність партнерськими стосунками» варто звернути увагу на таку характеристику цих стосунків, як їх благополучність. Адже саме задоволеність партнерів своїми стосунками одне з одним, і виступає показником їх благополуччя. Дотичними та подекуди синонімічними є поняття стійкість, стабільність, якість шлюбу, подружнє щастя, благополучність сімейних стосунків та ін.

Фінчем Ф.Д. визначає поняття «задоволеність партнерськими стосунками» по-різному. У сфері соціології існує інтерпретація поняття «задоволеність шлюбом», яка розглядає його як суб'єктивну оцінку взаємин з боку кожного з подружжя. Сім'я аналізується з урахуванням її динамічних змін, схожих на процеси

в малих групах. Часто вживаються синоніми для терміну «задоволеність шлюбом», такі як «успішність шлюбу», «згуртованість сім'ї», «сумісність подружжя» і т.д.[31].

Навіть не потрібно наукових підтверджень для наведення того факту, що у переважній більшості випадків початком щасливих партнерських стосунків та, за умови успішності таких стосунків, також і їхнім постійним підтримувальним фактором є кохання (або ж любов) – ірраціональний конструкт, який можна розглядати з різних точок зору – біохімічної, психологічної та соціологічної.

Альошина Ю.Е. визначає окремо також термін «подружжя задоволеність шлюбом», який слід розуміти як суб'єктивне сприйняття кожним із подружжя ефективності функціонування сім'ї у сфері задоволення їхніх індивідуальних потреб, яке формується на основі соціокультурних норм [2]. При цьому, можна вважати, що задоволеність стосунками виступає основоположним параметром, який характеризує відносини між партнерами. Так, чимало проблем у сфері сімейних відносин психологічно можуть розглядатись як різноманітні аспекти проблеми саме задоволеності шлюбом (відносинами).

Традиційно вважається, що в шлюбі індивід задовольняє свої найрізноманітніші основні потреби: духовні, сексуальні, матеріальні, побутові, психологічні. До числа таких потреб відносять: сексуальні потреби; потреби у визнанні цінності та значущості свого «я» (незадоволення цієї потреби виражається у фактичній зневазі, образах та критиці від партнера); потреба у позитивних емоціях (незадоволення потреби проявляється у емоційній холодності та відчуженості між подружжям); потреба у взаємовиручці та співпраці між подружжям, в тому числі й на побутовому рівні; потреби у спільному проведенні відпочинку та дозвілля. Шлюб може організовувати, стабілізувати та соціально санкціонувати задоволення таких потреб. Звісно, до моменту укладення шлюбу, кожен з подружжя має такі потреби, які можуть бути подібними або ж зовсім протилежними, і від паттерну їх взаємозаміщення залежить гармонійність стосунків.

Відчуття незадоволеності шлюбом або партнерськими стосунками може впливати на продуктивність та самопочуття індивіда. Так, його погляди на життя можуть викривитись в сторону негативізму, у нього можуть виникнути депресивний стан та апатія. І навпаки, відчуття задоволеності партнерськими стосунками безумовно надає індивіду мотивацію для творчої та продуктивної діяльності, покращує його взаємини із оточуючими, допомагає налагодити сприятливий фон всередині сім'ї.

Стійкість шлюбу та задоволеність ним є взаємопов'язаними характеристиками, які ілюструють різні аспекти взаємин подружжя. Перший рівень, загальний, визначається стабільністю шлюбу, тобто його юридичною непорушністю (відсутністю розлучення). Другий рівень відноситься до «пристосування в шлюбі» або «адаптованості подружжя». Найглибший третій рівень - це «успіх» або «успішність» шлюбу, що характеризується збігом ціннісних орієнтацій подружжя.

Фактично, задоволеність подружніми стосунками можна розуміти як суб'єктивну перцепцію особистістю різних соціальних та культурних норм у проекції на рівень функціонування сім'ї та рівень задоволення власних потреб.

Хлопоніна Н.Є виділяє три блоки факторів, які впливають на якість сімейних стосунків: фактори, пов'язані з особистістю кожного з подружжя (соціальне походженням та виховання); фактори, пов'язані з фактичними умовами виникнення шлюбу; фактори, які виникають у процесі фактичного функціонування у шлюбі – характер взаємин та особливості налагодження побуту [20, с.11].

Науковиця зазначає, що особливо негативним впливом відзначились такі фактори кожного блоку: у першому блоці – ранній вступ у шлюбні стосунки; перешкоджання з боку родин молодят щодо вступу у шлюб; у другому блоці – невеликий часовий період знайомства до шлюбу; значна різниця у віці між молодятами. Особливо численною є третя група факторів, яка у своєму негативному впливі на рівень задоволеності подружніми стосунками включає зокрема: несправедливу диференціацію домашньо-побутових обов'язків між

подружжям; неспівпадіння сексуальної конституції; надмірне вживання алкоголю одним із подружжя чи ними обома [20, с.12].

Науковці зазначають, що залежно від часу виникнення стосунків, існують також дві групи факторів, які свідчать про задоволеність партнерськими стосунками:

1) Фактори, що виникли до шлюбу (чи початку партнерських стосунків): психологічна основа шлюбу (походження, якості особистості, ідеал партнера та шлюбу), мотиви вступу до шлюбу.

2) Фактори, що виникли безпосередньо у процесі шлюбу (партнерських стосунків): етично-емоційні відносини партнерів, психофізіологічні відносини, єдність поглядів щодо народження та виховання дітей, розподіл домашніх та господарських обов'язків, вільний час та його проведення, відносини з батьківськими сім'ями кожного з подружжя та друзями [38].

На задоволеність партнерськими стосунками впливають фізичний, матеріальний, культурний, інтимно-сексуальний та психологічний фактори.

Фізичний фактор взаємин володіє цілковито інтуїтивним характером: одна особа може викликати у іншої абсолютну симпатію або антипатію. Ця індивідуальна та глибоко особиста реакція формується через фізичний вигляд, тембр голосу, манеру поведінки, мову, міміку, жестикуляцію та стиль одягу, що є характерним для кожної окремої особи. На початкових етапах спілкування фізичний фактор відрізняється винятковою стійкістю.

Матеріальний фактор визначається внеском партнера в загальний матеріальний статус сім'ї та його відповідністю очікуванням та вимогам іншого партнера. Культурний фактор визначається співвідношенням інтелектуально-культурних потреб подружжя, при цьому виразність цього аспекту може змінюватися протягом життя пари.

Інтимно-сексуальний фактор визначається відповідністю реальної програми інтимних стосунків кожного партнера сексуальним очікуванням іншого. Цей аспект піддаватиметься впливу різних чинників, таких як вік і стан здоров'я.

Всі розглянуті фактори тісно пов'язані між собою, проте особливе місце в цій структурі відводиться психологічному, адже він є колектором, на якому фокусуються всі інші фактори, визначаючи єдність і цілісність людської поведінки. Узагальнюючи структуру шлюбної взаємодії, психологічний аспект враховує взаємозв'язки особистих особливостей подружжя, зокрема їхніх характерів та рольових очікувань.

До структури даного психологічного аспекту задоволеності подружніми стосунками відносяться такі фактори:

Позитивне ставлення до партнера, яке виявляється у легкості спілкування, сексуальній, фізичній і інтелектуальній привабливості партнера, а також у збігу ціннісних орієнтацій партнерів.

Емоційна задоволеність відносинами з партнером, включаючи вираження любові з його боку, повагу, взаємну допомогу у особистісному зростанні, задоволеність тим, наскільки ефективно партнер виконує свою соціально-емоційну роль, а також рівноправність відносин і наявність сексуальної задоволеності. Важливими є також любов до партнера, відповідність образу дружини і образу ідеального чоловіка, а також відчуття подружжя єдиним цілим – подружньою парою.

Параметри ефективності спілкування в подружній парі, такі як глибина саморозкриття партнерів, точність невербальної комунікації, наявність у подружжя спільних символів, спільні очікування, частота успішного спілкування, подібність сприйняття подружніх ролей, взаєморозуміння й емпатія.

Взаємодія, яка поєднує фактори успішності шлюбу, такі як дружба подружжя, спільність їхньої діяльності, ефективність взаємодії та фізична близькість під час взаємодії.

Крім того, варто зазначити, що у процесі підтримання та розвитку партнерських стосунків, люди обмінюються певними матеріальними та нематеріальними ресурсами, які так чи інакше дають розвиток їхнім відносинам. До найбільш значущих із них можна віднести наступні категорії:

- Вербальні – слова кохання, підтримки, схвалення;

- Матеріальні – грошові кошти, подарунки, інші покупки;
- Діяльнісні – допомога, турбота, догляд, створення комфорту;
- Часові – спільна діяльність, увага, якісне спілкування;
- Фізичні – дотики, обійми, поцілунки, секс;
- Свободо-забезпечувальні – свобода у виборі діяльності, самостійність, приватність дзвінків та переписки, власний час;
- Безумовне прийняття – розуміння, відвертість, вірність.

Сильність та стійкість партнерських стосунків (подружніх стосунків), а отже, і рівень задоволеності подружнім життям, значною мірою обумовлюються також і суспільно-економічними умовами. Урбанізація, міграційні процеси, швидке переміщення в межах країни та за кордоном, анонімність особистого життя у місті, постійні зміни в виробництві через науково-технічний прогрес, вплив масової культури, нав'язливі рекламні матеріали, послаблення релігійних норм, соціальні кризи та висока напруженість особистого життя – все це сприяє нестійкості в сімейних відносинах. Багато людей не витримують такого тиску, що може призвести до порушень, дисгармонії в сімейному житті, адюльтеру та розлучень.

Ріфф С.Д. класифікує фактори задоволеності шлюбом на такі чотири групи:

1. Соціально-демографічні та економічні характеристики сім'ї: величина сукупності сімейного доходу, вік подружжя, кількість дітей в сім'ї.
2. Характеристики поза сімейною сферою життєдіяльності подружжя: професійна сфера, взаємовідносини подружжя з найближчим соціальним оточенням, відкритість/закритість сімейної системи.
3. Установки та поведінка подружжя в основних сферах сімейної життєдіяльності: розподіл господарсько-побутових обов'язків та збіг установок у цій сфері сімейного життя, організація дозвілля.
4. Характеристика подружніх відносин: емоційно-моральні цінності (почуття любові та поваги до партнера, спільні погляди та інтереси, подружня вірність) [50, с.578].

Якщо дуже узагальнити, то коли люди вступають у партнерські стосунки або ж укладають шлюб, кожен із подружжя прагне задовольнити свої власні потреби у

цій сфері. Таким чином, незадоволення таких потреб повною мірою і призводить до незадоволеності стосунками.

Варто відзначити також ймовірність проявів егоїзму, які можуть виникати повсякчас у процесі спільного життя подружжя або партнерів. Так, якщо подружжя проживає разом та веде спільний побут, кожен із них свідомо чи несвідомо намагатиметься організувати спільний простір з огляду на власні сенси та інтереси. При цьому, зустрічна поведінка іншого з подружжя може зачіпати його кордони, а це часто може зумовлювати конфлікти та суперечки. Цікавим моментом тут є те, що якщо партнери дійсно зацікавлені у збереженні стосунків та забезпеченні благополуччя свого сімейного життя, відходять від таких егоїстичних тенденцій та намагаються вибудувати доброзичливі та довірливі стосунки одне з одним [36].

## **1.2. Гендерні відмінності у відчуттях задоволеності партнерськими стосунками**

В сучасному світі, де концепції та уявлення про сім'ю та стосунки взагалі постійно трансформуються, важливо розглядати аспекти гендерних відмінностей у відчуттях задоволеності партнерськими стосунками. Конституція України у статті 51 закріплює, що «шлюб ґрунтується на вільній згоді жінки і чоловіка» [14].

У 2023 році українські парламентарі також розглядають можливість запровадження нових форм партнерства, які відображають різноманітність та гнучкість сучасних міжособистісних зв'язків. Зокрема, законопроект про цивільні партнерства відкриває двері для визнання та офіційного реєстрування стосунків, які не обов'язково базуються на традиційному шлюбі. Цивільне партнерство, яке часто називають ще реєстрованим партнерством, є способом визнання відносин між особами, які бажають прийняти конкретні зобов'язання та права, аналогічні тим, що існують у шлюбі. Цивільне партнерство не є офіційним шлюбом, але є вільним об'єднанням двох осіб однакової або різної статі, що ґрунтується на взаємних повазі, розумінні, підтримці та обміні взаємними правами та обов'язками. Це відкриває простір для розгляду та розуміння різних форм партнерських зв'язків та їх впливу на відчуття задоволеності [8].



Питання гендерних відмінностей у відчуттях задоволеності стосунками стають надзвичайно актуальними, оскільки у сучасному суспільстві розвиваються традиційні ролі та очікування, пов'язані із сімейним життям. Розгляд цього аспекту може розкрити не лише індивідуальні перспективи, а й відзначити суспільні тенденції, що визначають новий розвиток міжособистісних стосунків. Такий підхід важливий для формування більш глибокого розуміння та підтримки різноманітності в партнерських відносинах.

У сучасних умовах набуває важливості тісний взаємозв'язок між параметрами, що описують розподіл та реалізацію ролей у подружньому житті. Факт, що ці параметри пов'язані із сферою подружнього життя та біологічними засадами сім'ї, визначає їх не тільки як важливий елемент, але і як основний і невід'ємний, що дозволяє розглядати їх як крайовий фактор багатьох внутрішньосімейних процесів. У науковій літературі цей комплексний показник, який охоплює як реальний розподіл ролей у сім'ї, так і ставлення до нього подружжя, здобув назву «гендерно-рольової диференціації» [17]. Цей термін використовується у процесі визначення особливостей гендерних відмінностей у відчуттях задоволеності партнерськими стосунками, і позначає реальний розподіл ролей у сім'ї і реальне ставлення до нього з боку кожного з подружжя.

Гендерно-рольова диференціація визначається через ряд характеристик: уявлення подружжя про ролі чоловіка та жінки (статеві-рольові установки), уявлення про розподіл ролей у сім'ї (приватні статево-рольові установки), рольову поведінку подружжя (реальний розподіл ролей) та статеву ідентичність (фемінність-маскулінність як характеристики кожного з подружжя).

Широкий спектр форм гендерно-рольової диференціації включає традиційну, антитрадиційну та рівноправну, кожна з яких відзначається відповідним стилем в сім'ї. Традиційна гендерно-рольова диференціація виявляється у сім'ях, де обов'язки подружжя розподілені відповідно до їхньої статі (жінка займається домашніми обов'язками та вихованням дітей, чоловік забезпечує матеріально сім'ю та підтримує зв'язки з зовнішнім світом), і кожен з них вважає це за нормальне та єдине можливе.

Антитрадиційна гендерно-рольова диференціація - це підхід до розподілу обов'язків та ролей у сім'ї, що відхиляється від традиційних, стереотипних стандартів і очікувань, що призначені для чоловіків та жінок. У цьому контексті, сімейні обов'язки не обмежуються чітким розподілом за статевим принципом, а можуть бути визначені індивідуальними уподобаннями, навичками і можливостями кожного члена подружжя, незалежно від його статі. Антитрадиційний підхід спрямований на те, щоб дозволити більш гнучке та індивідуалізоване розподілення обов'язків у сім'ї, а не ґрунтуватися на стереотипах щодо того, які ролі «повинні» виконувати чоловіки та жінки в сімейному оточенні.

Рівноправна гендерно-рольова диференціація - це підхід до розподілу обов'язків та ролей у сім'ї, в якому члени подружжя рівноправно включені у виконання сімейних обов'язків. У такій сімейній моделі кожен член подружжя має однакові можливості брати участь у прийнятті рішень, здійсненні зобов'язань та забезпеченні сімейного благополуччя. Рівноправна гендерно-рольова диференціація ґрунтується на ідеї взаємоповаги, рівності та спільної відповідальності, де розподіл обов'язків залежить від індивідуальних навичок, інтересів і можливостей кожного члена сім'ї, а не від його статі.

Дослідники зазначають, що чітка гендерно-рольова диференціація сприяє обмеженню обов'язків для кожного з партнерів, що дає їм можливість більш повноцінно займатися завданнями та функціями, які перед ними стоять [4, с.15]. Така диференціація допомагає парі більш успішно вирішувати проблеми та справлятися з різноманітними завданнями, що призводить до підвищення задоволеності шлюбом. У той же час, утримання жорсткої диференціації, коли вона вже не є необхідною (оскільки сім'я повністю пристосувалася до ситуації або проблеми зменшилися), навпаки, може призвести до зменшення задоволеності шлюбом.

Можна стверджувати, що реалізація внутрішньо сімейних функцій кожним із партнерів є одним із найважливіших факторів, що впливає на характер подружніх взаємин. Тому співробітництво партнерів у стосунках в процесі реалізації таких функцій є базою та змістом сімейно-рольової сфери. Логічним при цьому є

врахування мінливості та розвитку суспільства, а отже й функції сім'ї. Це призводить до планомірної зміни ролей чоловіка та жінки в сім'ї, устрою сім'ї в цілому.

Кожне суспільство має свою власну культуру, яка включає в себе узагальнені уявлення про ролі чоловіків і жінок, а також очікування стосовно їхньої поведінки. Ці уявлення, які можна вважати загальноприйнятими віруваннями, називають гендерними стереотипами. Зазвичай вони можуть бути віддаленими від реальності, неточними, стійкими до нової інформації та далекими від реальних характеристик та поведінки конкретних осіб. Гендерні стереотипи включають в себе уявлення про те, які почуття, вияви та дії повинні бути характерними для чоловіків та жінок. Дослідники підкреслюють наявність сильних гендерних стереотипів і прийняття їх членами відповідних груп, що свідчить про їхню значну впливовість, яка навіть перевершує вплив расових стереотипів.

Гендерні стереотипи, на думку Васютинського В.О., як узагальнені уявлення про чоловіків і жінок, проявляються переважно як гендерно-рольові стереотипи, що визначають прийнятність різних ролей і видів діяльності для представників обох статей. Також вони представляють собою стереотипи гендерних рис, тобто психологічних та поведінкових характеристик, які вважаються типовими для чоловіків і жінок. Ці два аспекти гендерних стереотипів тісно пов'язані між собою. Прийняття конкретної соціальної ролі для особи одної статі частково обумовлене наявністю у неї певних рис і характеристик [4].

У патріархальному суспільстві прийнято вважати, що відмінності між чоловіками та жінками полягають не тільки у фізичних та фізіологічних характеристиках, але й у ніби-то вроджених психологічних властивостях. Раніше вважалось, що маскуліність та фемініність є полярними, взаємовиключними поняттями. Суто чоловічими рисами прийнято вважати бажання домінувати, безстрашність, раціональність, активність, готовність ризикувати. Суто жіночими рисами прийнято вважати чутливість, доброту, любов до дітей, бажання дарувати турботу.

Насправді не варто поділяти психологічні якості на «жіночі» та «чоловічі». Згідно сучасних наукових поглядів, кожній людині притаманні вигадані стереотипами маскулінні та фемінні риси, які насправді є просто людськими. Таким чином, як жіноча маскулінність, так і фемінність у чоловіків – є нормальними психологічними проявами, незалежно від обраної гендерної ідентичності, а також виконання статевих та соціальних ролей.

Дослідники навіть проводять абсурдні експериментальні дослідження, у яких доводять, що у фемінних чоловіків та жінок ніби-то присутні спільні риси: низькі показники за такими характеристиками як самоповага, впевненість, винахідливість; у них низька самооцінка, конформна поведінка, висока чутливість до критики. У ціннісно-потребовому аспекті для ремінних чоловіків та жінок важливими є дружні відносини, чутливість, турбота, співпереживання та наявність значущих осіб. Низьке ціннісне значення має впевненість у собі. Також виділяють і відмінності у особистісних особливостях ремінних чоловіків та жінок. Дослідники стверджують, що фемінні жінки є спокійними, оптимістичними, комунікабельними, а також спостерігається високий рівень самозвинувачення, який здатен супроводжуватись аутоагресією. Фемінні жінки ніби-то прагнуть до задоволення своїх потреб у шлюбі. Фемінні чоловіки ніби-то є закритими, обережними, чутливими, прагнуть до творчого виду діяльності та схильні до гетероагресії. Вони менше цінують активність та незалежність [17, с.42].

Порівняно із фемінним типом, маскулінний тип має більш домінантно-інструментальне спрямування. Маскулінні чоловіки та жінки високо цінують самостійність, цілеспрямованість, досягнення успіху та низько цінують сімейне життя. У маскуліного типу присутній високий рівень агресії, низький рівень емпатії та рефлексії, що призводить до проблем розуміння у емоційно-особистісній сфері.

Особливості кожного ось такого гендерного типу чоловіків та жінок впливають і на формування їхніх уявлень про задоволеність шлюбом. Так, згідно емпіричних досліджень цих науковців, задоволеність шлюбом переважає у ремінних жінок та андрогенних та маскулінних чоловіків. У цілому, фемінні жінки

та андрогінні чоловіки є більш активними у процесі узгодження сімейних цінностей, тоді як решту з них більш схильні до розбіжностей та нейтральної поведінки [17, с.43].

Таким чином, твердження про психологічні та поведінкові різниці між статями є базою для створення та підтримання гендерно-рольових стереотипів. Зазвичай чуємо, що жінки вважаються занадто емоційними і неспроможними до раціонального мислення для того, щоб виступати у ролі лідерів чи керівників, тоді як чоловікам приписують відсутність чуттєвості та терпіння, щоб доглядати за малими дітьми. Характерною ознакою цих стереотипних уявлень є ігнорування конкретних психологічних та поведінкових характеристик особи.

Обговорення однієї загальної гендерної (статевої) ролі для чоловіків чи жінок є сумнівним і необґрунтованим. Більшість соціальних ролей в суспільстві включає гендерний елемент у вигляді стереотипних уявлень і очікувань щодо статі особи, яка виконує певну роль. Фактично, багато ролей можуть бути здійснені особою будь-якої статі через використання різних вербальних і невербальних дій. Немає і не може бути жодної жорстко визначеної ролі, яка є характерною тільки для конкретної статі, такої як «чоловіча» чи «жіноча». Існують лише очікування, які виникли історично та мають біологічний корінь, але в значній мірі базуються на соціокультурних факторах щодо відповідності між соціальною роллю та статтю особи. Таким чином, коли ми говоримо про гендерні ролі, маємо на увазі не одну, а численні соціальні ролі, поведінку в сім'ї та громадському житті, які можуть бути характерними в основному або виключно для осіб чоловічої чи жіночої біологічної статі.

В сучасних умовах глобалізації суспільство повинно переглядати стереотипи, пов'язані з соціальним розподілом за статтю. Чоловіки та жінки виражають бажання змінити традиційний підхід до своїх гендерних ролей, який обмежує їх можливості, заважає виявленню творчого потенціалу та може викликати психологічну травму. Це пов'язано з тим, що їхні особисті стилі статевої поведінки не завжди відповідають вимогам суспільства.

До цього часу існують традиційні очікування від жінок, що стосуються виконання ними соціальних ролей матері-виховательки, домогосподарки та доглядальниці. Навіть у сучасному світі вважається прийнятним, що жінка працює поза домом, але бажано, щоб це було сумісно з виконанням внутрішньо-сімейних обов'язків. З іншого боку, чоловікам часто очікується виконання соціальних ролей батька-годувальника, захисника, забезпечення засобів для існування, працівника поза домом, лідера та керівника. Згідно з такими усталеними стереотипами чоловіків, їхні трудові та професійні успіхи визначають їхню цінність, тоді як жінок переважно оцінюють за наявністю сім'ї та дітей.

Гендерні стереотипи також включають у себе вимоги та заборони стосовно того, які емоції, прояви та дії вважаються прийнятними для чоловіків та жінок. Дослідники визначають два факти: існування сильних гендерних стереотипів та їх прийняття членами тієї групи, до якої вони відносяться. Ці стереотипи проявляють значно більшу силу, ніж, наприклад, расові стереотипи [4, с.10].

Таким чином, гендерні стереотипи, як узагальнені уявлення про чоловіків і жінок, проявляються головним чином у формі гендерно-рольових стереотипів, які визначають прийнятність різних ролей і видів діяльності для представників чоловічої та жіночої статей. Також вони виявляються у формі стереотипів гендерних рис, які визначають психологічні та поведінкові характеристики, які приписуються чоловікам і жінкам.

## РОЗДІЛ 2: ВПЛИВ РІЗНИХ СТАДІЙ СІМЕЙНОГО ЖИТТЯ НА ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ПАРТНЕРСЬКИМИ СТОСУНКАМИ У ЖІНОК

### 2.1. Психологічні аспекти задоволеності партнерськими стосунками на різних стадіях сімейного життя

Психологічні аспекти різних стадій сімейного життя визначаються внутрішніми динаміками, взаємозв'язками та адаптацією членів сім'ї до мінливого оточення. Сімейне життя та партнерські відносини мають суттєвий вплив на психологічний стан і емоційний комфорт подружжя. Розуміння, як різні етапи сімейного життя впливають на їхнє задоволення від партнерства, дозволяє розробляти ефективні стратегії психологічної підтримки та покращення якості міжособистісних відносин. Аналіз психологічних аспектів різних стадій сімейного життя допомагає розкрити особливості адаптації до різних сімейних сценаріїв, визначаючи фактори, які сприяють або заважають їхньому психологічному благополуччю.

Основні стадії сімейного життя науковці диференціюють за різними чинниками, що включають народження дітей, їхній вік, а також взаємодію у сімейному колективі. На кожному з цих етапів розвитку сім'ї жінки знаходяться перед унікальними завданнями та викликами, які впливають на їхнє психологічне благополуччя та ставлення до партнерських стосунків.

Так, **за часом появи у подружжя дитини/дітей** стадії подружнього життя виглядають наступним чином:

- 1) Дошлюбний період. Цей етап характеризується формуванням пари та будівництвом основ для подальшого спільного життя.
- 2) Укладення шлюбу. В цей період подружжя активно пристосовується до нового статусу та змін в ролі партнерів.
- 3) Народження дитини. Поява дітей перетворює динаміку взаємин в сім'ї.
- 4) Виникнення дитячої підсистеми в сім'ї (після народження другої дитини).

- 5) Залучення дітей у соціальні інститути (дитячий садок, школа).
- 6) Сепарація дітей від батьків.
- 7) Створення дітьми власної сім'ї [18, с.38].

Дана класифікація, хоч і відображає більшість реалій об'єктивної дійсності в сучасному українському суспільстві, все ж може стереотипізувати ідею, що певні події обов'язково мають відбуватися на певних етапах, що не завжди відповідає реальності. Крім того, вона може не враховувати сучасних форм стосунків та нових соціокультурних реалій.

Е. Дювалль також розглядає стадії життєвого циклу сім'ї на основі критерію **наявності чи відсутності дітей у сім'ї та їх віку:**

1. Сім'я, що формується (0-5 років), дітей нема;
2. Дітородна сім'я, вік старшої дитини до 3 років;
3. Сім'я з дітьми-дошкільниками, старшій дитині 3-6 років;
4. Сім'я з дітьми-школярами, старшій дитині 6-13 років;
5. Сім'я з дітьми-підлітками, старшій дитині 13-21 рік;
6. Сім'я, що «відправляє дітей в життя»;
7. Подружжя зрілого віку;
8. Сім'я, що старішає [29].

До недоліків такого поділу можна віднести дитиноцентризм у стосунках дорослих людей – подружжя, тому можна вважати, що суто про аналіз партнерських стосунків тут не йдеться, а тільки про партнерство у прив'язці до батьківських ролей. Крім того, в сучасному суспільстві шлюб не призначений виключно для продовження роду та обов'язкового народження дітей, тому аналізувати етапи сімейного життя тільки через призму появи дитини є недоцільним. Також застосовувати виключно такий підхід недоречно у роботі з подружжям, особливо з тим, яке не має дітей та не планує народжувати. Крім того, класифікація не враховує культурні чи соціальні відмінності. Різні культури та соціальні контексти можуть впливати на сприйняття та досвід сімейного життя. У сучасному світі змінюються традиційні уявлення про сім'ю, і класифікація може не враховувати нові форми сімей та стосунків.



Звісна річ, сам факт народження дитини накладає свій відбиток на відносини між подружжям: він створює нові виклики та випробування для стосунків. Є дослідження, які констатують, що перехід до батьківства супроводжується періодом стресових та іноді дезадаптивних змін для значної частини нових батьків [27, с.412]. Більше того, існує й обернена залежність, згідно якої якість та особливості відносин між батьками, які складаються після народження дитини, мають критичний вплив на такі аспекти раннього розвитку дитини як фізіологічна збудливість [33], прив'язаність [28, с.581] та навіть розвиток мовлення [40, с.938]. Деякі дослідники зазначають, що подальший розвиток дитини (психологічний, соціальний та освітній) іноді може впливати на статус та якість відносин між батьками [44]. Проте, згідно переважної кількості досліджень, як наприклад Х'юстона та Холмса, не підтверджується гіпотеза про те, що батьківство стає тим фактором, який самостійно підриває задоволеність шлюбом [42, с.109].

**За критерієм віку подружжя** дослідники виділяють також т.зв. життєвий цикл сім'ї, на кожному з етапів якого подружжя відображає специфічні соціальні та економічні характеристики. Цими стадіями є:

- 1) молоде подружнє життя;
- 2) подружнє життя середнього віку;
- 3) подружнє життя зрілого віку;
- 4) подружнє життя похилого віку.

На кожній із цих стадій розвитку подружніх відносин, партнери повинні вирішувати певні завдання розвитку, тобто вимоги, які висуває зовнішнє середовище. Виконання цих завдань є вирішальним для сім'ї та її успішного розвитку й становлення як високоорганізованої складної системи.

Оскільки найбільш чітко зміни у відносинах подружжя можна прослідкувати у контексті зміни ролей – з просто подружжя вони стають батьками, - варто охарактеризувати більш детально *психологічні особливості побудови відносин подружжя, залежно від наявності та віку дітей у сім'ї*. Всі класифікації за наявністю дітей так чи інакше включають в себе такі етапи розвитку сім'ї:

**Молода сім'я без дітей.** Початковий період шлюбу характеризується сімейною адаптацією та інтеграцією. Психологічна сутність взаємної адаптації полягає у взаємоузгодженні думок, почуттів та поведінки. В адаптаційний період найбільш чутливими до подружнього конфлікту є такі сфери спілкування: відносини з родичами та друзями; взаємні ревності, порушення рольових очікувань, домінування у стосунках, ставлення до матеріальної основи сім'ї.

На цьому етапі сімейного циклу сімейними труднощами, з якими може зіткнутись подружжя можуть стати: установлення кордонів емоційної близькості, становлення рольової структури молодого подружжя, розподіл господарсько-побутових обов'язків, вирішення житлового та майнового питань, налагодження взаємовідносин з родичами подружжя. Логічним видається спостереження, згідно якого ставлення молодого подружжя одне до одного відрізняється від ставлення подружжя, яке у відносинах вже тривалий час. При цьому, сам вік партнерів не відіграє тут ролі, а відіграє тільки новизна стосунків.

Важливими також є структурно-рольовий аспект та процеси лідерства, встановлення соціальної влади – вони також провокують виникнення труднощів у молодій сім'ї. Кожному із подружжя необхідно пристосовуватись до стану, який, порівняно із дошлюбною незалежністю та свободою, здається вимушеною необхідністю. Проблеми можуть виникати через такі характеристики рольової структури як розподіл ролей між подружжям, ступінь ідентифікації з роллю за суперечливих вимог до її виконання, через неможливість поєднати декілька ролей, над ідентифікація з тим розподілом ролей, які склались у стосунках батьків.

На цьому етапі задоволеність подружніми стосунками проявляється в різних аспектах, оскільки цей період може бути особливо насиченим емоціями та враженнями. Якщо у пари є спільні інтереси, захоплення або хобі, це може створювати додаткові можливості для спільної діяльності та задоволення від спільного проведення часу. Молоді подружжя, які ефективно взаємодіють та ділять відповідальність у справах, відчувають, що їхні стосунки є збалансованими та гармонійними.

**Сім'я з маленькими дітьми/дитиною (до підліткового віку).** Факт народження дитини позначає перехід діадних стосунків у тріадні: формується трикутних стосунків, який включає батьків та їхню дитину. В період після народження дитини на периферії трикутника зазвичай знаходиться тато, а між матір'ю та немовлям налагоджуються симбіотичні стосунки. В цей час роль тата є вирішальною для благополучного існування діади «мати – дитина», яка полягає у забезпеченні їх життєдіяльності. В цей період чоловік може почувати себе виключеним із сім'ї, переживати почуття ревності, адже дружина спрямовує всю увагу на дитину. Подекуди у нього може виникати відчуття «емоційного голоду» що змушує його у деяких випадках шукати близькість з іншими членами сім'ї, друзями, або поринати з головою в роботу, таким чином віддаляючись від сім'ї.

Дружина, яка очікує від чоловіка емоційної підтримки а також допомоги у догляді за дитиною та ведення домашнього господарства, згідно їхніх домовленостей, може почати переживати образу та висувати йому претензії. Результатом, звісно ж стають протиріччя та навіть сварки, далі відбувається підсилення концентрації жінки на дитині, що провокує нову хвилю дистанціювання від чоловіка. Декілька досліджень показують, що матері, як правило, демонструють раптове зниження задоволеності стосунками після народження, тоді як батьки демонструють більш поступове зниження, яке стає очевидним лише через 6-15 місяців після народження [22, с.520; 34, с.291]. Дослідники зазначають, що подібним чином зазнають і трансформації стосунки і у гомосексуальних пар, які зачали дитину шляхом штучного запліднення. Результати досліджень свідчать про зменшення любові та збільшення конфліктів у стосунках після народження дитини [32, с.98]. Таким чином, деяке погіршення стосунків після народження є відносно універсальною подією для середньої пари.

Можна стверджувати, що дитина вже з перших днів життя може виступати регулятором психологічної дистанції між батьками, якщо вони не мають достатньої емоційної зрілості та не можуть зрозуміти почуття одне одного для досягнення компромісу. Циркуляційні та хвилеподібні суперечності між подружжям із появою дитини можуть навіть призвести до емоційного розриву як дисфункції подружньої

пари. В цей час знову набирають актуальності проблеми зовнішніх кордонів сім'ї. Народження дитини спричиняє появу нових ролей у батьків подружжя – бабусі та дідусі; змінюється інтенсивність контактів з батьківськими сім'ями. Крім того, подекуди народження дитини є моральною підставою для офіційного оформлення шлюбу.

Загалом дослідники зазначають, що пари, які народжують чи усиновлюють дітей, постійно демонструють різкіше зниження згуртованості та діяльності, зосередженої на стосунках, порівняно з парами, які дітей не мають [46, с.264]. Розглядаючи наслідки цих досліджень, важливо визнати, що, оскільки батьки та особи, які не є батьками, можуть мати суттєві відмінності у стосунках ще до народження дітей, то зміни у їхніх відносинах не можна прямо пов'язувати із появою дитини в сім'ї [48, с.485]. У результаті науковці ще не дали відповіді на центральне питання про те, чи можна визначити перехід до батьківства як причинний фактор загального зниження якості стосунків між батьками.

На цьому етапі розвитку сім'ї задоволеність подружніми стосунками може проявлятися через різні аспекти, що відображають адаптацію та взаємодію батьків у нових умовах – поява спільної відповідальності за дитину (дітей). Здатність батьків спільно вирішувати питання, пов'язані з вихованням та доглядом за малюком, сприяє взаєморозумінню та взаємній підтримці. Рівноправна участь у вихованні дитини зміцнює взаємини. Задоволеність збільшується, коли батьки виявляють емпатію один до одного в контексті труднощів та викликів, які виникають при догляді за дитиною. Відчуття підтримки та розуміння є важливими для стабільності стосунків. Разом пережиті позитивні моменти з дітьми, такі як перші слова або кроки, можуть впливати на задоволеність подружніми стосунками. Спільні радісні моменти утверджують важливість сімейних зв'язків. Здатність відкрито спілкуватися та донести свої потреби та очікування важлива на цьому етапі. Ефективна комунікація сприяє вирішенню конфліктів та уникненню непорозумінь.

Нові випробування для задоволеності подружніми стосунками у сім'ях з дітьми виникають тоді, коли дитина вперше йде до дитячого садочка. Так, з

досягненням дитиною віку трьох років, у неї виникає потреба розширення сфери соціальних контактів; у дитини також зростає самоконтроль та здатність налагоджувати відносини прив'язаності та довіри з іншими людьми. У матері теж часто виникає потреба знизити інтенсивність взаємодії з дитиною, зайнятись кар'єрою, а у випадку перебування чоловіка на периферії трикутника стосунків, знову наблизитись до нього. У зв'язку з цими змінами часто виникає необхідність перерозподілити обов'язки та окреслити нові кордони сім'ї в стосунках. Так, якщо обоє з подружжя працюють, то вони мають спільно вирішити такі питання: питання щодо обов'язків у сфері освіти дитини; господарсько-побутова сфера; сфера дозвілля.

Включення дитини у зовнішні соціальні інститути часто може висвітлювати вже наявні сімейні дисфункції, так само й характер та особливості адаптації дітей до нової ситуації в житті визначається особливостями внутрішньо сімейних відносин. Нерідко психологічні проблеми дітей виступають індикатором наявності внутрішньо сімейних проблем.

Коли дитина йде до школи, батьки повинні проявити гнучкість та прийняти факт освоєння дитиною нового соціального статусу. Розширення сфери соціальних контактів призводить до зміни зовнішніх кордонів сім'ї. Крім того, важливою є організація батьками адекватної допомоги школяреві у навчанні. У зв'язку з цим вони часто знову змушені переглянути розподіл обов'язків у сім'ї. Від того, наскільки вдається узгодити ці питання, залежить успішність проходження сім'єю наступних етапів її життєвого циклу. В традиційній українській сім'ї нерідкісною є ситуація, коли більшість функцій виконує мати, що веде до її перенавантаження. Батько може виконувати свої батьківські функції поверхнево, ілюструючи «синдром нереалізованого батьківства». При значному порушенні балансу вся сім'я стає функціонально неповною. Найгіршим є те, що дитина може засвоїти такі рольові схеми і відтворювати їх вже у власній сім'ї.

**Сім'я з дитиною підліткового віку** стоїть перед необхідністю пристосуватись до факту дорослішання дитини та досягнення нею статевої зрілості. Підлітковий вік є періодом вторинної індивідуалізації дитини, яка включає в себе

два взаємопов'язані процеси – сепарація від батьків та відмова від використання батьків як головних об'єктів любові. Переважно завжди підліток проходить через кризу ідентичності, в процесі якої він піддає сумніву сімейні правила та регламенти та може шокувати батьків нестандартними цінностями та поведінкою, що призводить до конфліктності в сім'ї. Підліткова криза стає причиною внутрішньо сімейної боротьби за підтримання ієрархічного порядку, адже батьки більше не володіють повнотою влади і мають враховувати зростаючу незалежність та інтелект дитини. Нерідко такі події призводять до того, що подружжя переоцінює свої відносини, а у випадку розколу батьківської діади, дитина схильна до об'єднання з кимось із батьків, для набуття внутрішньої свободи. У підсумку, в сім'ї виникає субкоаліція [19, с.182].

На цьому етапі розвитку сім'ї задоволеність подружніми стосунками зміцнюється, коли партнери взаємно підтримують один одного в особистісному розвитку та досягненні особистих та професійних цілей. Здатність подружжя розуміти особливості підліткового віку їхньої дитини (дітей) та підтримувати один одного у важких моментах виховання допомагає у збереженні стабільності в сімейних стосунках. Здатність знаходити спільні інтереси з підлітком та проводити час разом може позитивно впливати на відносини в сім'ї, сприяти підтримці взаєморозуміння та близькості. Збереження відкритої та ефективної комунікації важливе на цьому етапі, оскільки підлітки можуть переживати періоди змін у своєму житті та ставленні до навколишнього світу. Задоволеність подружніми стосунками на цьому етапі включає здатність зберігати інтимність та розуміння партнера у сексуальній сфері.

**Сім'я з дорослими дітьми.** На цьому етапі розвитку сім'ї часто може виникати криза середнього віку у когось із подружжя та проявляться так званий «синдром спорожнілого гнізда» [19, с. 183]. Внаслідок пошуку сенсів та переоцінки цінностей можуть виникати думки про розірвання подружніх відносин або про подружню зраду. У цей період діти, якщо вони не живуть разом з батьками, бувають вдома рідко. Подружжю може стати очевидно, що саме діти відігравали

важливу роль в сім'ї, і якщо у стосунках між чоловіком та жінкою не було нічого крім спільної турботи про потомство, то їм не буде елементарно про що поговорити. Також можливим варіантом є загострення розбіжностей та проблем, вирішення яких було відкладене через народження дітей.

Саме в цей період розвитку сім'ї зростає число розлучень. На зрілих стадіях шлюбу набагато складніше вирішити проблему, ніж в ранні роки, коли молода пара ще не стабілізована та перебуває в процесі побудови нових стереотипів взаємодії. Дана стадія характеризується високим ступенем тривоги; подружжя може переживати втрату любовних почуттів, розчарування, знецінення та зниження почуття суб'єктивної задоволеності шлюбом. Подружні зради, які часто можуть ставатись на цьому етапі розвитку сім'ї, відображають прагнення подружжя переглянути результати життєвого шляху та знайти нові можливості самореалізації через пошук іншого партнера, з яким зав'язуються нові життєві цілі та нові можливості особистісного зростання, налагодження емоційно-близьких відносин, вільних від тягаря помилок, почуття провини та гіркоти переживань. Пошук нового партнера відображає не розчарування у попередньому, а скоріше негативне переосмислення життєвих підсумків та спробу «почати нове життя». Вирішення кризи в стосунках таким неадекватним чином відображає незрілість особистості та її нездатність до конструктивного вирішення проблем.

У переважній більшості випадків така криза, яка виникла через необхідність визначення особистістю нових життєвих цілей, пріоритетів та цінностей тільки оголює та загострює давно назрілі суперечності сімейної системи, демонструючи її дисгармонійний та деструктивний характер. Це призводить до логічного завершення функціонування подружжя, проте дитячо-батьківські відносини, звісна річ, залишаються.

Дорослі діти, які покинули батьківський дім можуть продовжувати виконувати функцію сімейного стабілізатора, наприклад через девіантну поведінку. Якщо у такої дитини виникають проблеми різного роду, сім'я знову набуває цілісності, допомагаючи їх вирішити. З цього можна зробити висновок, що поки дитина буде несамостійною (у будь-якому віці), батьки можуть проявляти

свою спільну турботу про неї, уникаючи необхідності вибудовувати відносини одне з одним.

На цьому етапі задоволеність подружніми стосунками може проявлятися через різні аспекти, з урахуванням нових викликів та можливостей, які з'являються на цьому етапі. З виходом дітей з дому у сім'ї може з'явитися більше часу та можливостей для відділення уваги один одному. Партнери можуть спробувати нові заходи та захоплення, які раніше були обмежені обов'язками виховання дітей. Дорослі діти можуть стати спільним об'єктом гордості та об'єднуючим елементом для батьків. Це може зміцнювати емоційний зв'язок між партнерами.

Досить часто проблеми у сім'ях пов'язуються через те, що подружжя не може плавно перейти з однієї стадії в іншу, і одна стадія часто накладається на іншу. Це призводить до виникнення труднощів, які супроводжуються необхідністю перебудови всієї сімейної системи та перерозподілу сімейних ролей та обов'язків. Через неможливість швидкої трансформації цієї системи, у подружжя виникає закономірна криза, яка супроводжує перехід на новий етап розвитку.

У контексті стосунків подружжя особливу роль відіграє те, з якими ідеалістичними уявленнями кожен із подружжя вступає до шлюбу, як кожен із них уявляє собі подружнє щастя. Між ідеалістичними уявленнями та реальними відносинами між людьми завжди були, є та будуть значні розбіжності. Це часто виступає рушійною силою трансформації партнерських стосунків

Становлення та зміна відносин між подружжям у шлюбі багато в чому залежить від того, яким чином відбувалась адаптація та інтеграція партнерів одне до одного на ранніх стадіях сімейних відносин. Оскільки основою шлюбного союзу виступають певні мотиви (господарсько-побутові, морально-психологічні, сімейно-батьківські, інтимно-особистісні), то в подружніх пар може виникати зміщення цих мотивів, що призводить до змін у стосунках. Крім того, деякі дослідження показують, що різниця змін у задоволеності стосунками залежить від статі, хоча напрямок ефекту може залежати від часу вимірювання [49, с.125].

Дослідження свідчать, що на більш пізніх етапах сімейного циклу спостерігається зростання рівності у розподілі ролей. Водночас збільшується



рівень задоволеності подружжя своїм шлюбом. Однією з причин таких змін, що відбуваються протягом сімейного циклу (а також ключовим фактором, який суттєво впливає на ці зміни), часто (але не завжди) є присутність дітей та їхній вік. Велика кількість даних підтверджує, що народження дитини призводить до раптової традиціоналізації взаємин у подружжі. Очевидно, це здійснюється переважно за рахунок зміни статусу жінок, які часто висловлюють незадоволення у зв'язку з новою складною сімейною ситуацією. Значний інтерес представляють результати досліджень, які свідчать про те, що вік дитини впливає на розподіл подружніх ролей по-різному. Зокрема, за певними даними, більш суворі традиціоналізація взаємин у подружжі спостерігається при вступі дитини до школи та її переході в підлітковий вік.

Отже, при переході з одного етапу сімейного розвитку на інший піддаються структура сім'ї, сімейні ресурси та можливості, якість сімейних відносин, діапазон відповідальності, обов'язків, активності членів у відповідності з функціями та завданнями, які виконує сім'я на кожному з етапів життєвого циклу. Зміни заторкують всю внутрішню життєдіяльність сімейної системи, спричиняють мобілізацію внутрішніх ресурсів, відображаються на внутрішньому сімейному кліматі, на емоційному, психологічному самопочутті членів сім'ї, атмосфері взаємовідносин. Можливість переходу сім'ї на новий рівень залежить від бажання подружжя зберегти сім'ю, культури їх міжособистісних відносин та здатності визнавати помилки, від ступеню вираженості прагнення підтримувати психологічно благополучні, здорові стосунки з іншими членами сім'ї.

## **2.2. Вплив досвіду сімейного життя на психологічний стан жінок**

Прагнення до благополуччя визнається ключовою умовою для позитивного стилю життя особистості, а також для розкриття власного потенціалу, досягнень та успіхів у особистому житті. Особистість може свідомо відзначати наявність або відсутність благополуччя, а його вплив відчувати та сприймати через результати.

У науковій літературі благополуччя розглядається як «налагодженість психічних процесів і функцій, відчуття цілісності, внутрішньої рівноваги, а також

задоволеність собою та оточуючим світом» [52]; Каргіна Н. розглядає як «складне психічне утворення, яке детерміновано системою власних цінностей та переконань, проявляється у відчутті задоволення життям і собою, досягненні актуальних мотивів і потреб особистості в перспективі соціально значущої мети та позитивній оцінці свого існування» [11]; Гуляєва О. розглядає як «інтегральний психічний феномен, що відображає суб'єктивну реальність індивіда і характеризує успішне функціонування даного індивіда в соціальному середовищі, яке супроводжується позитивним емоційним тоном, функціональним станом організму і задоволеністю життя» [6].

Психологічне благополуччя відображає стан гармонійного поєднання об'єктивних та суб'єктивних умов процесу формування особистості, таких як позитивне сприйняття себе і власного минулого, наявність мети та занять, які надають життю сенсу, здатність вирішувати повсякденні завдання, відчуття постійного розвитку і самореалізації, здорові взаємини з іншими, засновані на турботі і довірі, та здатність дотримуватися власних переконань.

Благополучні жінки виявляють потребу в самостійному виборі та свідомому конструюванні свого життєвого шляху. Вони виявляють бажання турбуватися про інших та володіють розвиненою здатністю до емпатії, любові і близькості. Ці жінки здатні подолати життєві кризи, отримувати цінний життєвий досвід, формувати власний світогляд, розробляти життєві перспективи та цінності. Вони сприймають життя як цікаве, емоційно насичене та наповнене змістом, виявляючи високий рівень задоволеності самореалізацією. Осмисленість минулого та сьогодення відкриває перспективи подальшого розвитку, а усвідомлення власної цілісності та місця в соціумі дозволяє ефективно використовувати власні ресурси. Вони вірять у здатність контролювати своє життя, вільно приймати та втілювати рішення.

Доцільним є розглянути, як саме досвід сімейного життя впливає на психологічне благополуччя жінок. Дослідження показують, що пари відчувають різний ступінь задоволеності шлюбом, з огляду на тривалість їхніх стосунків, хоча є конкуруючі точки зору щодо того, як це відбувається. Згідно однієї точки зору, у партнерів існує загальне зниження задоволеності стосунками із плином часу [24].

Інші дослідники наголошують на зниженні задоволеності шлюбом на початкових етапах подружнього життя, з поступовим підвищенням пізніше [51]. Різні етапи сімейного життя, такі як молодий шлюб, народження дітей, підлітковий період дітей, порожнеча гнізда та старість, можуть викликати різні емоції та стреси. На початкових етапах акцент може бути зроблений на адаптації до нового життя разом, тоді як на більш пізніх етапах сімейні ролі та взаємини можуть зазнавати змін.

Боссард Дж. зазначає, що задоволеність шлюбом не змінюється за показником тільки тривалості шлюбу, а на це впливають зовсім інші чинники. Про деякі з них було згадано в першому розділі роботи [25].

Горвітц та Вайт зазначають, що тривалість сімейного життя впливає на психологічний стан жінок через ряд факторів, які можуть динамічно еволюціонувати протягом часу. Так, кількість років, які сімейна пара проживає разом можуть бути фактором впливу на характер відносин між подружжям, яку підтримку кожен з подружжя надає одне одному. Сприятливі сімейні відносини та підтримка від партнера можуть сприяти психологічному благополуччю жінок, забезпечуючи їм відчуття безпеки та прив'язаності. Забезпечення емоційної підтримки та розуміння від партнера сприяє формуванню позитивного сприйняття власної особистості та стимулює самовизначення. Дослідники зазначають, що люди, партнери яких підтримують їх більше, повідомляють про нижчий рівень депресії. Натомість, особи з проблемним партнером у стосунках частіше повідомляють про вищий рівень депресії; по суті, стандартизований коефіцієнт для цих двох показників показує, що проблемні стосунки між подружжям мають асоціацію з депресією майже вдвічі більшу ніж підтримуючі подружні стосунки [41, с. 905].

Відчуття безпеки в сімейних відносинах може зменшити рівень стресу і тривожності, сприяти емоційній стійкості та впевненості у власних можливостях. Психологічна підтримка також впливає на формування внутрішньої рівноваги та відчуття задоволення від життя. Крім того, спільне вирішення проблем та взаємна увага створюють основу для здорових та задовільних сімейних відносин, що сприяє

загальному благополуччю жінок в різних сферах їхнього життя [56, с.1550]. Науковці підкреслюють, що спілкування між подружжям є ще однією змінною, пов'язаною із задоволеністю шлюбом та психологічним благополуччям. В'яле спілкування між подружжям спричиняє низку проблем і може зменшити задоволеність шлюбом [35].

Досвід материнства також може впливати на психологічний стан жінок. Вони можуть відчувати радість та задоволення від материнства, але також стикатися з стресами та викликами, особливо в період одразу після народження дитини. Дослідники визначають материнство як динамічний, життєзмінювальний та постійний процес зміни ідентичності жінки та способу її життя. Вагітність, пологи та післяпологовий період визначаються нейрогормональними процесами [39, с.290]. Загалом науковці характеризують материнство як «значущий, принизливий, дорогоцінний, повноцінний, винагороджуючий, блаженний, приємний, чудовий і радісний період». Материнство відзначається зв'язком, прихильністю, теплотою, близькістю та взаємозалежністю в діаді мати-дитина протягом усього періоду материнства [53, с.48]. Незважаючи на позитивні аспекти материнства, відомо, що життєвий баланс жінок, які мають дітей, може постраждати, зокрема серед жінок з дітьми (до)шкільного віку та серед жінок, які мають більше однієї дитини [37].

Емоційна навантаженість досвіду сімейного життя також є фактором впливу на психологічний стан жінок. Конфлікти в сім'ї, неврівноваженість в обов'язках, а також емоційна втома можуть викликати стрес та впливати на психічний стан жінок. Дослідники зазначають, що тривалий стрес може призвести до ряду розладів здоров'я, як от тривога та депресія, коронарна хвороба та проблеми зі сном [30, с.1365].

Можливість самовираження та особистого розвитку в рамках сімейного життя може впливати на психологічний комфорт жінок. Особистий розвиток та самовираження грають ключову роль у психологічному благополуччі жінок, вносячи важливий вклад у їхню самооцінку та емоційний стан. Відчуття постійного розвитку, навчання нового та самосприйняття як особи, що розширює свої горизонти, сприяють формуванню позитивного сприйняття власного «я». Здатність

до самовираження дозволяє виражати власні думки, емоції та потреби, що сприяє розвитку внутрішньої автентичності та самопідтримки.

Особистий розвиток також забезпечує відчуття компетентності та власної цінності, що впливає на загальний рівень задоволеності життям. Просування в кар'єрі, самостійне навчання, розширення соціальних контактів сприяють створенню багатогранного та насиченого життя, що впливає на психічне здоров'я жінок. Взаємодія з оточуючим світом через творчість, самовираження у хобі, розвивання особистих інтересів може зростити емоційну стійкість та радість від життя, сприяючи загальному психологічному благополуччю.

Зміни в соціокультурному середовищі з часом можуть впливати на очікування щодо ролі жінок у сім'ї. Зміни в цих очікуваннях можуть створювати додатковий стрес або, навпаки, сприяти самовираженню та розвитку. Сучасні соціокультурні зміни мають значущий вплив на психологічне благополуччя жінок, формуючи нові умови їхнього життя та переглядаючи традиційні ролі та очікування. У сучасному світі, де жінки отримують більше можливостей у сфері освіти та кар'єри, це може призводити до позитивного впливу на їхню самооцінку та самопідтримку. Збільшення ролі жінок в громадянському житті також може надавати їм відчуття значущості та задоволення від власної активної участі у суспільстві.

Однак, разом із цим, нові виклики можуть виникати у зв'язку з переоцінкою ролі жінки, соціокультурними стереотипами та очікуваннями. Спроба справлятися з тиском успіху в області кар'єри та сімейного життя може викликати стрес та тривогу. Крім того, зміни у стереотипах краси та самоприйнятті можуть впливати на психологічне благополуччя через соціальний тиск та ідеали краси.

У цьому контексті, важливо враховувати також вплив емансипації та психологічної свободи. З одного боку, можливість самовираження та самооповідання може збільшувати внутрішню стабільність та задоволення життям. З іншого боку, супротив традиційним стереотипам може призводити до соціокультурних викликів та конфліктів, що впливають на психічне благополуччя.

Усі ці аспекти допомагають краще розуміти взаємозв'язок між соціокультурним середовищем та психологічним благополуччям жінок у сучасному світі.

Вплив досвіду сімейного життя на психологічний стан жінок є глибоким та комплексним явищем, яке формується під впливом різних факторів та динамічно змінюється протягом різних етапів життя. Досвід дитинства та взаємодії з батьками впливає на уявлення жінок про сімейне життя. Якщо вони були свідками стабільних та підтримуючих відносин, це може сприяти створенню позитивного ставлення до сім'ї.

Вплив власного сімейного досвіду формує уявлення жінок про їхню роль у сім'ї. Якщо досвід передбачає рівноправність та спільну відповідальність, це може сприяти позитивному сприйняттю власної ролі. Травматичні взаємини у сім'ї можуть призводити до негативних емоцій та стресу. Здатність опрацьовувати ці емоції впливає на загальний психологічний стан жінок.

Важливо враховувати, що психологічне благополуччя жінок - це індивідуальний та унікальний процес, який формується під впливом різноманітних факторів, таких як особистий розвиток, соціокультурні зміни, підтримка від партнера та сімейні відносини. Сучасне середовище надає жінкам нові можливості для самореалізації, але одночасно створює нові виклики і стереотипи. Кожна жінка унікальна у своєму розумінні сутності та способів досягнення психологічного благополуччя, і важливо враховувати цю індивідуальність при аналізі та підтримці її емоційного та психічного стану.

### **РОЗДІЛ 3: ПРАКТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ ЗАДОВОЛЕНОСТІ ПАРТНЕРСЬКИМИ СТОСУНКАМИ У ЖІНОК З РІЗНИМ ДОСВІДОМ СІМЕЙНОГО ЖИТТЯ**

#### **3.1. Опис методики дослідження (вибірка, інструментарій, процедура)**

Емпірична частина даного дослідження присвячена вивченню психологічних аспектів задоволеності партнерськими стосунками у жінок з різним досвідом сімейного життя; виявленню впливу різних стадій сімейного життя на їх задоволеність партнерськими стосунками та встановлення залежностей між досвідом сімейного життя та психологічним станом жінок у контексті задоволеності партнерськими стосунками.

Вибірку дослідження становили працівниці салону краси. Кількість піддослідних – 20 осіб, стать – жіноча, вік – від 25 до 45 років. Усі 20 жінок перебувають у довготривалих стосунках, 12 з них має дітей.

Для реалізації мети та завдань емпіричного дослідження, зокрема, для встановлення залежностей між досвідом сімейного життя та психологічним станом жінок у контексті задоволеності партнерськими стосунками, нами було використано наступні методики:

- Методика проєктивного тесту «Сімейна соціограма», за Є.Г. Ейдемільером;
- Методика: Marital satisfaction questionnaire (revised) (Автор: Arnold A. Lazarus).
- Методика: Опитувальник РЕА: розуміння, емоційне тяжіння, авторитетність (Автор :А.Н. Волкова)

Доцільно здійснити загальну характеристику та опис кожної із вказаних методик.

#### ***Методика проєктивного тесту «Сімейна соціограма», за Є.Г. Ейдемільером***

Тест за методикою «Сімейна соціограма» дозволяє виявити місце досліджуваного в системі міжособистісних відносин і, крім того, визначити характер комунікацій в сім'ї – прямий або опосередкований.

Дана методика є прекрасним терапевтичним інструментом, адже допомагає подивитись на ситуацію в сім'ї «зверху» і оцінити існуючі взаємозв'язки.

### **Інтерпретація результатів**

Існують критерії, за якими проводиться оцінка результатів тестування:

- 1) число членів сім'ї, які потрапили в площу кола і черговість їх зображення;
- 2) величина кіл;
- 3) розташування кіл відносно один одного, дистанція між ними – говорить про характер взаємин між членами сім'ї.

Оцінюючи результат за першим критерієм, слід зіставити число членів сім'ї, які зобразив досліджуваний з реальним. Можливо, що члени сім'ї, з якими досліджуваний перебуває в конфліктних відносинах, не потраплять у велике коло, вони будуть забуті. У той же час хтось із сторонніх осіб, тварин, улюблених предметів може бути зображений як член сім'ї.

Далі ми звертаємо увагу на величину кіл. Більше порівняно з іншими коло «Я» говорить про достатню або завищену самооцінку, менше – про знижену самооцінку. Величина кіл інших членів сім'ї говорить про їх значущість їх в очах досліджуваного.

Слід звернути увагу на розташування кіл в площі кола і по відношенню один до одного. Розташування досліджуваним свого кружка в центрі кола може говорити про егоцентричність особистості, а розташування себе внизу, осторонь від інших кіл, які символізують інших членів сім'ї, може вказувати на переживання емоційної відстороненості.

Найбільш значущі члени сім'ї зображуються у вигляді великих за розміром кружечків в центрі або у верхній частині тестового поля.

Нарешті, велику інформацію можна отримати, проаналізувавши відстані між колами. Віддаленість одного кола від інших може говорити про конфліктні стосунки в сім'ї. Своєрідне «злипання», коли кола нашаровуються один на один, стикаються або знаходяться один в одному, говорить про недиференційованість «Я» у членів сім'ї, наявність симбіотичних зв'язків.



Кола можуть бути розташовані в лінійному порядку, що свідчить про формальний підхід до дослідження або відсутності теплих відносин;

Якщо кола розташовані у вільному розташуванні, в різній віддаленості один від одного, це свідчить про певний ступінь близькості між членами сім'ї.

Матері інколи ніби приліплюють до свого кола маленьке коло, яке означає дитину, а коло колишнього чоловіка та батька дитини може опинитися за великим колом, тобто за межами сім'ї, або взагалі зникнути.

Зустрічаються також варіанти, коли в коло поміщається обличчя члена сім'ї, таким чином формальна схема олюднюється.

### **Технологія проведення дослідження**

Для проведення тесту досліджуваним видають бланки: на кожному бланку намальоване коло діаметром 110 мм (Додаток 1), та пропонують схематично зобразити у цьому колі співвідношення членів сім'ї із респондентом у довільному порядку.

### ***Методика: Marital satisfaction questionnaire (revised) (Автор: Arnold A. Lazarus).***

Дана методика призначена для оцінки задоволеності особи стосунками у шлюбі або партнерських відносинах. Інструкція передбачає заповнення числових значень (оцінки) для кожного твердження, відображаючи власні почуття та очікування, а також оцінку того, як партнер відповів би на те ж саме (бланк тестування - Додаток 3).

Анкета охоплює різні аспекти відносин, включаючи комунікацію, сексуальне життя, управління грошима, час, спільне дозвілля та інші. Особа не тільки оцінює свої власні почуття, але і намагається передбачити, як її партнер відповів би на ті ж самі питання.

Використання числових значень дозволяє стандартизувати оцінку та легше аналізувати результати. Інструкція надає чіткі орієнтири та числові межі для інтерпретації результатів, що полегшує їх розуміння.

Оцінка включає не тільки аспекти взаємодії між партнерами, але й їхні взаємини з родиною, друзями, спосіб вирішення конфліктів та інші ключові аспекти.

### **Інтерпретація результатів:**

Загальні підсумки менш релевантні, ніж бали за окремими елементами. Оскільки показники коливаються від 16 до 160, кількість балів менше 80 означатиме значне незадоволення шлюбом.

Таким чином, кількість балів до 80 – низький рівень задоволеності; від 81 до 120 – середній; від 121 до 160 – високий.

Тим не менш, найпродуктивніше обговорювати індивідуальні бали, точно запитуючи, чому певний пункт отримав 9 або 10, тоді як інший виправдав лише 3 або 4. Звернення уваги на окремі бали за кожним пунктом дозволяє зосередитися на конкретних аспектах відносин, які можуть бути особливо значущими або проблемними. Вивчення конкретних розбіжностей в оцінках партнерів щодо оцінок іншої людини також виявляється продуктивним [47].

### **Технологія проведення дослідження**

Дослідження проводилось при колективному анкетуванні. Опитувальник складається із 16 тверджень. У опитувальнику респондентам пропонувалось *напроти кожного твердження у першому пробілі після кожного пункту записати число, яке найбільш точно і чесно відображає їхні теперішні почуття щодо шлюбу/стосунків або дружини/партнера. У другому пробілі - оцінити як партнер відповів би на цей пункт, якби він/вона заповнював анкету.* Текст опитувальника наведено у додатку 2.

### ***Методика: Опитувальник РЕА: розуміння, емоційне тяжіння, авторитетність (Автор: А.Н. Волкова)***

Опитувальник «Розуміння, емоційна відповідність, авторитетність» від А. Волкової розроблено для визначення рівня розуміння, емоційної привабливості та поваги у відносинах між партнерами у шлюбі. Цей інструмент дозволяє досліджувати ключові аспекти взаємодії між подружжям, а саме: визначає,

наскільки суб'єкт має чітку картину особистості партнера і відчуває суб'єктивне знання його індивідуальних особливостей; визначає рівень привабливості партнера та бажання спілкуватися, а також вплив контакту на емоційний стан суб'єкта; визначає, наскільки суб'єкт приймає партнера як особистість і чи розділяє його світогляд, інтереси, думки, вважаючи їх еталоном.

### **Інтерпретація результатів:**

Результати аналізуються на основі порівняння відповідей досліджуваних із ключем.

2 бали зараховується:

За відповідь «ТАК» (+) у запитаннях:

1,3,5,7,10,12,13,16,17,20,22,23,25,26,28,31,32,33,34,35,36,37,39,41,42,45.

3 відповідь «НІ» (-) у запитаннях:

2,4,6,8,9,11,14,15,18,19,21,24,27,29,30,38,40,43,44

1 бал зараховується за відповідь «НЕ ЗНАЮ» у кожному із запитань.

0 балів – за відповідь, яка не співпадає з ключем.

Сума балів у межах однієї шкали є числовим виміром заданого параметру. Таким чином, методика дозволяє виміряти ступінь розуміння, емоційного тяжіння (привабливості) та поваги. Максимальне числове значення за кожною шкалою складає 30 балів.

Шкала «Розуміння» відображає наявність у суб'єкта чіткої картини особистості партнера та суб'єктивного відчуття знання його індивідуальних особливостей. Високі оцінки свідчать про легкість інтерпретації поведінки, думок та почуттів партнера, тоді як низькі оцінки вказують на нерозуміння і труднощі в інтерпретації його вчинків.

Шкала «Емоційне тяжіння» оцінює привабливість партнера та бажання спілкування. Невисокі оцінки вказують на труднощі в спілкуванні та відчуття втоми від взаємодії.

Шкала «Авторитетність (повага)» визначає прийняття партнера як особистості та спільність світогляду. Неповага виявляється у презирстві до партнера як особистості.

Ці шкали дозволяють здійснити комплексний аналіз відносин між партнерами, допомагаючи виявити аспекти розуміння, емоційної зв'язаності та поваги в партнерських відносинах.

Загальна кількість балів, яку може набрати респондент – 90 балів. Від 0 до 30 – низький рівень, від 31 до 60 – середній рівень, від 61 до 90 – високий рівень.

### **Технологія проведення дослідження**

Дослідження проводилось при колективному анкетуванні. Опитувальник складається із 45 тверджень, розподілених за три шкали: «Розуміння», «Емоційне тяжіння» і «Авторитетність» (повага). Кожна шкала складається з 15 питань-тверджень, на які необхідно відповідати «так», «ні» або «не знаю».

### **3.2. Аналіз результатів дослідження**

Як стає ясно із попереднього підрозділу, емпіричне дослідження було спрямоване на встановлення залежностей між досвідом сімейного життя та психологічним станом жінок у контексті задоволеності партнерськими стосунками.

Основними критеріями, за якими здійснювалась диференціація результатів дослідження стали вік та сімейний стан респондентів. Професійна зайнятість для всіх респондентів є спільною – сфера надання доглядових послуг.

Першою методикою, результати якої слід проаналізувати, є **Методика проєктивного тесту «Сімейна соціограма», за Є.Г. Ейдемільером**. Відносно швидше та просте виконання тесту дозволило учасницям з легкістю виконати його. Оскільки трактування є дуже відкритим та багатоаспектним, варто розглянути різні аспекти аналізу відповідей респонденток.

*Взаємне розташування «Я» та партнера:* У більшості випадків чоловік (партнер) зображений поруч з респонденткою, що може вказувати на значущість його ролі в її житті. Однак варіації в розташуванні та розмірах кола чоловіка можуть вказувати на різну динаміку взаємин.

У більшості випадків відносини з чоловіком є дуже значущими. Так, у малюнках респонденток №1,4,5,6,8,10,12,15,16,17 чоловік зображений поруч або в центрі, що може вказувати на важливість його ролі в житті респонденток. На

малюнку респондентки №19, хоча в центрі зображена респондентка, але дитина та чоловік знаходяться близько один до одного, що може вказувати на значущі відносини між ними.

У деяких респондентом до числа їх сімейного кола увійшли також їхня мама (респондентки № 3, 10, 19) та інші близькі родичі – тато, бабуся, дідусь, сестра (№1, 3) та навіть зяті та невістки – у ролі дітей (№4).

*Центральне положення «Я»:* Факт, що «Я» респондентки часто знаходиться в центрі, може вказувати на центральну роль самоідентифікації та важливість власної особистості для них. Переважно респондентки розміщують коло свого «я» окремо від інших членів сім'ї. Воно може бути значно більшим за кола інших (як у випадку №18) або меншим. Випадки, коли коло жінки та чоловіка, а також дітей доторкаються, свідчать про ймовірні близькі стосунки з ними.

Деякі учасниці зобразили своє положення в сім'ї творчо. Наприклад, учасниця №3 зобразила себе у вигляд маленької дівчинки, оточеної чоловіком, мамою, татом, бабусяю та дідусем. Учасниця № 10 зобразила свою сім'ю також у вигляді чоловічків, додавши крім свого партнера ще й багатьох близьких та далеких родичів. Це може свідчити про інфантильність та ще не пройдену сепарацію від батьків. Учасниця №11 зобразила деталізоване художнє зображення своєї сім'ї, наче повноцінну ілюстрацію. Учасниці №6 та 7 зобразили себе та чоловіка у вигляді чоловічків, при чому «я» самих респондентом знаходиться в центрі.

*Емоційна виразність фігур* також може вказувати на важливі аспекти взаємин. Наприклад, усміхнені (№10, 11) або сердиті обличчя (№7, 13), розташування фігур у вигляді схематичних людей (№6). Якщо члени сім'ї зображені усміхненими, це може свідчити про позитивні та радісні взаємини в родині, взаємне тепло та підтримку. Навпаки, якщо обличчя зображені сердитими, це може вказувати на наявність конфліктів або напруги у сім'ї. Зображення фігур у вигляді схематичних людей може вказувати на формальний або зовнішній характер взаємин, де емоції та індивідуальні риси можуть бути менше видимими. Загальною тенденцією є те, що емоційна виразність та розташування фігур можуть

відображати емоційний фон та стосунки в сім'ї, проте точний аналіз може вимагати уточнень від учасників тестування або додаткового контексту.

**Групування та віддаленість:** Розташування кіл членів сім'ї може свідчити про ступінь близькості чи віддаленості між ними, а також можливі конфліктні або симбіотичні взаємини. Загальною метою аналізу групування та віддаленості є розуміння структури та динаміки взаємин в сім'ї, що може служити основою для подальшої роботи над покращенням міжособистісних відносин.

**Близькість членів:** Якщо кілька кіл знаходяться близько одне до одного чи навіть накладаються, це може вказувати на тісні та гармонійні відносини між цими особами. Наприклад, якщо діти зображені більшими чи в центрі, це може відображати особливу пріоритетність виховання дітей над відносинами подружжя. У учасниці №18 чоловік розміщений у центрі, що свідчить про надважливість його ролі для респондентки. Розміщення членів сім'ї може бути і у вигляді списку (№12), ряду (№13,15), а також у вигляді кіл, які заходять одне на одне (учасниця №5 демонструє, що всі три кола – вона, чоловік та дитина, рівнозначно поєднуються між собою; учасниця №16 зобразила себе та чоловіка у вигляді різнорозмірні кола – «я» та «чол», які симетрично заходять одне на одне).

**Групування за віковими чи родинними категоріями:** Якщо діти, батьки або інші групи членів сім'ї розташовані поруч, це може вказувати на природні групи взаємин або близькість за спільними характеристиками.

**Віддаленість: Фізична віддаленість:** Якщо кола розташовані далеко одне від одного, це може свідчити про фізичну віддаленість членів сім'ї, можливо, через географічні відстані або різні місця проживання.

**Емоційна віддаленість:** Великі відстані між колами можуть також вказувати на емоційну віддаленість або відсутність близьких відносин між деякими членами сім'ї.

**Конфліктні відносини:** Якщо є видимі проміжки або віддаленість між деякими колами, це може свідчити про наявність конфліктів або напруги взаємин.

Симбіотичні відносини: Навпаки, якщо кола накладаються або розташовані дуже близько одне до одного, це може свідчити про симбіотичні взаємини, де члени сім'ї можуть бути взаємозалежними чи мають обмежену індивідуальність.

На підставі проведеного дослідження сімейних соціограм можна зробити наступні висновки:

#### 1. Групування та Близькість:

- Частота групування: У 80% випадків члени сімей групуються навколо центральної фігури. Групування членів сім'ї свідчить про тісні, гармонійні взаємини в більшості сімей.

#### 2. Віддаленість:

- Фізична віддаленість: У 60% випадків спостерігається фізична віддаленість між колами, що може бути пов'язано з емоційною відстороненістю або просто різними місцями проживання.

- Емоційна віддаленість: У 40% випадків зображення демонструють емоційна віддаленість та конфліктність (сумні обличчя, далека відстань, малий розмір кіл), що може вказувати на нестабільні взаємини чи відсутність близьких емоційних зв'язків.

#### 3. Симбіотичні Відносини:

- Симбіотичні відносини: У 15% випадків є симбіотичні відносини, які проявляються в накладанні або дуже близькому розташуванні кол членів сім'ї.

#### 4. Емоційний Стан:

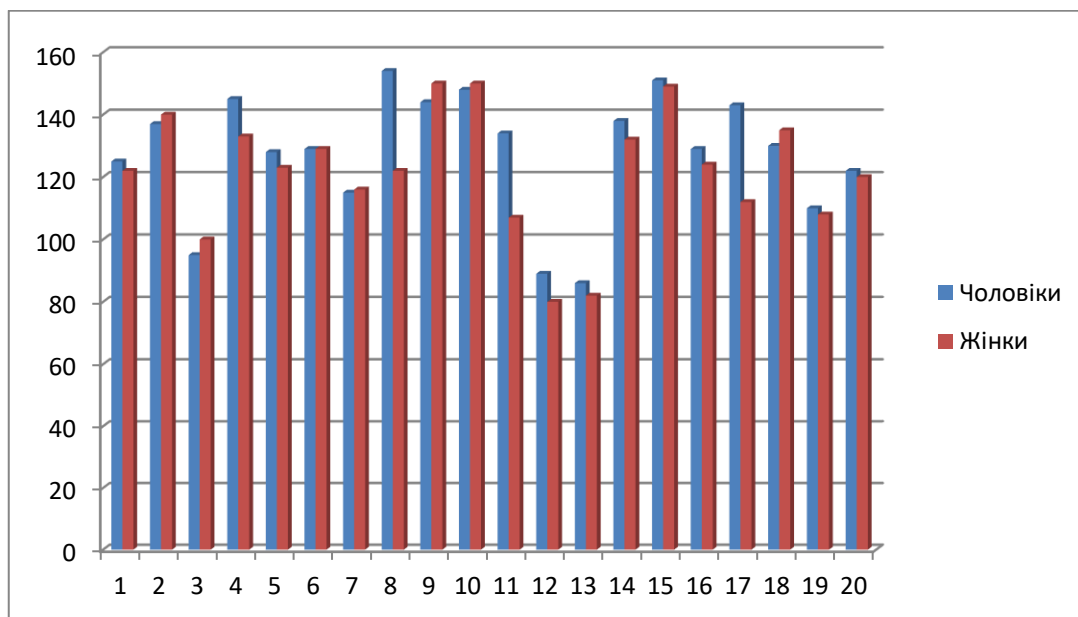
- Усміхнені обличчя: У 30% випадків респондентки у членів сімей зобразили усміхнені обличчя, що може демонструвати позитивні емоції та задоволеність взаєминами.

- Сердиті обличчя: У 10% випадків виявлені сердиті обличчя, що може вказувати на наявність конфліктів або явну незадоволеність стосунками – подружніми чи сімейними.

Таким чином, згідно даного дослідження, багато сімей виявили тенденцію до близьких та гармонійних відносин, але існують і ті, де присутні віддаленість чи конфліктні взаємини. Виявлені особливості можуть слугувати вихідною точкою

для подальших консультацій та розвитку міжособистісних навичок для підтримки більш здорових та задовільних сімейних відносин. Загальний аналіз дозволяє зрозуміти, що родинна динаміка є різноманітною, і важливо враховувати індивідуальні особливості кожної сім'ї при розгляді конкретних міжособистісних відносин.

Наступною методикою, яка увійшла до інструментарію дослідження, стала методика *Marital satisfaction questionnaire (revised)* (Автор: *Arnold A. Lazarus*), аналіз якої допомагає в цілому з'ясувати рівень задоволеності індивіда стосунками, у яких він перебуває, а також виявити, як він суб'єктивно оцінює рівень задоволеності цими стосунками у свого партнера. Разом з тим, що анкетування дає свій загальний бал рівня задоволеності стосунками, не зайвим, а іноді навіть дуже корисним та ілюстративним є оцінка окремих балів за кожним запитанням. Результати анкетування наведено у Додатку 5, та проілюстровано у Рисунку 1.



*Рис.1. Оцінка учасницями свого рівня задоволеності стосунками (червоний) та оцінка, як на їхню думку, стосунки оцінює їхній партнер (синій) (респондентки пронумеровані від 1 до 20).*

Співставляючи загальну кількість балів, набраних учасницями як оцінку задоволеності стосунками та кількість балів, якою вони оцінили ступінь задоволеності стосунками свого партнера, можна помітити цікаву деталь:



переважна більшість учасниць (80%) оцінювали рівень задоволеності стосунками свого партнера вище, ніж самі задоволені цими стосунками (Рис.1).

Також, можна зіставити кореляцію задоволеності жінки своїми стосунками із тривалістю цих стосунків (Рис.2).

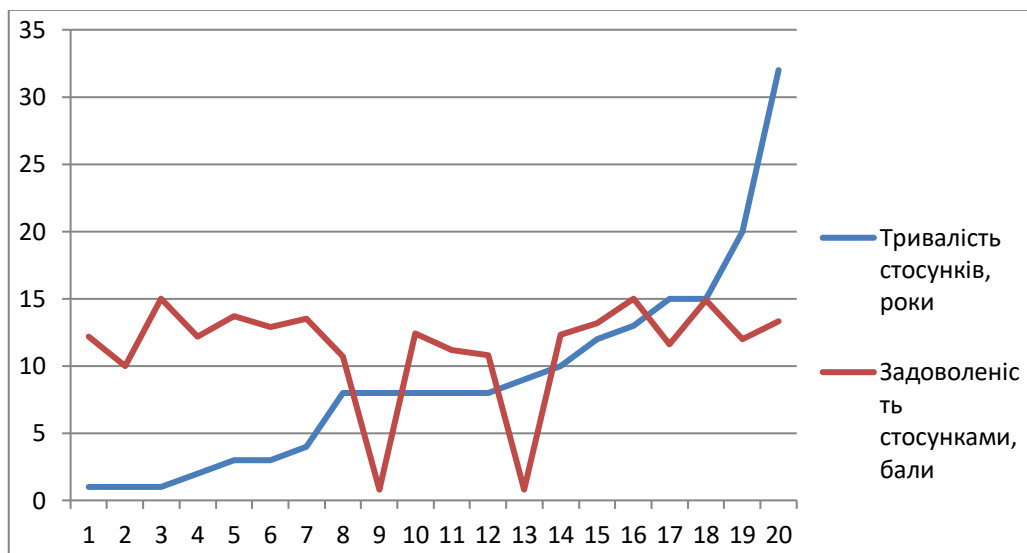


Рис.2. Порівняння рівня задоволеності жінками подружніми стосунками та фактичної тривалості цих стосунків у кожній з респонденток (респондентки пронумеровані від 1 до 20)

Аналіз даних у Додатку №5 дозволяє стверджувати наступне:

Загальна кількість респонденток, які мають низький рівень задоволеності стосунками – 1 особа (5%) ; середній рівень – 7 осіб (35%); високий рівень – 12 осіб (60%) (Рис.3).

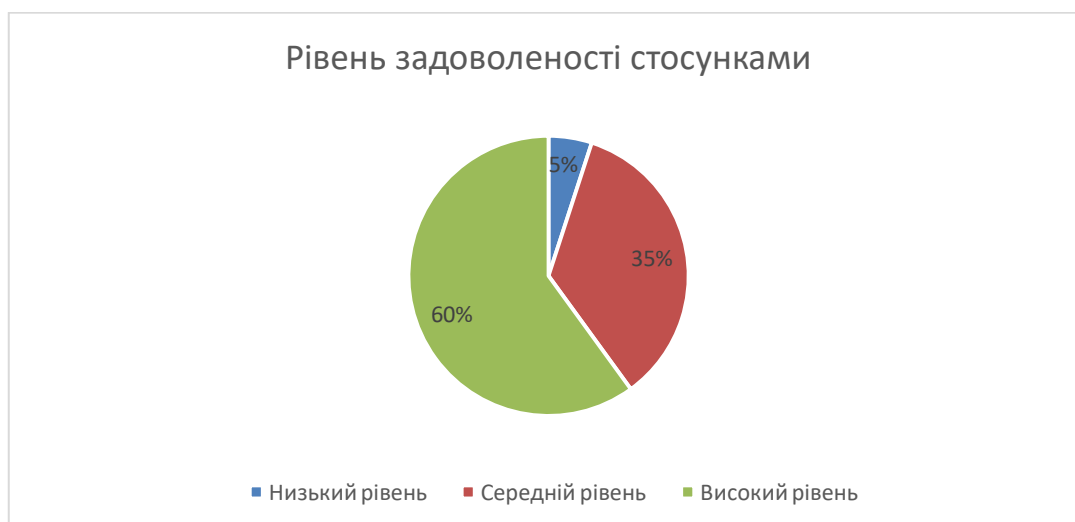


Рис. 3. Співвідношення рівня задоволеності стосунками у респонденток, за методикою Marital satisfaction questionnaire (revised) (Автор: Arnold A. Lazarus)

З числа тих, хто має низький рівень задоволеності стосунками, 0% мають тривалість стосунків до 5 років, 100% - до 15 років (1 особа), 0% - більше 15 років (Рис.4).



*Рис.4. Співвідношення тривалості стосунків у респонденток, які мають низький рівень задоволеності стосунками*

Цікавим висновком є те, що єдина особа з числа респонденток, яка має низький рівень задоволеності, має стосунки тривалістю до 15 років. Це може вказувати на те, що довготривалі стосунки можуть стати менш задовільними з часом. Проте, важливо дослідити додаткові аспекти, щоб з'ясувати причини низького задоволення серед тих, хто переживає тривалі стосунки.

З числа тих, хто має середній рівень задоволеності стосунками, 14,29% (1 особа) мають тривалість стосунків до 5 років, 57,14% (4 особи) - до 15 років, 28,57% (2 особи) - більше 15 років (Рис.5).

Ті, хто має середній рівень задоволеності, показують деяку різноманітність в тривалості відносин. Зокрема, є ті, хто має стосунки менше 5 років, до 15 років і більше 15 років. Це може свідчити про те, що середній рівень задоволеності може бути зумовлений різними факторами, і тривалість стосунків може варіюватися в цьому контексті.



*Рис. 5. Співвідношення тривалості стосунків у респонденток, які мають середній рівень задоволеності стосунками*

З числа тих, хто має високий рівень задоволеності стосунками, 50% (6 осіб) мають тривалість стосунків до 5 років, 33,33% (4 особи) - до 15 років, 16,67% (2 особи) - більше 15 років (Рис.6).



*Рис. 6. Співвідношення тривалості стосунків у респонденток, які мають високий рівень задоволеності стосунками*

На основі цих даних, можна зробити висновок, що половина тих, хто має високий рівень задоволеності стосунками, мають тривалість стосунків до 5 років. Це може вказувати на те, що відносини можуть бути успішними і задовільними навіть на ранніх етапах. Або ж на відсутність непорозумінь та значної кількості спільних переживань, які б дозволили перевірити відносини на міцність.

Третина респонденток із високим рівнем задоволеності мають стосунки тривалістю до 15 років. Це може свідчити про те, що високий рівень задоволеності впливає на тривалість збереження стосунків.

Лише 16,67% респонденток (2 особи) заявили про високий рівень задоволеності стосунками, що може вказувати на кореляцію між тривалістю стосунків та їх якістю.

Отже, гіпотетично, існує певна тенденція: деякі стосунки тривають вже багато років, і рівень задоволеності у респонденток є високим (наприклад, №3 - 32 роки, 132 зі 160 можливих). Однак, є винятки, наприклад, №8 - 8 років, але рівень задоволеності 107/134; №9 – 8 років у стосунках, але рівень задоволеності тільки 80 зі 160; №13 – у стосунках 9 років, але рівень задоволеності тільки 80 балів.

- Розбіжність в оцінках: Є приклади, коли рівень задоволеності стосунками різко відрізняється між партнерами, наприклад, №11 - 107/134 та №17 – 112/143.

- Схожість в оцінках:

Деякі пари партнерів мають близькі чи однакові рівні задоволеності, наприклад, №6 – 129/129. Це може загалом дійсно відображати реальну картину, але так само це може бути і спробою респондентки продемонструвати ідеальність стосунків та схожість поглядів, адже вона тільки припускає рівень задоволеності стосунками з боку її партнера, а не реально опитує його.

- Різноманітність результатів: Загалом, різноманітність в оцінках говорить про індивідуальний характер кожного випадку та унікальність кожних стосунків. Загальна закономірність тут може бути складною, оскільки взаємини є складними та індивідуальними. Завдання - виявити фактори, які впливають на задоволеність стосунками в кожному конкретному випадку.

Тому більш красномовною є оцінка кожних балів за окреме питання, на яке відповідали респондентки. Так, наприклад, респондентка №11, яка позначала відповіді майже на всі питання оцінкою вище середнього, різко оцінила пункт щодо задоволеності розпорядження коштами у стосунках у 1 бал. Або, наприклад, напрочуд низький (бал 3 та 4 бали) за питання щодо узгодженості шкідливих звичок виставили учасниці № 16 та 17, що свідчить про наявність очевидних суперечностей або й навіть конфліктів у парах на цю тему.

В результаті, дане дослідження дозволяє стверджувати, що більшість учасниць оцінювали рівень задоволеності стосунками з боку своїх партнерів вище, ніж самі оцінюють свої стосунки. Це може вказувати на певну ідеалізацію партнерів або бажання демонструвати позитивні сторони стосунків.

Є певна тенденція, що тривалість стосунків може впливати на рівень задоволеності. Однак, існують винятки, де тривалість не гарантує високий рівень задоволеності або навпаки – не впливає згубно на якість стосунків та рівень задоволеності ними. Тому народні поради про те, що «кохання приходить з роками» не завжди працюють.

Індивідуальність та унікальність кожних стосунків помітно вже за тим, як відрізняються оцінки. Загальна закономірність може бути складною через індивідуальний характер взаємин та дозволяє глибше розуміти конкретні аспекти стосунків та виявляти можливі точки вдосконалення. Особливий акцент на окремі питання може розкривати особливості взаємин та проблемні аспекти. Наприклад, різкі зміни в оцінках можуть вказувати на конкретні труднощі чи конфлікти в стосунках.

Наступною методикою дослідження була **методика опитувальника РЕА: розуміння, емоційне тяжіння, авторитетність (Автор: А.Н. Волкова)**. Учасниці відповідали на 45 запитань, розбитих на блоки оцінки рівня взаєморозуміння з партнером, емоційного тяжіння та авторитетності (поваги) до нього, результати анкетування відображені у Додатку 6, та схематично позначені на графіку (рис.7).

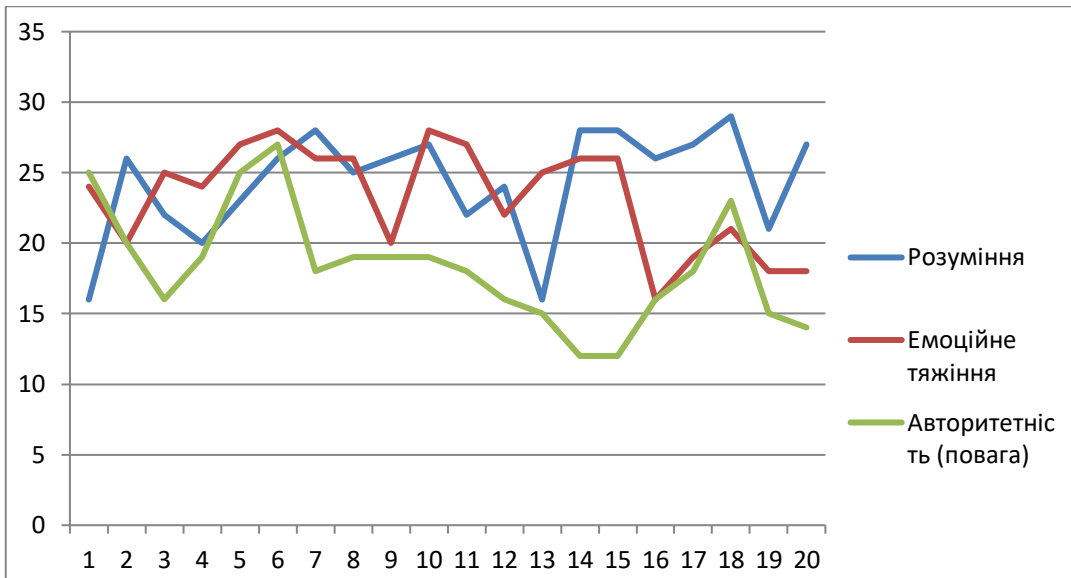


Рис.7. Рівень оцінювання за шкалами «розуміння», «емоційного тяжіння» та «авторитетності (поваги)» до свого партнера, згідно відповідей респонденток (респондентки пронумеровані від 1 до 20).

Більш детально ці дані можна відобразити наступним чином:

За шкалою розуміння: 0% респонденток проявили низький рівень; 15% (3 особи) - середній рівень; 85% (17 осіб) - високий рівень (Рис.8).



Рис. 8. Співвідношення рівня задоволеності стосунками у респонденток, за шкалою «розуміння»

З числа тих, хто має середній рівень розуміння партнера, 33% (1 особа) мають тривалість стосунків до 5 років, 33% (1 особа) - до 15 років, 33% (1 особа) - більше 15 років (Рис.9).



*Рис.9. Співвідношення тривалості стосунків респонденток із середнім рівнем за шкалою «розуміння»*

З числа тих, хто має високий рівень розуміння партнера, % ( осіб) мають тривалість стосунків до 5 років, % ( особи) - до 15 років, % ( особи) - більше 15 років (Рис.10)



*Рис. 10. Співвідношення тривалості стосунків респонденток із високим рівнем за шкалою «розуміння»*

За шкалою емоційного тяжіння 0% респонденток проявили низький рівень; 20% (4 особи) - середній рівень; 80% (16 осіб) - високий рівень (Рис.11).

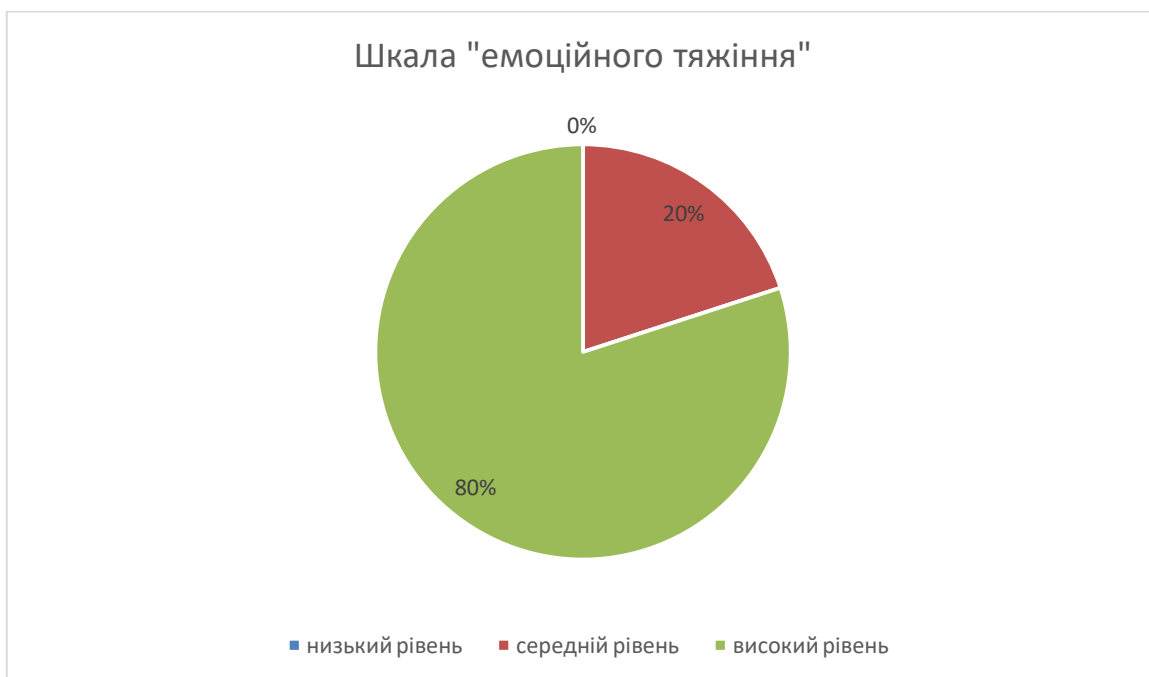


Рис. 11. Співвідношення рівня задоволеності стосунками у респонденток, за шкалою «емоційного тяжіння»

З числа тих, хто має середній рівень емоційного тяжіння до партнера, 0% (осіб) мають тривалість стосунків до 5 років, 75% - до 15 років (3 особи), 25% (1 особа) - більше 15 років (Рис.12).



Рис.12. Співвідношення тривалості стосунків респонденток із середнім рівнем за шкалою «емоційного тяжіння»



З числа тих, хто має високий рівень емоційного тяжіння до партнера, 25% ( 5 осіб) мають тривалість стосунків до 5 років, 65% (13 осіб) - до 15 років, 10% ( 2 особи) - більше 15 років (Рис.13)



Рис.13. Співвідношення тривалості стосунків респонденток із високим рівнем за шкалою «емоційного тяжіння»

За шкалою авторитетності (поваги до партнера): 0% респонденток проявили низький рівень; 75 % - середній рівень; 25 % - високий рівень (Рис.14).



Рис.14. Співвідношення рівня задоволеності стосунками у респонденток, за шкалою «авторитетності»

З числа тих, хто має середній рівень авторитетності (поваги) до партнера, 20% (3 особи) мають тривалість стосунків до 5 років, 60% (9 осіб) - до 15 років, 20% (3 особи) - більше 15 років (Рис.15).



Рис.15. Співвідношення тривалості стосунків респонденток із середнім рівнем за шкалою «авторитетності»

З числа тих, хто має високий рівень авторитетності (поваги) до партнера, 60% (3 особи) мають тривалість стосунків до 5 років, 40% (2 особи) - до 15 років, 0% - більше 15 років (Рис.16).



Рис.15. Співвідношення тривалості стосунків респонденток із високим рівнем за шкалою «авторитетності»

Загальна кількість балів за трьома шкалами у респонденток представлена у додатку 6, та візуально виглядає наступним чином: 0% - низький рівень, 20% - середній рівень та 80% - високий рівень (Рис.17).



Рис.17. Загальна кількість балів респонденток за шкалами «розуміння», «емоційного тяжіння» та «авторитетності (поваги)» до свого партнера.

З числа тих, хто має середній рівень балів за трьома шкалами, 0% мають тривалість стосунків до 5 років, 75% (3 особи) - до 15 років, 25% (1 особа) - більше 15 років (Рис.18).



Рис.18. Співвідношення тривалості стосунків респонденток із середнім рівнем загальної кількості балів

З числа тих, хто має високий рівень балів за трьома шкалами, 43,75% (7 осіб) мають тривалість стосунків до 5 років, 31,25% (5 осіб) - до 15 років, 25% (4 особи) - більше 15 років (Рис.19).



*Рис.19. Співвідношення тривалості стосунків респонденток із високим рівнем загальної кількості балів*

На основі наданих оцінок за шкалами розуміння, емоційного тяжіння та авторитетності (поваги), можна внести наступні спостереження:

1. Розуміння: середній показник оцінки розуміння знаходиться в межах 22-28, що може свідчити про високий рівень взаєморозуміння в парах. Високі оцінки розуміння можуть свідчити про наявність ефективного спілкування та здатність пари взаємно розуміти одне одного. Це може сприяти вирішенню конфліктів та покращенню загальної якості відносин.

2. Емоційне тяжіння: спостерігається варіація від 16 до 28 балів. Це може вказувати на різні рівні емоційного зв'язку у відносинах, але загалом, середній рівень видається достатньо високим. Високі оцінки емоційного тяжіння свідчать про те, що партнери відчувають стійкий емоційний зв'язок. Це може бути позитивним фактором, що сприяє взаємній підтримці та створює емоційно насичене середовище.

3. Авторитетність (повага): загальний розрив оцінок для цієї шкали становить 12-27. Це може свідчити про різний рівень вираження авторитетності та поваги в парах. Оцінки авторитетності можуть вказувати на ступінь поваги та уваги, яку партнери приділяють одне одному. Вищі оцінки можуть вказувати на взаємоповагу та визнання авторитету партнера. Ті, хто проявляє високий рівень авторитетності до партнера, мають більше короткотривалих стосунків (до 5 років), що може свідчити про можливу нестійкість у відносинах. Тривалість стосунків у групі з середнім рівнем авторитетності може бути сприятливою, і це може бути пов'язано із здатністю до компромісу та збалансованої взаємодії.

Таким чином, існують варіації в оцінках у кожній з шкал, що вказує на індивідуальний характер кожної пари. За загальним характером, високий рівень розуміння та емоційного тяжіння може свідчити про сприятливий емоційний клімат в парах. Різноманітність в оцінках авторитетності може вказувати на різний ступінь впливу або вираження поваги в стосунках.

Важливо врахувати, що ці оцінки є суб'єктивними та можуть відображати різні перспективи та стилі взаємодії в стосунках. Індивідуальність кожних стосунків підтверджується не лише різницями в оцінках, але й тим, як різні пари реагують на спільні аспекти відносин.

Отже, це дослідження підкреслює, що відносини у парі є унікальними та індивідуальними, а підходи до їх розуміння та визначення задоволеності різняться в залежності від конкретних обставин та особистих уподобань кожної пари. На перший погляд, не виявлено чітких загальних тенденцій або шаблонів в стосунках. Кожна пара має свою унікальну динаміку та особливості.

### **3.3. Висновки та рекомендації щодо психологічних аспектів задоволеності партнерськими стосунками у жінок з різним досвідом сімейного життя**

Результати емпіричного дослідження підтверджують, що кожна жінка має індивідуальне ставлення до визначення задоволеності своїми партнерськими стосунками. Індивідуальний підхід, виявлений у результатах дослідження, вказує

на те, що кожна жінка сприймає та оцінює свої партнерські стосунки унікальним чином, враховуючи свої власні цінності, очікування та досвід. Цей індивідуалізований підхід може виникати з різних факторів, таких як особистий характер, виховання, попередні відносини, а також культурні та соціальні впливи.

Важливо підкреслити, що жінки можуть реагувати на різні аспекти відносин по-різному, а їхнє сприйняття задоволеності не завжди збігається з загальноприйнятими стандартами чи очікуваннями оточуючого середовища. Наприклад, для одних взаєморозуміння може бути ключовим елементом у стосунках, тоді як інші можуть вкладати більше значення в емоційний зв'язок або повагу.

Цей індивідуалізм також підкреслює важливість врахування унікальних потреб та бажань кожної жінки в партнерських відносинах. При створенні стратегій покращення відносин чи розв'язанні конфліктів важливо враховувати індивідуальний характер кожного випадку та шукати рішення, які враховують усі аспекти життя та особистості жінки. Усвідомлення цього індивідуального підходу дозволяє розширити наші уявлення про різноманітність та складність партнерських відносин, а також наголосити на потребі підтримки жінок у виявленні та вираженні їхніх унікальних емоцій та очікувань.

Не існує прямої залежності між тривалістю стосунків та рівнем задоволеності. Деякі довгострокові стосунки можуть бути менш задовільними, ніж більш короткострокові. Результати дослідження свідчать про те, що довгий час, проведений у стосунках, не завжди визначає їхню якість або задоволеність для жінок. Це важливе відкриття, яке свідчить про те, що тривалість не є гарантом успішних та задовільних відносин.

Подекуди, довгострокові стосунки стикаються з викликами, такими як рутинна, невизначеність чи неспівпадання очікувань, що може впливати на рівень задоволеності. З іншого боку, короткострокові стосунки можуть бути інтенсивні та насичені, сприяючи вищому рівню задоволеності, навіть за короткий період.

Це важливо враховувати при аналізі та підході до відносин. Замість того, щоб приділяти велику увагу лише тривалості, слід звертати увагу на якість та динаміку

відносин. Поглиблене розуміння потреб та очікувань кожного партнера, а також зусилля у напрямку взаємопідтримки та вдосконалення відносин можуть мати вирішальне значення для стабільності та задоволення в парі.

Орієнтація на конкретні аспекти відносин, такі як розуміння, емоційне тяжіння та авторитетність, виявляється ключовою стратегією для отримання глибшого розуміння та аналізу факторів, що впливають на задоволеність стосунками. Підходити до вивчення відносин як комплексного явища, складеного з окремих елементів, дозволяє здійснити більш точний та цільовий аналіз.

Наприклад, визначення того, як респондентки оцінюють рівень розуміння від партнера, емоційне тяжіння та авторитетність, дозволяє ідентифікувати конкретні сфери, де можуть виникати труднощі або, навпаки, точки взаєморозуміння. Замість того, щоб розглядати відносини як єдиний блок, фокус на окремих аспектах дозволяє точно визначити, де можна покращити комунікацію, підтримати емоційний зв'язок чи зміцнити взаєморозуміння.

Динаміка відносин, виражена у змінах оцінок з часом, є ключовим аспектом розуміння життєвого циклу партнерських стосунків. Зміни у способі, яким жінки оцінюють різні аспекти стосунків, можуть вказувати на різні етапи адаптації та розвитку відносин.

Важливо визначити періоди, коли відносини можуть бути особливо виснажливими чи, навпаки, періоди, коли задоволеність їх може суттєво зростати. Аналіз змін у відповідях на різні питання може допомогти виявити, які саме аспекти стосунків стають актуальними на різних етапах.

Також важливо реагувати на ці зміни вчасно. Це може включати в себе встановлення нових зв'язків, розвиток комунікаційних навичок або корекцію певних аспектів стосунків. Сприяючи позитивній динаміці відносин, можна підтримувати стабільність та рівновагу в парі.

До числа рекомендацій, які в контексті задоволеності стосунками можна надати жінкам у результаті проведених теоретичного та емпіричного досліджен, відносимо наступні:

1. Комунікація: збільшувати відкритість та чесність у комунікації. Обговорювати свої очікування, цінності та сприйняття, щоб уникнути непорозумінь.

2. Терпимість до розбіжностей: Усвідомлювати, що різниці в сприйнятті можуть існувати, і це нормально. Важливо бути терпимими та шукати компроміси.

3. Зосередження на позитивних аспектах: виявляти та активно підтримувати позитивні аспекти відносин. Спільно насолоджуватися приємними моментами та досягненнями.

4. Професійна підтримка: У разі потреби - розглянути можливість консультування від фахівця в галузі психології або сімейних відносин.

5. Постійне взаємне вдосконалення: Звертати увагу на динаміку відносин та навчатися вдосконалювати їх на основі отриманих досвідів та змін в умовах життя.

6. Не звертаючи уваги на суспільний осуд, завершувати стосунки, які не приносять задоволення або ж завдають шкоди.

Ці висновки та рекомендації мають на меті підтримати жінок у вдосконаленні та збереженні задоволеності в партнерських стосунках, враховуючи їхні індивідуальні потреби та контекст.



## ВИСНОВКИ

В результаті проведеного дослідження, вдалось ретельно проаналізувати різні психологічні аспекти, які впливають на задоволеність партнерськими стосунками. Особлива увага була приділена індивідуальному підходу та унікальним факторам, що формують задоволеність.

Задоволеність стосунками - це суб'єктивний стан, який відображає, наскільки особа відчуває задоволення та комфорт в своїх міжособистісних відносинах, зокрема, у партнерських стосунках. Це поняття включає в себе емоційні, психологічні та соціальні аспекти, пов'язані зі спільним життям, взаєморозумінням, підтримкою, інтимністю, комунікацією, конфліктами та іншими аспектами стосунків. Цей стан є індивідуальним і може різнитися для кожної особи. Задоволеність стосунками може змінюватися з часом, під впливом різних подій, внутрішніх змін у відносинах, а також особистих та соціокультурних чинників.

У ході дослідження були ідентифіковані та проаналізовані різноманітні фактори, що можуть впливати на рівень задоволеності жінок партнерськими стосунками. Розгляд кожного фактора дозволив зрозуміти їх роль та взаємодію.

1. Встановлено, на задоволеність партнерськими стосунками впливають фізичний, матеріальний, культурний, інтимно-сексуальний та психологічний фактори. Задоволеність стосунками визначається особистісною сприйнятливістю до соціальних та культурних норм, які відображаються в функціонуванні сім'ї та в задоволенні власних потреб. Психологічний аналіз партнерських відносин підкреслює, що емоційний зв'язок та вміння вирішувати конфлікти є ключовими для стабільності та задоволення взаємодії. Соціокультурні, економічні та особисті фактори формують динаміку відносин, і розуміння цих взаємодій допомагає впливати на рівень задоволеності.

2. Досліджено, що гендерні стереотипи впливають на сприйняття задоволення в партнерських відносинах. Відповідність між очікуваннями суспільства та індивідуальними уявленнями створює виклики для чоловіків і жінок у відносинах. Розуміння цих різниць може сприяти створенню гнучких та рівноправних моделей взаємин.

3. Дослідження розкрило, що різні стадії сімейного життя мають значущий вплив на задоволеність жінок партнерськими стосунками. Психологічні аспекти різних етапів сімейного життя визначаються внутрішніми динаміками та адаптацією членів сім'ї до змін у їх оточенні. Розуміння особливостей кожного етапу розвитку сім'ї допомагає створювати адаптивні стратегії для підтримки психологічного благополуччя та взаєморозуміння.

4. Психологічне благополуччя жінок підвищується завдяки сприятливим сімейним відносинам і підтримці від партнера. Емоційна підтримка та розуміння сприяють позитивному сприйняттю власної особистості та самовизначенню, зменшують рівень стресу і тривожності, сприяють емоційній стійкості та впевненості. Спільне вирішення проблем і увага створюють основу для здорових сімейних відносин і загального благополуччя жінок. Досвід материнства також впливає на психічний стан жінок, приносячи радість, але також викликає нові стреси.

5. Доведено, що прямого взаємозв'язку між тривалістю стосунків та рівнем задоволеності ними не існує. Деякі стосунки, що тривають довше, можуть бути менш задовільними, ніж ті, які є коротшими. Дослідження підтверджує, що протягом тривалого періоду у стосунках не завжди відмічається високий рівень їх якості або рівень задоволеності ними жінок. Це важливе відкриття, яке свідчить про те, що тривалість не є визначальним фактором успіху або задоволеності відносинами.

Емпіричне дослідження забезпечило об'єктивні та конкретні дані, отримані від учасниць, що підвищує обґрунтованість висновків. За результатами дослідження виявлено, що багато сімей мають тенденцію до близьких та гармонійних відносин, але також існують випадки віддаленості чи конфліктів. Аналіз відзначив індивідуальний характер кожного випадку та різноманітності відносин, що підкреслило важливість конкретних аспектів стосунків для отримання глибшого розуміння факторів, що впливають на задоволеність.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Алексеєнко Т. Ф. Виховня Потенціалу сім'ї в сучасних умовах: тематичність державна Доповідь про становище сімей в Україні за підсумками 2001 року. - К .: Державний інститут проблем сім'ї та молоді, 2002. - 144 с.
2. Альошина Ю.Е. Задоволеність шлюбом та міжособистісне сприйняття в подружніх парах з різним стажем спільного життя. Вісник МДУ. 1987. – с.60-70.
3. Бондарчук О.І. Психологія сім'ї: Курс лекцій. - К .: МАУП, 2001. - 96с.
4. Васютинський В.О. Владно-підвладні аспекти статево-рольової і гендерної взаємодії // Практична психологія та соціальна робота. – 2006. – №6. – С.6-16.
5. Вишемирський В.С. Вплив соціально-економічних характеристик сім'ї на показники рольової взаємодії та сімейного благополуччя подружжя // Матеріали науково-практичної конференції “Актуальні проблеми практичної психології” – Херсон, ПП, 2006 р. – 351 с. – С.253-256.
6. Гуляєва О. Чинники психологічного благополуччя у студентів з обмеженими можливостями здоров'я : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Харків, 2018. 207с.
7. Ейдемільер Е.Г., Юстицкіс В.Е. Психологія і психотерапія сім'ї. 2008. - 672 с.
8. Законопроект про цивільні партнерства: що це таке та що врегулює. Портал Visit UKRAINE. Today [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://visitukraine.today/uk/blog/2780/draft-law-on-civil-partnerships-what-it-is-and-what-it-will-regulate>
9. Зацепін, В. І. Сім'я. Соціально-психологічні та етичні проблеми: довідник / В. І. Зацепін (кер. Авт. Кол.), Л. М. Бучинська, І. Н. Гавриленко та ін. - К., 1989. - 261 с.
10. Іващенко А. С. Психологічні чинники міжособистісних стосунків у молодих подружніх парах / А. С. Іващенко. // Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. - 2012. - Вип. 5.

11. Каргіна Н. Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Одеса, 2018. 270 с.
12. Кісарчук З.Г., Єрмусевич О.І. Психологічна допомога сім'ї. Книга 1. Навчальний посібник (у 3 книгах). - К. : Главник, 2006. - 128 с.
13. Козловська Е. В. Тренінгові технології у формуванні психологічної готовності молодшої сім'ї до самогармонізації / Е. В. Козловська // Соціальна робота і сучасність: теорія та практика : VI міжнар. наук.-практ. конф., 20–21 трав. 2010 р. : тези доповіді. – К., 2010. – С. 121–122.
14. Конституція України від 28 червня 1996 року прийнята на п'ятій сесії Верховної Ради. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80#Text>
15. Кравець В.П. Психологія сімейного життя: [навч. посіб.] / В.П. Кравець. - Тернопіль, 1995. - 696с.
16. Максимова Н.Ю. Сімейне консультування: навч.посіб. / Н.Ю. Максимова. - К. : ДП «Вид. дім «Персонал», 2011. - 304 с.
17. Психодиагностические методики изучения гендерных особенностей личности [Электронный ресурс] : метод. рекомендации для студентов, обуч. по специальностям 1-86 01 01 «Социальная работа (по направлениям)» и 1-23 01 04 «Психология» / сост. Е. Д. БеспанскаяПавленко. – Минск : БГУ, 2013.
18. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. / О. А. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. – 136 с.
19. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї [Текст] : навч. посіб. / Раїса Петрівна Федоренко. – Луцьк : Вежа-Друк, 2015. – 364 с.
20. Хлопоніна Н. Є. Вплив рольових очікувань подружжя на характер сімейного спілкування (Укр. Яз.). Автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.05 / Ін-т соц. та політ. психології АПН України. К., 2007. - 16 с.
21. Abreu-Afonso, J., Ramos, M. M., Queiroz-Garcia, I., & Leal, I. (2022). How Couple's Relationship Lasts Over Time? A Model for Marital Satisfaction. Psychological Reports, 125(3), 1601-1627. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/00332941211000651>

22. Belsky J, Hsieh K. Patterns of marital change during the early childhood years: Parent personality, coparenting, and division-of-labor correlates. *Journal of Family Psychology*. 1998;12:511–528.
23. Berscheid, E., & Reis, H. T. (1998). Attraction and close relationships. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (pp. 193–281).  
URL:[https://www.sas.rochester.edu/psy/people/faculty/reis\\_harry/assets/pdf/berscheidreis\\_1998\\_attraction.pdf](https://www.sas.rochester.edu/psy/people/faculty/reis_harry/assets/pdf/berscheidreis_1998_attraction.pdf)
24. Blood, Robert O., and Donald M. Wolfe. 1960. *Husbands and Wives: The Dynamics of Married Living*. New York: Free Press.
25. Bossard, James H. S., and Eleanore S. Boll. 1955. “Marital Unhappiness in the Life Cycle.” *Marriage and Family Living*, 17: 10–14.
26. Bradburn, N. M. (1969). *The Structure of Psychological Well-Being*. Oxford: Aldine.
27. Cowan CP, Cowan PA. Interventions to ease the transition to parenthood: Why they are needed and what they can do. *Family Relations: Journal of Applied Family & Child Studies*. 1995;44:412–423.
28. De Wolff MS, Van Ijzendoorn MH. Sensitivity and attachment: A meta-analysis on parental antecedents of infant attachment. *Child Development*. 1997;68:571–591.
29. Duvall, E. M. & Hill, R. L. Report of the Committee on the Dynamics of Family Interaction. Washington, D.C. National Conference on Family Life, 1948.
30. Faber, J., & Schlarb, A. A. (2016). The Relation of Sleep, Distress, and Coping Strategies----What Male and Female Students Can Learn from Each Other? *Health*, 8, 1356-1367.
31. Fincham, Frank D., and Steven R. H. Beach. 2010. “Marriage in the New Millennium: A Decade in Review.” *Journal of Marriage and Family*, 72: 630–49
32. Goldberg AE, Sayer A. Lesbian couples’ relationship quality across the transition to parenthood. *Journal of Marriage and Family*. 2006;68:87–100.

33. Gottman JM, Driver J, Tabares A. Building the sound marital house: An empirically-derived couple therapy. In: Gurman AS, Jacobson NS, editors. *Clinical Handbook of Couple Therapy*. Third Edition Guilford Press; New York: 2002.
34. Grote NK, Clark MS. Perceiving unfairness in the family: Cause or consequence of marital distress ? *Journal of Personality and Social Psychology*. 2001;80:281–293.
35. Gur–Aryeh, S.M. (2010). Emotional expression, gender, and match in personality as predictors of marital satisfaction (Doctoral dissertation, New York, Forham University).
36. Hal Runkel, Jenny Runkel. *The Self-Centered Marriage: The Revolutionary ScreamFree Approach to Rebuilding Your "We" by Reclaiming Your "I"*. 2012. 304 p.
37. Hansen, T, 2012. Parenthood and happiness: a review of folk theories versus empirical evidence. *Soc Indic Res*.
38. Haris, Farah & Kumar, Aneesh. (2018). Marital Satisfaction and Communication Skills among Married Couples. *Indian journal of social research*. 59. URL:  
[https://www.researchgate.net/publication/324680369\\_Marital\\_Satisfaction\\_and\\_Communication\\_Skills\\_among\\_Married\\_Couples](https://www.researchgate.net/publication/324680369_Marital_Satisfaction_and_Communication_Skills_among_Married_Couples)
39. Hoekzema, E., Barba-Muller, E., Pozzobon, C., Picado and others (2017). Pregnancy leads to long-lasting changes in human brain structure. *Nat. Neurosci*. 20 (2), 287–296.
40. Horwitz SM, Irwin JR, Briggs-Gowan MJ, Heenan JMB, Mendoza J, Carter AS. Language delay in a community cohort of young children. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 2003;42:932–940.
41. Horwitz, A. V., White, H. R., & Howell-White, S. (1996). Becoming married and mental health: A longitudinal study of a cohort of young adults. *Journal of Marriage and the Family*, 58(2), 895-907.
42. Huston TL, Holmes EK. Becoming parents. In: Vangelisti A, editor. *Handbook of Family Communication*. Lawrence Erlbaum Associates; Mahwah, NJ: 2004. pp. 105–133.

43. John Mordechai Gottman, Nan Silver. *The Seven Principles for Making Marriage Work*. Three Rivers Press, 1999, 271 p.
44. Johnson CA, Stanley SM, Glenn ND, Amato PR, Nock SL, Author HJ, et al. *Marriage in Oklahoma: 2001 baseline statewide survey on marriage and divorce (S02096 OKDHS)* Oklahoma Department of Human Services; Oklahoma City, OK: 2002.
45. Johnson, M. D., Cohan, C. L., Davila, J., Lawrence, E., Rogge, R. D., Karney, B. R., Sullivan, K. T., & Bradbury, T. N. (2005). Problem-Solving Skills and Affective Expressions as Predictors of Change in Marital Satisfaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 73*(1), 15–27.
46. Kurdek L. Nature and prediction of changes in marital quality for first-time parent and nonparent husbands and wives. *Journal of Family Psychology. 1993*;3:255–265.
47. Lazarus, Arnold, *Brief But Comprehensive Psychotherapy: The Multimodal Way* PhD, ABPP Springer Publishing Company, 2006. - 192 p.
48. MacDermid SM, Huston TL, McHale SM. Changes in marriage associated with the transition to parenthood: Individual differences as a function of sex-role attitudes and changes in the division of household labor. *Journal of Marriage and the Family. 1990*;52:475–486.
49. O'Brien M, Peyton V. Parenting attitudes and marital intimacy: A longitudinal analysis. *Journal of Family Psychology. 2002*;16:118–127.
50. Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family, 69*(3), 576–593.
51. Rolins, Boyd C., and Harold Feldman. 1970. “Marital Satisfaction Over the Lifecycle.” *Journal of Marriage and the Family, 32*: 20–28.
52. Ryff C. D. (1996). Psychological Well-Being. *Encyclopedia of Gerontology, 2*, 365–369 [in English].
53. Taylor, A., Atkins, R., Kumar, R., Adams, D., Glover, V., 2005. A new mother-to-infant bonding scale: links with early maternal mood. *Arch. Womens Ment. Health 8* (1), 45–51.

54. The Wiley Blackwell Encyclopedia of Family Studies, First Edition. Edited by Constance L. Shehan. © 2016 John Wiley & Sons, Inc. Published 2016 by John Wiley & Sons, Inc.

55. Waite, LJ, Gallagher, M.(2000) The Case for Marriage: Why Married People are Happier, Healthier, and Better Off Financially. Doubleday, New York.

56. Yedirir, Sabiha & Hamarta, Erdal. (2015). Emotional Expression and Spousal Support as Predictors of Marital Satisfaction: The Case of Turkey. Educational Sciences: Theory & Practice. 15. 1549-1558.



## ДОДАТКИ

### Додаток 1. ПРОЕКТИВНИЙ ТЕСТ «СІМЕЙНА СОЦІОГРАМА» АВТОР: Є.Г. Ейдемілер (бланк)

Вік респондента \_\_\_\_\_

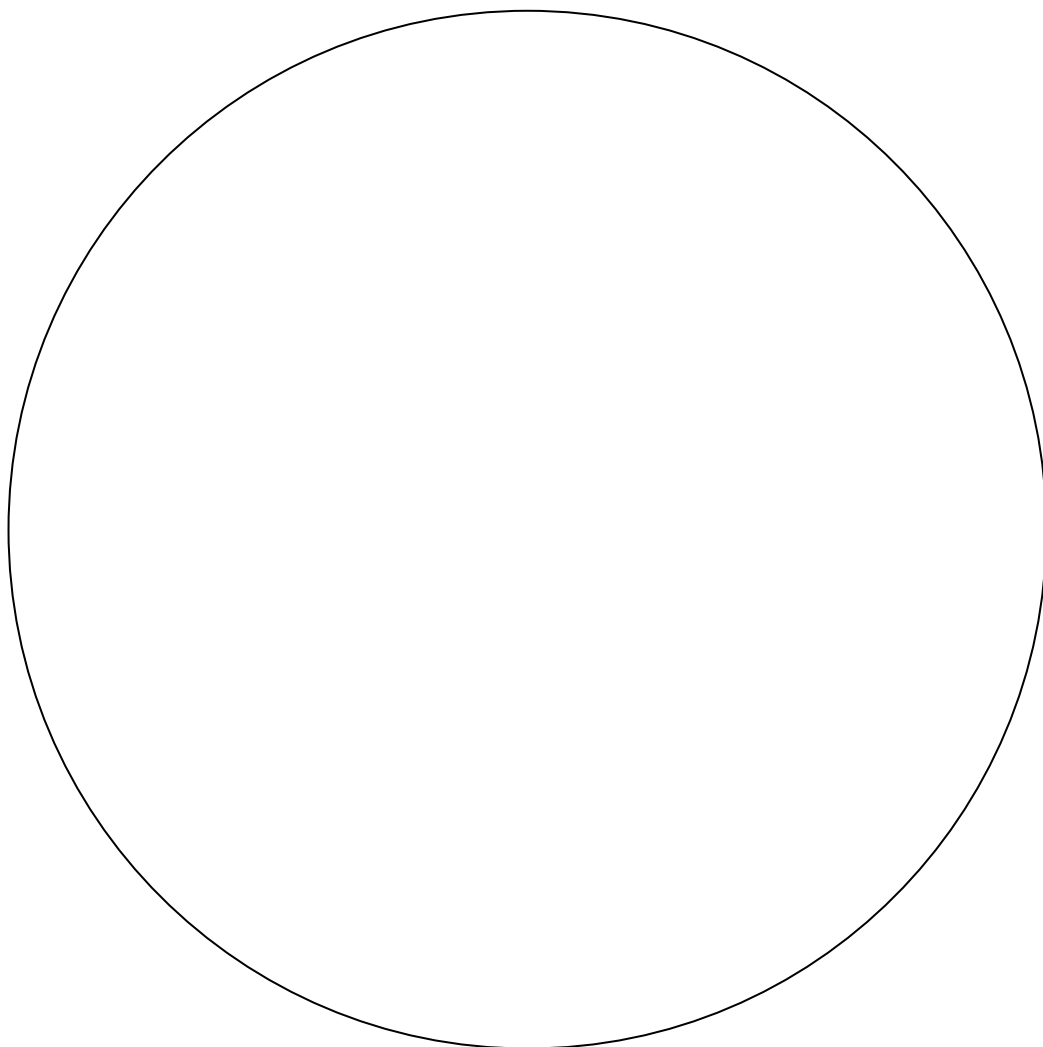
Вік іншого з подружжя \_\_\_\_\_

Тривалість стосунків \_\_\_\_\_

Наявність та кількість дітей \_\_\_\_\_

#### ІНСТРУКЦІЯ:

*Перед Вами на аркуші зображено коло. Намалюйте в ньому самого себе, членів сім'ї у формі кружечків і підпишіть їх імена.*



## Додаток 2. ОПИТУВАЛЬНИК РІВНЯ ЗАДОВОЛЕНОСТІ СІМЕЙНИМ ЖИТТЯМ (MARITAL SATISFACTION QUESTIONNAIRE)

Автор: Arnold A. Lazarus (бланк)

Вік респондента \_\_\_\_\_

Вік іншого з подружжя \_\_\_\_\_

Тривалість стосунків \_\_\_\_\_

Наявність та кількість дітей \_\_\_\_\_

### ІНСТРУКЦІЯ

*У першому пробілі після кожного пункту, будь ласка, запишіть число, яке найбільш точно і чесно відображає **Ваші** теперішні почуття щодо вашого шлюбу/стосунків або дружини/партнера. У другому пробілі оцініть, як, на Вашу думку, Ваш **партнер** відповів би на цей пункт, якби він/вона заповнював анкету. Працюйте якомога швидше, намагаючись не витратити надто багато часу на якийсь один предмет.*

*Використовуйте дані числові позначення:*

*1 – 3 – не задоволена (-ий)*

*4 – 7 – у цілому задоволена (-ий)*

*8 – 10 – дуже задоволена (-ий)*

Я:

1. Задоволена (-ий) кількістю часу, який ми витрачаємо на спілкування один з одним. \_\_\_\_\_
2. Задоволена (-ий) якістю нашого спілкування (наприклад, приємне, конструктивне, відсутність байдужого, ворожого). \_\_\_\_\_
3. Задоволена (-ий) нашим сексуальним життям. \_\_\_\_\_
4. Задоволена (-ий) тим, як ми витрачаємо/розпоряджаємось грошима. \_\_\_\_\_
5. Задоволена (-ий) кількістю часу, який ми проводимо разом. \_\_\_\_\_

6. Задоволена (-ий) нашим світським життям і спільними друзями. ———  
———
7. Задоволена (-ий) тим, яким батьком/мамою є мій партнер. (Якщо у вас немає дітей, оцініть свій рівень задоволеності цим фактом.) ——— ———
8. Вважаю, що моя дружина/чоловік є «в моїй команді». ——— —
9. Задоволена (-ий) нашим спільним дозвіллям (наприклад, відпустка, спорт, прогулянки тощо). ——— ——— Задоволена (-ий)
10. В основному поділяю погляди на життя мого партнера (наприклад, цінності, релігійні переконання, політичні ідеї тощо) ———
11. Задоволена (-ий) ступенем прихильності, яку надаю та отримують. ———  
———
12. Здатна (-ий) довіряти тому, що говорить і робить мій партнер.  
——— —
13. Ступінь узгодження із вживанням алкоголю, куріння чи іншими звичками мого партнера. ——— ———
14. Задоволена (-ий) своїми стосунками з членами сім'ї мого чоловіка/партнера (наприклад, його чи її батьків, братів і сестер). ———
15. Задоволена (-ий) тим, як мій чоловік/дружина ставиться до членів моєї власної родини. ——— ———
16. Задоволена (-ий) загальним виглядом мого партнера. ——— ———

**Додаток 3. Опитувальник РЕА: розуміння, емоційне тяжіння, авторитетність (Автор: А.Н. Волкова) (бланк)**

Вік респондента \_\_\_\_\_

Вік іншого з подружжя \_\_\_\_\_

Тривалість стосунків \_\_\_\_\_

Наявність та кількість дітей \_\_\_\_\_

**ІНСТРУКЦІЯ**

*Оберіть один найбільш підходящий для Вас варіант відповіді:*

1. Я легко читаю її (його) думки.

- а) так
- б) не знаю
- с) ні

2. Я важко вгадую її (його) настрій.

- а) так
- б) не знаю
- с) ні

3. Я розумію її (його) без слів.

- а) так
- б) не знаю
- с) ні

4. Мені важко передбачити, як вона (він) поводитиметься в тій чи іншій ситуації.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

5. Я добре знаю її (його) смаки та звички.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

6. Мені важко передбачити її (його) думку з того чи іншого питання.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

7. Я знаю, чого вона (він) хоче, чого прагне.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

8. Мені здається, я погано її (його) розумію.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

9. Вона (він) часто дивує мене вчинками, на які я від неї (нього) не чекав (ла).

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

10. Я добре знаю її (його) переваги та недоліки.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

11. Її (його) внутрішні переживання залишаються для мене загадкою.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

12. Я знаю, на що вона (він) здатна (здатний), а на що – ні.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

13. Я знаю, що для неї (нього) важливо у житті.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

14. Часто з'ясовується, що я невірно її (його) зрозумів.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

15. Мені важко сказати, що її (його) може засмутити чи порадувати.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

16. На мене благотворно діє просто її (його) присутність.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

17. Мені подобається слухати її (його) голос, дивитися на її (його) обличчя.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

18. Мене дратують її (його) манери.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

19. У неї (нього) неприємне обличчя.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

20. Мені подобається спостерігати, як вона (він) ходить, працює, сидить.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

21. Мені неприємні її (його) поцілунки, дотики, ласка.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

22. Мені подобається її (його) сміх, посмішка.

- а) так
- б) не знаю
- с) ні

23. Я тяжко переношу розлуку з нею (ним).

- а) так
- б) не знаю
- с) ні

24. Щось у її (його) зовнішності мені явно не подобається.

- а) так
- б) не знаю
- с) ні

25. Я часто критикую її (його) дії та висловлювання.

- а) так
- б) не знаю
- с) ні

26. Часто вона (він) висловлює слушні та розумні думки.

- а) так
- б) не знаю
- с) ні

27. Її (його) погляди на багато речей неприйнятні для мене.

- а) так
- б) не знаю
- с) ні

28. Я дорожу її (його) думкою про мене.



- a) так
- b) не знаю
- c) ні

29. Я пишаюся тим, що вона (він) мій друг.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

30. Я рідко погоджуюсь з її (його) думками та оцінками.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

31. Поряд з нею (ним) я почуваюся легко та розкуто.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

32. У її присутності в мене піднімається настрій.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

33. Поруч із нею (з ним) я легко втомлююся, дратуюсь, виходжу з себе.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

34. Я готовий відкласти важливі справи, аби побути з нею поруч..

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

35. Часто в мене виникає бажання відпочити від неї (нього).

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

36. Я почуваюся краще, коли вона (він) відсутня.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

37. Я знаходжу в ній (ньому) багато особистих переваг, за які я її (його) поважаю як людину.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

38. Серед моїх знайомих і близьких вона (він) – найавторитетніша для мене людина.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

39. Коли мені важко щось вирішити, я найчастіше раджуся з нею (з ним).

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

40. Вона (він) легко може мене переконати.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

41. Я вважаю, що у неї (нього) добре працює голова.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

42. Я цікавлюся тими книгами та фільмами, які справили на неї (нього) враження.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

43. Вона (він) цікава людина, я з нею (з ним) не сумую.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

44. Іноді мені здається, що вона (він) недалеко людина.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

45. У ній (в ньому) є такі якості, які я хотів би бачити у себе.

- a) так
- b) не знаю
- c) ні

**Додаток 4. Результати тесту «Сімейна соціограма» за Є.Г. Ейдемільером**

№	Вік Респондентки	Вік партнера	Тривалість партнерських стосунків, роки	Наявність дітей, кількість	Опис зображення
1	25	33	1	-	В центрі – «Я» респондентки, з боків чоловік, мама, сестра та тато.
2	22	27	3	-	«Я» респондентки та круг чоловіка зображені рівнозначно, посередині кола.
3	28	28	1	0	В центрі – зображення респондентки у вигляді маленької дівчинки, навколо – мама, тато, чоловік, бабуся, дідусь у вигляді маленьких кіл
4	49	51	32	2	В центрі – «я» респондентки у вигляді кола, навколо – чоловік та діти зі своїми подружжями у колах
5	27	29	10	1	Чоловік, респондентка та дитина зображені колами приблизно однакового розміру, які накладені одне на одне рівнозначно. Ближче до центру - дитина
6	28	27	3	-	У центрі кола – «я» респондентки; збоку – чоловік, обидві фігури зображені у вигляді схематичних людей.
7	48	54	15	-	У центрі кола – респондентка; збоку – чоловік, обидві фігури зображені у вигляді схематичних людей.
8	36	36	2	2	Ближче до центру кола – фігури дітей, рівновіддалено від дітей розташовані кола чоловіка та «я» респондентки, ближче до країв.
9	33	32	13	2	Всі члени сім'ї респондентки та вона сама розташовані рівномірно по колу, в центрі немає нікого. Кола, які уособлюють дітей зображені меншими за кола батьків.
10	26	25	1	-	Респондентка зобразила себе та партнера на краях кола, ближче до центру – численні близькі родичі.
11	31	28	8	3	Респондентка зобразила деталізоване художнє зображення своєї сім'ї. В центрі, найближче до себе розмістила чоловіка, трьох дітей – по обидва боки від себе та чоловіка. Респондентка тримає за руку сина Дамира. Візочок з найменшою дитиною – Марком розмістила у руках чоловіка. Найстаршу дитину - доньку Кіру не тримають за руку.
12	28	41	9	1	Респондентка зобразила свою сім'ю у вигляді списку, але себе помістила в центрі кола.

13	32	47	8	1	Респондентка зобразила сім'ю ближче до краю кола, себе помістила між чоловіком та дитиною. Примітним є те, що емоції та розмір фігурок відображені наступни чином: чоловік – більший та усміхнений, дитина – дуже маленька, емоції нечіткі, респондентка – середнього розміру із розлюченим чи засмученим виглядом.
14	31	35	12	1	У центрі кола – «я» респондентки, кола «дит.» та «подружжя» розташовані на відстані, ближче до краю.
15	32	33	15	1	Приблизно у лівій половині кола лінійно розміщені три кола, найбільшим є В'ячеслав, найменшим – Дмитро. По середині – респондентка. Можна припустити, що найбільше коло – це чоловік, а найменше – син.
16	37	48	8	-	У центрі кола зображено два рівнорозмірні круги – «я» та «чол», які симетрично заходять одне на одне.
17	25	26	4	-	Два рівно розмірні кола – респондентки та партнера розміщено приблизно однаково у центрі кола. Проте коло партнера все ж дещо ближче до центральної точки.
18	45	45	20	2	У центрі кола респондентка розмістила чоловіка, дочок – по краю кола. Найбільшим з кіл є коло «я».
19	28	36	8	1	Приблизно в центрі розташований круг «Я» респондентки, біля неї також круг дитини, трохи нижче – круг чоловіка, який торкається кола респондентки. Також присутнє коло мами респондентки, яке є меншим за інші.
20	31	33	8	1	У центрі кола – «Я» респондентки. Коло дитини пересікається з колом матері, але не з колом тата (чоловіка).

## Додаток 5. Результати дослідження за опитувальником А. Лазаруса Marital satisfaction questionnaire (revised)

№	Вік Респондентки	Вік партнера	Тривалість Партнерськ. стосунків	Наявність дітей,	Бали задоволеності (респондента/партнера, на думку респондента)																
					Кількість часу на	Якість сплкування	Сексуальне життя	Розпорядж. коштами	Кількість спільного	Світське життя	Батьківство	Взаємна підтримка	Спільне дозвілля	Спільні погляди	Ступінь прихильності	Довіра	Узгодження шкідливих звичок	Стос. респонд. з членами сім'ї партнера	Стос. партнера з партнером	Задоволеність виглядом партнера	Загальні кількість балів
1	25	33	1	-	8/9	7/7	10/10	7/7	7/7	7/7	7/7	7/7	7/9	9/9	8/8	7/7	7/7	7/7	7/7	10/10	<b>122/125</b>
2	22	27	3	-	8/7	8/9	9/9	10/10	5/5	8/8	7/7	10/10	6/7	10/10	7/8	10/10	10/10	9/10	10/10	10/10	<b>137/140</b>
3	28	28	1	0	4/5	1/0	7/2	3/5	1/5	8/9	-	7/6	7/6	7/6	9/9	10/6	9/10	7/6	10/10	10/10	<b>100/95</b>
4	49	51	32	2	7/9	5/5	8/5	7/10	10/10	10/10	8/10	10/10	10/10	9/9	8/7	4/10	9/10	10/10	9/10	9/10	<b>133/145</b>
5	27	29	10	1	7/9	7/7	7/7	7/9	7/7	9/9	9/8	9/9	7/8	8/8	9/6	9/9	7/7	5/9	9/7	7/9	<b>123/128</b>
6	28	27	3	-	7/7	10/10	10/10	7/7	7/7	7/7	7/7	10/10	7/7	7/7	10/10	10/10	10/10	3/7	7/7	10/10	<b>129/129</b>
7	48	54	15	-	5/4	8/8	9/9	8/8	6/5	7/6	7/7	7/7	6/6	8/8	7/8	8/8	7/7	7/7	8/8	8/9	<b>116/115</b>
8	36	36	2	2	4/7	8/10	8/10	8/10	4/7	8/10	8/10	8/10	8/10	10/10	8/10	8/10	8/10	8/10	8/10	8/10	<b>122/154</b>
9	33	32	13	2	10/9	10/10	9/8	10/9	10/9	10/8	10/9	10/10	8/7	10/10	9/9	10/10	9/9	8/9	8/9	9/9	<b>150/144</b>
10	26	25	1	-	8/8	10/10	10/10	8/7	7/7	9/9	10/10	10/10	10/10	10/10	9/9	10/10	9/10	10/8	10/10	10/10	<b>150/148</b>
11	31	28	8	3	4/7	4/7	8/10	1/3	4/7	4/7	7/7	10/10	4/7	10/10	8/8	8/10	10/10	7/7	8/7	10/10	<b>107/134</b>
12	28	41	9	1	2/6	5/5	1/2	6/6	3/6	6/6	7/8	5/2	5/6	5/4	4/7	7/7	7/8	4/5	6/4	7/7	<b>80/89</b>

13	32	47	<b>8</b>	1	2/3	4/5	5/6	3/4	3/2	4/5	7/10	8/8	7/8	3/2	5/5	7/7	10/10	3/3	3/3	8/5	<b>82/86</b>
14	31	35	<b>12</b>	1	5/7	9/9	9/9	6/6	5/8	7/7	8/9	10/10	10/10	10/10	8/8	10/10	10/10	10/10	10/10	10/10	<b>132/138</b>
15	32	33	<b>15</b>	1	8/8	10/10	10/10	9/10	8/7	9/8	10/10	10/10	8/9	10/10	10/10	10/10	10/10	8/9	9/10	10/10	<b>149/151</b>
16	37	48	<b>8</b>	-	7/7	7/8	8/9	9/8	5/6	8/9	10/10	10/10	7/7	7/7	5/6	9/8	3/4	10/10	10/10	9/10	<b>124/129</b>
17	31	33	<b>8</b>	1	4/7	8/10	4/7	8/10	8/10	4/7	8/10	8/10	4/7	10/10	8/10	8/10	4/7	10/8	8/10	8/10	<b>112/143</b>
18	25	26	<b>4</b>	-	8/7	8/8	9/9	8/8	7/8	6/6	9/8	10/10	9/8	7/7	8/8	9/9	9/6	9/9	9/9	10/10	<b>135/130</b>
19	28	36	<b>8</b>	1	5/5	6/7	8/7	2/2	5/6	2/2	10/10	8/5	8/8	10/10	5/5	5/5	10/10	10/10	10/10	9/8	<b>108/110</b>
20	45	45	<b>20</b>	2	8/8	7/8	9/8	10/10	6/5	5/4	6/7	8/7	10/10	5/5	5/6	7/8	9/10	10/10	8/8	7/8	<b>120/122</b>

**Додаток 6. Результати дослідження за опитувальником РЕА  
(Автор: А.Н. Волкова)**

№	Вік Респон.	Вік Партн.	Тривалість Партнерськ. стосунків, роки	Наявність дітей, кількість	Оцінка респондента за шкалами			Заг.
					Розуміння	Емоційне тяжіння	Авторитетність (повага)	
1	25	33	<b>1</b>	-	16	24	25	<b>65</b>
2	22	27	<b>3</b>	-	26	20	20	<b>66</b>
3	28	28	<b>1</b>	-	22	25	16	<b>63</b>
4	49	51	<b>32</b>	2	20	24	19	<b>63</b>
5	27	29	<b>10</b>	1	23	27	25	<b>75</b>
6	28	27	<b>3</b>	-	26	28	27	<b>81</b>
7	48	54	<b>15</b>	-	28	26	18	<b>72</b>
8	36	36	<b>2</b>	2	25	26	19	<b>70</b>
9	33	32	<b>13</b>	2	26	20	19	<b>65</b>
10	26	25	<b>1</b>	-	27	28	19	<b>74</b>
11	31	28	<b>8</b>	3	22	27	18	<b>67</b>
12	28	41	<b>9</b>	1	24	22	16	<b>62</b>
13	32	47	<b>8</b>	1	16	25	15	<b>56</b>
14	31	35	<b>12</b>	1	28	26	12	<b>66</b>
15	32	33	<b>15</b>	1	28	26	12	<b>66</b>
16	37	48	<b>8</b>	-	26	16	16	<b>58</b>
17	31	33	<b>8</b>	1	27	19	18	<b>64</b>
18	25	26	<b>4</b>	-	29	21	23	<b>73</b>
19	45	45	<b>20</b>	2	21	18	15	<b>54</b>
20	28	36	<b>8</b>	1	27	18	14	<b>59</b>



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

Левко Перестев А.М.  
(підпис)