

Міністерство освіти і науки України
Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Кафедра психології

«ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ»

завідувачка кафедри психології

_____ Ірина ЛИСЕНКОВА

« 01 » лютого 2023 р.

УДК УДК 159.923:316.36-055.2

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ НАСЛІДУВАННЯ ЖІНОЧИХ РОЛЕЙ У СІМЕЙНИХ СИСТЕМАХ

Кваліфікаційна робота магістра
за освітньо-професійною програмою
«Сімейна психологія з основами психотерапії»
другого (магістерського) рівня вищої освіти
галузь знань 05 - Соціальні та поведінкові науки
спеціальність 053 «Психологія»

Виконала:

студентка 667Мз групи

ГАПШКО Катерина Борисівна

Науковий керівник:

кандидат психологічних наук,

доцент

КУЧМАНИЧ Ірина Миколаївна

Міністерство освіти і науки України
Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Кафедра психології

Освітній рівень – магістр

Галузь знань: 05 – Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність: 053 «Психологія»

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
завідувачка кафедри психології
_____ Ірина ЛИСЕНКОВА
«01» лютого 2023 р.

ЗАВДАННЯ
НА ВИКОНАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ МАГІСТРА

Студентці **ГАПШКО Катерині Борисівні.**

1. Тема роботи: «Психологічні особливості наслідування жіночих ролей у сімейних системах» затверджена наказом ЧНУ імені Петра Могили № 188 від «21» жовтня 2022 року та та № 202 від «04» листопада 2022 року.
2. Об'єкт дослідження – феномен жіночих ролей в сімейній системі.
3. Предмет дослідження – психологічні особливості наслідування жіночих ролей у сімейних системах.
4. Завдання дослідження:
 - 1) Теоретично вивчити та розкрити феномен ролей у сімейних системах.
 - 2) Висвітлити різновиди жіночих ролей в сімейних системах.
 - 3) Емпірично дослідити та описати сукупність жіночих сімейних ролей та визначити специфіку їх наслідування в сімейних системах.
 - 4) Розробити та апробувати психокорекційні заходи, спрямовані на усвідомлення та трансформацію жінками обраних ролей.

5. Науковий керівник роботи.

ПІБ та посада керівника	Завдання видано (дата, підпис)	Завдання виконано (дата, підпис)
КУЧМАНИЧ Ірина Миколаївна кандидат психологічних наук, доцент	21 вересня 2022 року	20 січня 2023 року

6. КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи магістра (КРМ)	Строк виконання етапів роботи
1	Погодження керівником змісту КРБ	21 вересня 2022 р.
2	Пошук, добір та опрацювання літературних джерел з проблематики дослідження	09 жовтня 2022 р.
3	Робота над підготовкою тексту КРМ	
3.1	Розділ 1. Теоретичні аспекти дослідження особливостей наслідування жіночих ролей у сімейних системах в залежності від психологічної зрілості жінки	20 жовтня 2022 р.
3.2	Розділ 2. Взаємозв'язок особливості наслідування сімейних ролей жінками з різним рівнем особистісної зрілості: констатувальний етап експерименту	25 листопада 2022 р.
3.3	Розділ 3. Програма психологічного супроводу жінок та вибір ними сімейних ролей	08 грудня 2022 р.
4	Висновки	15 грудня 2022 р.
5	Захист КРМ на кафедрі (попередній захист)	23 січня 2023 р.
6	Захист КРМ перед Екзаменаційною комісією	23 лютого 2023 р.

Студентка

_____ Катерина ГАПШКО

Науковий керівник

_____ Ірина КУЧМАНИЧ

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ НАСЛІДУВАННЯ ЖІНОЧИХ РОЛЕЙ У СІМЕЙНИХ СИСТЕМАХ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЖІНКИ	8
1.1. Феномен сімейних ролей у сімейній психології.....	8
1.2. Теоретико-методологічне дослідження особливостей наслідування жіночих ролей у сімейних системах	18
1.3. Наукові дослідження наслідування жіночих ролей в залежності від індивідуально-психологічних особливостей жінки	27
Висновки до першого розділу	32
РОЗДІЛ 2. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ОСОБЛИВОСТІ НАСЛІДУВАННЯ СІМЕЙНИХ РОЛЕЙ ЖІНКАМИ З ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ: КОНСТАТУВАЛЬНИЙ ЕТАП ЕКСПЕРИМЕНТУ	33
2.1. Особливості жіночих ролей в сімейних системах.....	33
2.2. Особливості наслідування жіночих ролей в сімейних системах .	37
2.3. Специфіка наслідування жіночих ролей залежно від індивідуальних психологічних особливостей жінки.	44
Висновки до другого розділу	63
РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ЖІНОК ТА ВИБІР НИМИ СІМЕЙНИХ РОЛЕЙ	65
3.1. Обґрунтування та апробація програми психологічного супроводу жінок «Актуалізація психологічної зрілості жінки у межах сімейної системи».....	65
3.2. Психологічні рекомендації щодо вибору та реалізації жінками сімейних ролей	78
Висновки до третього розділу	83
ВИСНОВКИ	84

	2
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	87
ДОДАТКИ.....	95

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасні умови життя і праці в Україні характеризуються фундаментальними змінами в різних сферах життя. Суспільство висунуло нові вимоги до розвитку особистості, її психологічної зрілості, оскільки здатність до формування ініціативи, сміливість, самостійність у прийнятті рішень, здатність швидко пристосовуватися до різних умов, вміння вибудовувати стосунки – це вкрай необхідні аспекти успішної адаптації та інтеграції до мінливих умов сьогодення. Найгостріше наразі стоїть питання розвитку та налагодження взаємин не тільки в соціуму, але в сімейній системі, оскільки, як відомо, сучасна сім'я переживає складні трансформаційні процеси.

Ефективність побудови сімейних стосунків та гармонійність взаємин у сімейній системі пов'язана з багатьма факторами, серед яких особливе місце належить саме ролі жінки, а відтак, і способу функціонування в сімейній системі. Оскільки за останні 40-50 років значно змінилися уявлення про побудову сімейного життя, то можемо спостерігати багато сімей, де ролі та обов'язки розподілені не традиційно (як в минулих поколіннях сімейної системи), а мають місце інші варіанти: симетричний розподіл між партнерами, рольова змішаність, хаотична рольова структура. Кардинальні суспільні трансформації змінюють функціонування сімей та спричинюють те, що традиційність у передачі ролей вже втрачає свою актуальність. Натомість жінка в кожній конкретній сімейній системі опиняється перед вибором: Які ролі вона обиратиме? Чи відповідають ці ролі її можливостям? Чи свідомо жінка обирає способи реалізації тієї чи іншої ролі? Відповіді на ці запитання здебільшого залежать від рівня психологічної зрілості жінки. Це пов'язано, насамперед, із тим, що вони опиняються в умовах перенавантаження в різних сферах, тому саме зрілість психологічної сфери обумовлює ефективність функціонування сучасної жінки.

Як відомо, у сімейній системі жінка може перебувати у багатьох ролях, це питання розглядали такі вчені як: Г.М. Андреева, Ю.А. Альошина,

А.Я. Варга, Д. Кіркпатрік, М.Г. Ткалич та ін.). Найбільш розповсюдженою є класифікація ролей за Д. Кіркпатрік: жінка в індивідуальній підсистемі («жінка-жінка»), жінка в подружній підсистемі («жінка-дружина») та жінка в батьківській підсистемі («жінка-мати»). Певна частина самих ролей та способів поведінки в цих ролях наслідується жінкою в сімейній системі несвідомо, частина – передається традиційно через систему настанов та сімейних цінностей, решту – жінка обирає залежно від індивідуальних особливостей.

Свідомий вибір жінкою сімейних ролей здебільшого пов'язано з рівнем її особистісної зрілості, оскільки це дозволяє обирати ті ролі, які відповідають індивідуальним особливостям. Особистісна зрілість вважається одним із структурних компонентів зрілості людини. Психологічна зрілість як феномен може включати такі показники, як здатність розуміти та контролювати поведінку, емоції та думки людини, що допомагає переживати стрес та використовувати ефективні копінг-стратегії у стресових ситуаціях. Г. Салліван стверджував, що «зрілість визначається не стільки біологічним віком людини, скільки рівнем розвитку її особистісних характеристик, готовністю приймати рішення з позицій зрілої людини» [1].

Психологічна зрілість є одним із елементів, що впливає на здатність самостійно керувати своїм життям. Зрілість допомагає розкрити всі здібності й таланти особистості, сприяє її духовному й матеріальному розвитку. Поняття «психологічна зрілість» можна знайти у працях вітчизняних і зарубіжних вчених С.Л. Рубінштейн, О.М. Леонтьєв, А.В. Брушлінський, Л.І. Божович, К.О. Абульханова-Славська, А. Маслоу, А. Адлер, Е. Фром, А. Бандура, Дж. Ротера, В.В. Москаленко та ін., серед українських науковців над феноменом психологічної зрілості працюють В.О. Руженков та В.В. Руженкова.

Сучасні дослідження свідчать про те, що особистісна незрілість жінки на момент її одруження у процесі вибудовування сімейних стосунків призводить до збільшення кількості розлучень, спричинює нестабільність подружніх стосунків (А.Н. Волкова, І.С. Голод, С.В. Ковальов, Т.А. Демідова), зміну

сімейних цінностей (М. Вебер, Е. Дюркгейм) і стандартів гендерно-рольової поведінки (О.А. Вороніна) тощо [69].

Сучасні психологічні розвідки розкривають лише певні аспекти рольової поведінки в сім'ї, вибору рольової моделі, рольового конфлікту тощо. Втім, наукові дослідження, які б розкривали специфіку наслідування та вибору жінкою сімейних ролей з урахуванням її індивідуально-психологічних детермінант вкрай мало. Саме такі міркування й зумовили вибір теми дослідження: «Психологічні особливості наслідування жіночих ролей у сімейних системах».

Мета роботи – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості наслідування жінками сімейних ролей; розробити та апробувати програму психологічної корекції з жінками щодо вибору та реалізації ними сімейних ролей.

Об'єкт – феномен жіночих ролей в сімейній системі.

Предмет – психологічні особливості наслідування жіночих ролей у сімейних системах.

Відповідно до мети були визначенні **завдання дослідження**:

- 1) Теоретично вивчити та розкрити феномен ролей у сімейних системах.
- 2) Висвітлити різновиди жіночих ролей в сімейних системах.
- 3) Емпірично дослідити та описати сукупність жіночих сімейних ролей та визначити специфіку їх наслідування в сімейних системах.
- 4) Розробити та апробувати психокорекційні заходи, спрямовані на усвідомлення та трансформацію жінками обраних ролей.

Методи дослідження. Для досягнення мети та вирішення поставлених завдань обрано такі методи дослідження: теоретичні (теоретико-методологічний аналіз, класифікація та систематизація наукових джерел, порівняння та узагальнення даних теоретичних та експериментальних досліджень), емпіричні (методи тестування, бесіда, констатувальний та формувальний експеримент), методи обробки даних (узагальнення та

систематизація якісних і кількісних даних емпіричного дослідження); методи математичної статистики (кореляційний аналіз К. Пірсона, оцінка розбіжності експериментальних даних за допомогою t-критерію Стюдента) за допомогою програм Excel та SPSS 17.0.

Психодіагностичний комплекс методик склали: методика Е. Берна для визначення рольових позицій (егостанів) в міжособистісних стосунках, методика «Розподіл ролей в сім'ї» Альошина Ю.Є. Л.Я. Гозман, Е.М.Дубовська, методика «Рольові очікування та домагання у шлюбі» (РОП) (А.Н. Волкова), метод геносоціограми за М. Боуеном, методика життєстійкості С. Мадді (адаптація А. Леонтьєва) та методика САМОАЛ («Визначення рівня самоактуалізації особистості») за А. Маслоу.

Наукова новизна роботи. У магістерській роботі *вперше* ґрунтовно проаналізовано феномен наслідування жінками сімейних ролей; *доведено*, що несвідоме наслідування здебільшого відбувається в жінок, які мають низький рівень особистісної зрілості; *розкрито* різновиди жіночих ролей в сучасних сімейних системах; *уточнено* поняття «роль», «сімейна роль»; *розроблено* авторську анкету, спрямовану на визначення наслідування жінками ролей.

Експериментальна база дослідження. Дослідницько-експериментальна робота виконувалась на базі Міського центру підтримки внутрішньо переміщених осіб та ветеранів АТО. Вибірку дослідження склали 30 осіб (жінки) віком від 35 до 60 років.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати роботи доповідались та обговорювались на Ольвійському форумі – 2022 I Всеукраїнській науково-практичній конференції: «Тенденції розвитку сімейної психології в умовах війни та невизначеності: виклики, рішення, перспективи» 24 червня 2022 р., м. Миколаїв та Всеукраїнській науково-практичній конференції: «Могилянські читання – 2022: Досвід та тенденції розвитку суспільства в Україні: глобальний, національний та регіональний аспекти» (Миколаїв, листопад 2022 р.). – Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили.

Теоретична та практична значущість. Результати проведеного дослідження можуть бути використані в системі професійної підготовки майбутніх психологів під час проведення виробничої практики та для розробки робочих програм та навчально-методичної літератури з дисциплін «Загальна психологія», «Вікова психологія», «Сімейна психологія», «Кризова психологія», «Гендерна психологія» та «Психологія розвитку особистості». Результати роботи також можуть бути корисними для практикуючих психологів та соціальних працівників, які працюють із жінками та сім'ями.

Розроблені рекомендації відповідно зазначеної теми роботи стануть у нагоді спеціалістам психологічних служб, медичних закладів і можуть бути впроваджені при консультативній і психокорекційній роботі з проблематикою особливостей наслідування жіночих ролей у сімейних системах в залежності від психологічної зрілості жінки.

Структура роботи складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг магістерської роботи становить 114 сторінок, основний зміст викладено на 86 сторінках. Робота містить 3 таблиць, 19 рисунків та 5 додатків. Список використаних джерел складає 93 праць українських та зарубіжних авторів, з них 23 – англомовні.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ НАСЛІДУВАННЯ ЖІНОЧИХ РОЛЕЙ У СІМЕЙНИХ СИСТЕМАХ

1.1. Феномен сімейних ролей у сімейній психології

Як система сім'я має фізичну структуру, представлену конкретними членами, з одного боку, а з іншого боку, – це система з певними зв'язками між членами сім'ї. Кожен член сім'ї відіграє певну роль. Ця роль впливає з певних очікувань оточення. Таким чином, кожна роль включає нормативно санкціоновану форму поведінки, яка очікується від тих, хто займає певне положення в системі відносин, включаючи сімейні зв'язки. Поняття ролі включає бажання і цілі, переконання і почуття, установки, дії і цінності, які приписуються людям, які займають певне положення в системі відносин. Це також стосується сімейних ролей.

Людина є членом багатьох соціальних груп, і її місце в кожній з таких груп можна охарактеризувати з точки зору ролей.

Роль – це набір поведінки, якої чекає від людини суспільство (роль студента, роль сина, роль працівника в бізнесі).

Роль, як спосіб поведінки, існує у вигляді соціальної концепції бажаної поведінки індивіда в даній ситуації. Визначення ролі зводиться до опису прав і обов'язків, які впливають з їх статусу. У процесі формулювання характеристики ролей людей дається відповідь на запитання «Що роблять люди?». Тобто кожна роль впливає на поведінку людини як членів певної системи.

Роль – це затверджений нормою зразок поведінки, який очікується від людини для зайняття певного соціального положення і статусу в міжособистісних стосунках [93]. Зміст ролей і їх виконання регулюються нормами, тобто певними сформульованими й прийнятими групою правил, яких необхідно дотримуватися при здійсненні спільної прикладної діяльності групи.

Існують правила й норми щодо прийняття ролей та їх виконання. Існують також зовнішній і внутрішній рольовий контроль і санкції, призначені для відновлення балансу сімейних дій шляхом певного впливу на членів сім'ї, які не виконують своїх обов'язків.

На додаток до всіх перерахованих пунктів, концепція ролей також включає специфікації ролей і санкцій. Норми є встановленими правилами і повинні відігравати відповідну роль. Якщо ці норми не виконуються, сім'я накладає санкції на носія ролі. Санкції є реакцією на виконання чи невиконання. Вони є позитивними та пов'язані з успішним виконанням обов'язків і моделей поведінки виконавцем ролі. Позитивні санкції відображаються в заохоченні. Негативні санкції за поведінку, яка не відповідає конкретним стандартам ролі – це покарання, звинувачення, приниження, позбавлення важливості та інше.

У рольовій структурі сім'ї розрізняють планування міжособистісних стосунків і традиційні ролі [62, с. 130-139]:

– Традиційні (конвенціональні) ролі, визначені соціокультурним середовищем, стандартизовані, визначають постійні закони й обов'язки членів сім'ї, являють собою перелік форм поведінки та способів реалізації. Традиційні норми зв'язані законом, мораллю і традицією. Прикладом можуть бути ролі матері, батька, чоловіка, дитини тощо. Людська діяльність у цих ролях визначена та захищена законом. Ці ролі також підтримуються мораллю, законом, традицією та релігією. Традиційні ролі включають найзагальніші вимоги, незалежно від характеристик, нахилів і здібностей виконавця ролі. Вона є знеособленою і стандартизованою (незалежно від того, ким і як вона виконується). Вони існують як сім'я.

– Міжособистісні (сімейні) ролі індивідуалізовані та визначаються специфікою сімейних відносин, відображаючи унікальний сімейний міжособистісний досвід. Рольова структура сім'ї забезпечує виконання функцій сім'ї та задоволення потреб усіх членів. Вони залежать від особистісних особливостей, нахилів і здібностей конкретної людини, більш мобільні, не

детерміновані засадами, покликані повноцінно й ефективно виконувати основні функції сім'ї.

Особливості функціонально-рольової системи:

- вимагати, щоб набір ролей, які утворюють цілісну систему, не суперечив один одному з точки зору ролей, які виконує одна людина і вся сім'я;
- прийнята роль повинна відповідати здібностям особистості, і має бути присутнім феномен «рольового навантаження»;
- виконання ролі має забезпечувати задоволення потреб усіх членів родини. Традиційні ролі можна класифікувати з різних причин. Типи сімейних ролей за статусом сімейних відносин включають такі ролі, як чоловіка та дружини, батьки – батько та мати, діти – син і дочка, сиблінги – брати і сестри, прадіди – бабуся та дідусь тощо. (Рис. 1.1.). Підкреслимо, що права та обов'язки, які відповідають відповідному статусу, зумовлені історією, культурою, національними особливостями та значно варіюються залежно від перелічених факторів.

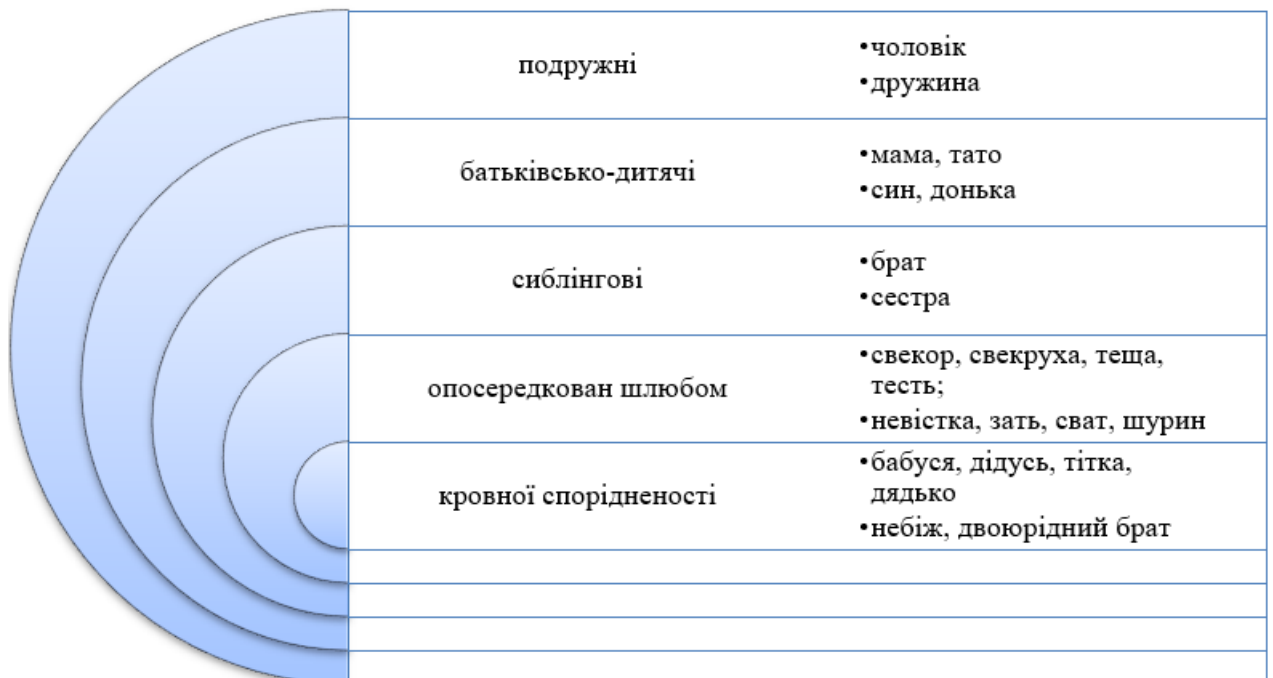


Рис. 1.1. Різновиди формальних сімейних ролей

Коли йдеться про психологічні ролі членів сім'ї, важливо зазначити, що роль може існувати лише у взаємодії з іншими ролями. Наприклад, щоб зіграти роль батька чи матері, комусь потрібно зіграти роль сина чи дочки. Сімейні ролі повинні створити систему, яка не викликає суперечок і яка задовольняє багато психологічних потреб. Однак слід зазначити, що така складна сімейна рольова система не може не суперечити сама собі. Важливо визначити, наскільки конфлікт сімейних ролей є деструктивним, а наскільки сама сім'я його пом'якшує. Важливим є те, наскільки уявлення членів сім'ї про свої ролі збігаються з уявленнями інших.

Виділяють такі вимоги до сімейних ролей [62, с. 130-139]:

1) Набір ролей, які індивід виконує в сім'ї, повинен відповідати його потребам у повазі, визнанні тощо.

2) Виконувана сімейна роль повинна відповідати здібностям виконавця ролі. Якщо вимоги ролі непосильні, то виконавець ролі відчуватиме тривогу, напругу та психічний стрес. Наприклад, це може статися з дитиною, яка виконує роль «батька» (через його відсутність, хворобу тощо).

3) Діапазон сімейних ролей, які індивід виконує в сім'ї, щоб забезпечити задоволення не тільки своїх потреб, але й потреб інших членів сім'ї. Наприклад, пропонування рольової структури іншого члена сім'ї за рахунок надмірної роботи іншого члена може стати травматичним. Одним з найцікавіших напрямків сучасної психотерапії є виявлення і вивчення так званих патологічних ролей у сім'ї. Патологічні сімейні ролі – це такі міжособистісні ролі структура й зміст яких впливають на їх носіїв. Наприклад, роль «цапа-відбувайла», роль нескінченної «сімейної мучениці», яка жертвує собою в ім'я родини і програє так звану роль «клінічного пацієнта».

Трансформація сімейно-рольових відносин є найважливішим аспектом перебудови сучасних шлюбно-сімейних відносин. Невизначеність щодо чинних норм, що регулюють шлюбно-сімейні стосунки, у тому числі рольові, породжує ряд психосоціальних проблем для сучасних сімей. Найважливішими з них є

«вибір» рольової взаємодії кожної сім'ї та формування взаємин членів сім'ї з різних аспектів сімейної рольової поведінки.

Процес становлення рольової структури сім'ї є одним з головних аспектів її становлення як соціально-психологічної спільноти, взаємної адаптації подружжя та формування способу життя сім'ї. При наявності різноманітних норм і зразків рольової поведінки цей процес тісно пов'язаний з міжособистісними стосунками подружжя та їх установками. В даний час якість стосунків подружжя багато в чому визначається власним сприйняттям подружжя, тим, наскільки багатими та успішними вони себе вважають. Проте, до цього часу було проведено мало досліджень щодо того, як люди сприймають шлюби, які вони створюють, і яке місце в них займають їхні рольові стосунки.

У зарубіжній психології розгляд сімейних ролей включає такі поняття, як: статеві ролі, статево-рольові системи, статево-рольова диференціація. Під гендерними ролями більшість авторів розуміють систему культурних норм, яка визначає прийнятну поведінку та особистісні якості на основі статі. Іноді цю систему називають системою напівролей.

Гендерно-рольові системи – це культурні очікування щодо соціальних ролей і соціальної діяльності, прийнятної для чоловіків і жінок. Головною лінією диференціації чоловічих і жіночих ролей у західній культурі є лінія «сім'я-робота». Традиційно чоловікові спочатку потрібно було стати професіоналом, зайняти довготривалу, добре оплачувану роботу. На його думку, сім'я повинна бути другорядною, після роботи. На жінок покладається ж відповідальність за дім, сім'ю, дітей, їм дозволяється займатися професійною діяльністю, але як другорядною діяльністю та в тій мірі, в якій вони не перешкоджають головному призначенню жінки. Таке розмежування між чоловічими та жіночими ролями часто називають диференціацією гендерних ролей. Розподіл соціальних ролей чоловіків і жінок прямо повторює схему розподілу ролей у сім'ї. Чоловіки відповідають за матеріальне забезпечення сім'ї, а жінки – за виховання дітей та ведення господарства.

Такі автори, як Ф.І. Най, Дж. Плек, Дж. Сканцоні стверджують, що розподіл ролей є ядром диференціації гендерних ролей у сім'ях. Ці поняття видаються важливими для розуміння, особливо сімейних ролей, але малодослідженими у вітчизняній науці.

Проте, останнім часом у працях зарубіжних дослідників зустрічаються теорії, де, по-перше, йдеться про прийняття жінкою ролі годувальника, по-друге, участь чоловіків в управлінні господарством та вихованні дітей. Дослідження визначає деякі чинники, що впливають на «вибір» сім'ями конкретних методів рольової взаємодії, а також традиційність чи егалітарність рольових установок, наприклад, соціально-демографічні фактори, соціальний клас, етап сімейного циклу, факт роботи дружини тощо (Л.В. Хоффман, Ф.І. Най, А.І. Торнтон ін.) [1].

Логічним доповненням до вивчення факторів, що впливають на рольові відносини в сім'ї, є аналіз «наслідків», обраних сім'єю зразків для наслідування. Дослідження демонструють негативний вплив традиційних зразків для наслідування на жінок і чоловіків (Н. Голдберг, Дж. Сканцоні, Г.Л. Фоке та ін.) і демонструє складні ролі, з якими стикаються сім'ї з моделями рівного розподілу (Р. Раппопорт, М. Бергер та ін.). Було виявлено вплив масштабу рольових відносин на задоволеність подружжя шлюбом. Дослідження показали, що важливість конкретного прикладу для наслідування для подружжя значною мірою залежить від узгодженості їхніх рольових взаємодій, ідеалів та очікувань (Г.Л. Боуен, Д.К. Отнер та ін.) [9, с. 986-988].

Окрім гендерно та статево обумовленого розподілу ролей у родині ми зазначимо також ролі, зумовлені лише психологічно-індивідуальними особливостями. Це – драматичний трикутник Карпмана «Жертва-Агресор-Рятівник», що є психосоціальною моделлю взаємодії людини в транзактному аналізі.

Карпман використовував трикутники для відображення конфліктних або драматичних стосунків. Драматичний трикутник Карпмана моделює зв'язок між особистою відповідальністю та владою в конфліктах, а також деструктивні та

мінливі ролі, які відіграють люди. Він визначив три ролі в конфлікті: Переслідувач/Агресор, Рятівник (позиція "зверху") та Жертва (позиція "знизу"). Карпман розмістив ці три ролі на перевернутому трикутнику і назвав їх трьома аспектами, або гранями драми.

Жертва: Жертва в цій моделі не має на меті представляти реальну жертву, а скоріше когось, хто відчуває себе або діє як жертва. Жертва прагне переконати себе та інших, що вона нічого не може зробити, нічого не може бути зроблено, всі спроби марні, незважаючи на те, що вона намагається з усіх сил. Винагородою за таку позицію є уникнення реальних змін або визнання своїх справжніх почуттів, які можуть принести тривогу та ризик, при цьому жертва вважає, що робить все можливе, щоб уникнути цього. Таким чином, позиція жертви – "Бідолашна я!". Потерпілий відчуває себе переслідуваним, пригнобленим, безпорадним, безсилим, присоромленим і здається нездатним приймати рішення, вирішувати проблеми, отримувати задоволення від життя. Жертва залишається з Переслідувачем або, якщо не переслідується, призначає когось іншого в ролі Переслідувача. Вона також звернеться по допомогу, створивши одного або декількох Рятівників, які врятують ситуацію, але насправді увічнять негативні почуття Жертви і залишать ситуацію в цілому без змін.

Рятівник: Репліка Рятівника – "Дозвольте мені допомогти вам". Класичний паттерн поведінки, де Рятівник відчуває провину, якщо не приходять на допомогу, і, зрештою, злиться (і стає Переслідувачем), коли його допомога не призводить до змін. Проте такий порятунок має й негативні наслідки: він тримає Жертву в залежності й не дозволяє їй зазнати невдачі та відчути наслідки свого вибору. Винагородою для людини в ролі Рятівника є те, що увага відволікається від самого Рятівника, який також може почуватися добре за те, що спробував, і виправданим у своїх негативних почуттях (по відношенню до іншого актора/ів) у разі невдачі. Коли вони зосереджують свою енергію на комусь іншому, це дозволяє їм ігнорувати власну тривогу і проблеми. Ця роль Рятівника також є ключовою, оскільки їхній головний

інтерес полягає в тому, щоб уникнути власних проблем, замаскованих під турботу про потреби жертви. (Рис. 1.2).

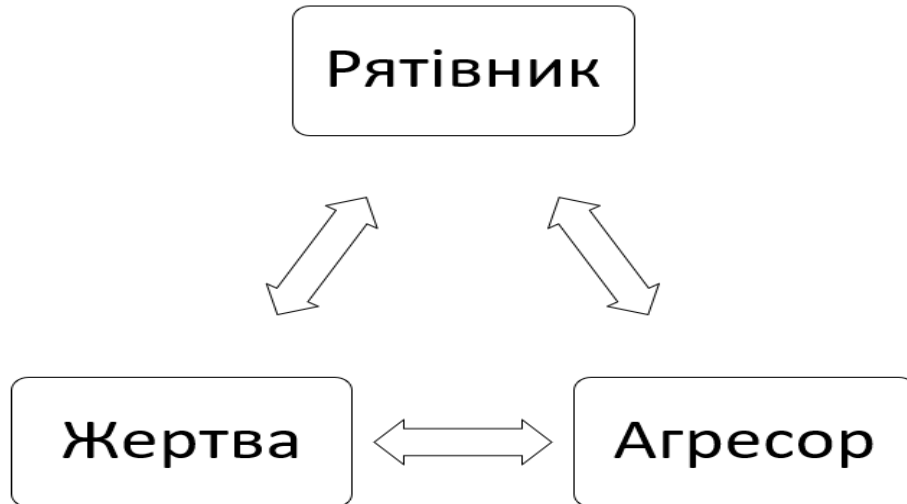


Рис. 1.2 Класифікація ролей по С. Карпману

Переслідувач (також як Агресор): Переслідувач контролює, звинувачує, критикує, пригнічує, гнівається, він авторитарний, жорсткий і зверхній, він ніби стверджує: "Це все твоя вина". Але, якщо його звинувачують, у свою чергу, Переслідувач може стати в позицію захисту, а також може змінити роль і стати Жертвою, якщо його силою атакує Рятівник та/або Жертва, і в цьому випадку Жертва також може змінити роль і стати Переслідувачем. [74].

Кожній з ролей відповідають властиві тільки їй почуття. У Переслідувача найголовніша емоція праведне обурення. У Жертви внутрішня метушня, паніка, образа на ситуацію або іншу людину. У Рятівника — співчуття, почуття обов'язку і відповідальності за іншу людину.

Перебуваючи всередині «драматичного трикутника», ми вибираємо для себе певну роль, і це може бути пов'язано не тільки з нашою особистою та сімейною історією, але і з тим станом «я», який нам найближчий у цей момент.

К. Дж. Сейгер запропонував наступну класифікацію поведінкових ролей у шлюбі [85, с. 70-72]:

- 1) «Рівноправний партнер». Очікує рівних прав та обов'язків.
 - 2) «Романтичний партнер». Очікує ніжної однакості, сильної любові, сентиментальності.
 - 3) «Батьківський партнер». Із задоволенням піклується про іншого, виховує його.
 - 4) «Дитячий партнер». Вносить у подружнє життя спонтанність, безпосередність і радість, але в той же час здобуває владу над іншими, демонструючи слабкість і безпорадність.
 - 5) «Раціональний партнер». Слідкує за емоційними проявами і суворо дотримується прав і обов'язків. Серйозний і відповідальний.
 - 6) «Товариський партнер». Хочє бути партнером і шукає того ж. Відмова від романтичного кохання та прийняття тягара сімейного життя неминучі.
 - 7) «Незалежний партнер». Тримає дистанцію від партнера по шлюбу.
- Деякі комбінації партнерів повністю конгруентні (наприклад, незалежний-залежний, незалежний-раціональний), деякі є взаємодоповнюючими (батько-наївний), а деякі є конфліктними (наприклад, романтичний проти незалежного, романтичний проти рівності).

Практичний психолог та коуч О. Круківська говорить, – «Хочеш мати розумну, красиву та мудру жінку, тоді доведеться одружитися тричі!» [17]. У кожній жінки є свій внутрішній стан, і в такому стані вона постає перед чоловіками. Тут неважливо, яку роль він грає в її житті: чоловіка, друга, коханця, шанувальника і т.д.

О. Круківська виділяє такі стани (ролі) жінки в сімейній системі як: королева, господиня, наставниця, коханка, дівчинка. Її дослідження ґрунтуються саме на вільному стані жінки при якому вона відчуває цілковиту гармонію від життя. Така жінка має бути психологічною зрілою беззаперечно, а

тому вона за природою є соціально активною, емоційно залученою та зовнішньо пристосованою до різних швидких змін у суспільстві.

Отже, основні ролі за О. Круківською [23]:

1) Королева (її люблять не тільки чоловіки, а й жінки. Зрештою, вона така розкішна, витончена, впевнена, цілеспрямована та здебільшого самотня. Королева вимагає від усіх триматися на відстані. Вона з тих людей, які вміють надихати інших. У неї мало друзів і багато шанувальників. Своїми володіннями королева приваблює слабких (так би мовити, у пошуках матері) і відштовхує сильних (які вже знають, що і коли робити без додаткових вказівок). Через свою холодність її серце завжди закрите. Вона не любить і не цінує).

2) Господиня (це жінка, яка готова повністю віддатися чоловікові. У неї завжди є усі блага створені нею для комфортного існування. Все ідеально. Така жінка всіляко піклується про свого чоловіка. Вона переживає за нього, як мати. Домогосподарка завжди зробить краще сама, ніж чоловік. І для цього у неї завжди є багато причин, наприклад, «він не встигає», «він зробить неправильно», «він не може це зробити», «він втомився» і так далі. З нею чоловік стає домашнім котом, або отримує «помічницю», тобто господиню. Адже чоловікові в першу чергу потрібна жінка, а мати у нього вже є).

3) Наставниця (це жінка-стратег, сірий кардинал. Наставнику потрібен чоловік, щоб забезпечити і реалізувати всі її нездійснені плани і мрії. Зазвичай у такої жінки мало досягнень у житті. Від наставників, які загрибають жар чужою рукою. Вона завжди всіх добре знала і про себе нічого не казала. Живи за принципами, якщо все гаразд «я» роблю добре, це мої думки, якщо є проблема, то всі відповідають крім неї. З такою жінкою чоловік втрачає своє людське я, тому що все його життя служить планам і мріям наставника, який рідко буває задоволений життям).

4) Коханка (у цій жінці поєднується все – стратегія, розум, пристрасть, любов та ін. Вона знає, де яку роль грати і коли яку маску одягати. Жоден чоловік не встоїть перед нею. На Сході жінок з такою здатністю називають гейшами. Вони не подобаються жінкам, подобаються чоловікам. Величина

енергії Стерва зашкалює. З нею чоловік може або домогтися неймовірного успіху, або повністю затонути).

5) Дівчинка (жінка, яка психічно поводитья як маленька дівчинка. Вона часто ображається, рідко працює і самореалізується. Вона збирається знайти красивого чоловіка, який зіграє для неї роль батька. Вона дуже емоційна, дуже любить увагу і дуже незалежна. З нею чоловіки почуватимуться важливими та потрібними. Навіть якщо в чоловіків з часом розвивається образа, нерозуміння то через почуття провини чоловіки рідко залишають її, «маленьку дівчинку», не кидають її через відсутність незалежності. Але він точно шукає більш винахідливого партнера чи помічника).

На думку К. Кіркпатріка, існує три основних типи шлюбних ролей: традиційні, товариські та партнерські. Сучасна сім'я характеризується шлюбом за вибором, маленькими дітьми, автономією та рівністю чоловічих і жіночих ролей. Жінки в основному стають партнерами. Партнерські стосунки полягають не тільки в спільній діяльності, але й мають необхідну свободу, емоційну близькість і тепло [87, с. 234-247].

У сім'ї, де домінують традиційні подружні ролі, існує чіткий розподіл обов'язків між подружжям (дружина народжує і виховує дітей, керує сім'єю, задовольняє потреби сім'ї, а чоловік відповідає за матеріальне забезпечення і прийняття основних рішень).

Слід зазначити, що структура сучасної сім'ї та розподілу традиційних ролей останнім часом певною мірою змінилася: зменшився розмір сім'ї і кількість дітей, знизилася значення старших братів і сестер, різні люди стали виконувати різні ролі.

1.2. Теоретико-методологічне дослідження особливостей наслідування жіночих ролей у сімейних системах.

Сімейні ролі були і є результатом наслідування дітьми (наступними поколіннями) поведінки дорослих (представників попередніх поколінь або

старших родичів). Що саме є наслідування і як воно виникає було і є предметом дослідження вітчизняних та зарубіжних науковців.

Отже, наслідування у поведінці — це повторення одним індивідом (людиною або твариною) зразків поведінки іншого. Відтворення чужих дій може мати різні причини й особливості. На ранній стадії розвитку психології наслідування вважалося природженою властивістю, а не такою, що виникає в процесі навчання. З іншого боку, той факт, що імітаційна поведінка може бути наслідком навчання, не викликає сумнівів. Навчання, як правило, засноване на підкріпленні або, інакше кажучи, на отриманні винагороди чи заохочення тим, кого навчають.

Незважаючи на схожість зовнішнього вигляду, за феноменом наслідування в різному віці ховаються різні психологічні механізми. У дитинстві імітація рухів і звуків голосу дорослого є першою спробою встановити «значущий» зв'язок. Вікове наслідування є способом проникнення в смислову структуру людської діяльності. Воно проходить кілька етапів і змінюється в міру того, як змінюється домінуюча в цьому віці діяльність – від сюжетно-рольової гри в ранньому віці, коли дитина наслідує найбільш відкриті для неї сторони та особливості діяльності дорослого, змодельовані в грі, до поступового наслідування аспектів поведінки, які дійсно відображають контекст ситуації [70, с. 128-145].

Ісаєва Є.Р. виявила вікові відмінності в індивідуальній поведінці на різних етапах дорослішання. Відповідно до особливостей розвитку особистості та життєвих цілей у різному віці приймаються різні стратегії поведінки, щоб забезпечити реалізацію цих цілей. [12].

У соціальній психології теорія наслідування представлена, як явище, де її аналізують в таких формах, як імітування поведінки конкретного індивіда або копіювання норм, які дотримуються в групі. Також виділяють такі його форми, як конгруенція (реалізація узгоджених дій групи), копіювання (відображення точних дій інших в поведінці), референтної (копіювання або конгруенція до людей, не присутнім в контакті). Механізм наслідування в психології вивчав

соціолог Ж. Тард. Теорія наслідування Тарда коротко будується на трьох базових типах процесів суспільства: опозиція, повторення, воно ж наслідування і адаптація (приспосовування). Відповідно базовими соціальними законами у нього виділялися закони наслідування, адаптації, опозиції. Але найважливішим серед них він виділяв закон повторення і надавав саме йому найбільше своєї уваги. Він також говорив, що наслідування – це деякого роду гіпнотичний феномен.

Відповідно до негативних, позитивних і посередніх ситуацій людини, рішення її дітей сприяють реалізації монолітних/стереотипних форм поведінки, які обмежують реалізацію людського потенціалу і таким чином контролюють людське життя.

У своєму дослідженні відома французька дослідниця А.А. Шутценбергер приділяє велику увагу генеалогічним системам та сімейній історії та підтверджує теорію своїх колег про те, що нащадки часто не лише наслідують ролі предків, але й повторюють долю своїх родичів, наприклад, хвороби та навіть смерті в тому ж віці, що й їхні предки [68, с. 44-57].

Кожен сам обирає, яку роль йому виконувати і коли. Добре, якщо є можливості, навички та вміння змінювати ролі протягом тривалого або короткого періоду часу, тому що застрягання в певному образі, до якого ми звикли, є жорстким і призводить до жорсткої системи, де жорсткість і автократія є одними з партнерів.

Враховуючи, що уявлення про сім'ю значною мірою формуються в сімейному середовищі, очевидно, що вони залежать від способу життя батьківської сім'ї, відносин між чоловіком і дружиною, батьків і дітей. Дослідження Є. Маценової та С. Терьохіної свідчать про прямий зв'язок між уявленнями молодих людей про свою майбутню сім'ю з уявленнями про своїх батьків та родові сім'ї. Сім'ї старших поколінь є пріоритетними при формуванні ідей для сімей. Більшість людей вважає, що їхні сім'ї схожі на батьківські.

З точки зору психологічної науки, сімейні установки та цінності є важливими факторами ефективного функціонування сімей. Формування таких

цінностей і установок людини відбувається під впливом багатьох факторів. Основними факторами формування сімейного ставлення є: національний менталітет, батьківська сім'я, освітнє середовище та суспільне інформаційне середовище.

Установка – це стан психічної готовності до поведінки на основі минулого соціального досвіду. Сімейна установка індивіда – це уявлення індивіда про шлюбно-сімейне життя, що визначає стан готовності до створення сім'ї та його поведінку в шлюбно-сімейних стосунках [4].

Сімейні установки, як модифікація особистості в цілому, визначаються як внутрішніми (якими можуть бути актуальні потреби, минулий досвід, будь-які особистісні характеристики особистості в широкому сенсі), так і зовнішніми (конкретні обставини) факторами, що може відображати не тільки теперішнє і минуле, а й майбутнє.

Психологи стверджують, що причиною звернення подружжя за психологічною допомогою до психологів найчастіше є розлад рольової поведінки подружжя, який проявляється в: суперечливих вимогах партнера до виконавця певної ролі, одній і тій же людині, що грає різні ролі, непослідовності, кар'єрними домаганнями, батьківськими та подружніми обов'язками, незадоволеність чоловіка потребами своєї ролі в сім'ї (чоловіки, незважаючи на виконання своїх сімейних ролей, очікують, що дружина виражатиме любов і задовольнятиме його потреби в шлюбних потребах), задоволення власних потреб, що не гарантує задоволення потреб інших членів сім'ї (зняття емоційної напруги, що досягається шляхом «вигнання» агресії до іншого члена сім'ї) [34, с. 1-8].

Проблема вибору, прийняття сім'єю тієї чи іншої моделі для наслідування невіддільна від формування ставлення членів сім'ї до цієї моделі, до своєї ролі в сім'ї, до виконання ролей інших членів сім'ї.

Дослідження в країні та за кордоном показують, що правила сімейної рольової поведінки і рольових відносин формуються в процесі сімейного життя та тісно пов'язані з міжособистісними стосунками й спілкуванням членів сім'ї.

Альошина Ю.Є. класифікує головні ролі в сім'ї залежно від того, яка функція реалізується тим чи іншим партнером [31]:

1) Відповідальний за матеріальне забезпечення сім'ї (у цю роль в першу чергу входять різноманітні справи та обов'язки, пов'язані із заробітком грошей, забезпеченням належних матеріальних благ сім'ї. У дослідженнях різних вітчизняних письменників часто зустрічається інша назва цієї ролі – «годувальник». Численні дані свідчать про те, що ця роль вважається чоловічою і її виконання переважно виконують чоловіки.

2) Господар – господиня (традиційно ця роль включала покупки продуктів і приготування їжі, догляд за одягом, а також стеження за комфортом, порядком і чистотою в будинку. У більшості культур ця роль відведена дружині (матері), хоча в сучасних сім'ях це істотно змінилося. Згідно з опитуванням, аж 70% чоловіків готові визнати, що цю роль мають порівну розділити дружина та чоловік).

3) Роль відповідального по догляду за немовлям (включає надання дітям фізичного та психічного комфорту (прибирання, їжа, тепло, безпека тощо). Традиційні норми закликають до виконання ролі материнства, хоча егалітарні норми, які широко поширилися в останні десятиліття, певною мірою похитнули це переконання).

4) Роль вихователя (включає виконання обов'язків, пов'язаних із становленням дитини як компетентної, моральної та соціальної особистості. Батьки вчать дітей, що таке добре і що таке погано, прищеплюють відповідальність, акуратність, вміння ладнати з іншими, допомагають у вихованні. Виконання цієї ролі в цілому визначається низкою конкретних факторів. По-перше, ступінь участі батьків у цій ролі залежить від їхнього рівня освіти (чим вищий рівень освіти, тим менше дітей у сім'ї та більша зосередженість на вихованні дітей). Спираючись на велику кількість даних, можна сказати, що рівень залученості подружніх пар у процес виховання залежить, серед іншого, від статі дитини. Якщо дитина хлопчик, ця функція, як

правило, розподіляється між батьками порівну, але якщо в сім'ї росте дівчинка, то її вихованням в першу чергу займається мати.

5) Роль сексуального партнера (включає виконання різноманітних видів діяльності з точки зору сексуальності. Традиційно вважається, що чоловіки ініціюють і визначають характер сексуальних стосунків. У той же час отримані дані свідчать про те, що чоловіки цікавляться діяльністю жінок як сексуальних партнерів. Важливо відзначити, що в молодших сім'ях ініціатором близькості часто є дружина).

6) Роль організатора розваг (такий розподіл ролей саме по собі відображає серйозні зміни в суспільному житті, оскільки близько 50 років тому культура сімейного дозвілля для простих людей не викликала сумнівів. Ця роль включає різноманітні ініціативи у сфері дозвілля, а також діяльність, пов'язану з організацією сімейних прогулянок, перегляду фільмів, планування та проведення відпусток).

7) Організатор сімейної субкультури (поява цієї ролі, а також ролі організаторів дозвілля відображає фундаментальні зміни, які відбуваються в суспільстві, особливо підвищення грамотності населення в цілому, оскільки люди все більше цікавляться наукою, мистецтвом, відвідуванням кінотеатрів, театрів і музеїв. Реалізація цієї ролі включає діяльність, спрямовану на формування певних культурних цінностей, а інтереси та захоплення членів сім'ї досить різноманітні).

8) Роль відповідального за підтримку родинних зв'язків (включає участь у сімейних ритуалах і традиціях, організацію спілкування з родичами, сприяння матеріальній підтримці, соціальному розвитку членів сім'ї. Реалізація цієї ролі традиційно покладається на обох членів подружжя, хоча дружини традиційно виявляють більшу активність. Слід зазначити, що значення родинних зв'язків у світі останнім часом значно знизилася, і якщо молоді пари цілком задоволені якістю сімейних зв'язків, то літні люди вважають, що родинних зв'язків зараз недостатньо) [79].

9) Роль «психотерапевта» (поява зумовлена принциповою зміною функціонування сім'ї, однією з головних рис якої є задоволення потреб членів сім'ї у підтримці, захисті та особистому комфорті. Реалізація цієї ролі пов'язана з діяльністю, спрямованою на вирішення особистих проблем партнера – вислуховування, вираження прийняття, співпереживання, допомога в усвідомленні проблеми, емоційна підтримка. Величезна важливість цієї ролі в сучасній сім'ї відображається в тому факті, що ступінь, в якому члени сім'ї виконують цю роль, найбільш тісно пов'язаний із задоволеністю подружжя шлюбом. Деякі дослідження показують, що жінки краще справляються з цією роллю, ніж чоловіки).

Якщо класифікація базується суто на господарсько-побутовій та виховній функціях, то виникає інша класифікація сімейних ролей, часто умовна, оскільки кілька членів сім'ї можуть виконувати певні функції і виступати у відповідній сімейній ролі [26]. Наприклад, у неповній сім'ї вихователем дитини може бути тільки один з батьків, а в повній сім'ї цю роль виконують обоє з подружжя (Рис. 1.3.).



Рис. 1.3. Різновиди функціональних сімейних ролей

Відомий американський психолог і психіатр Е. Берн стверджує, що ми можемо бути дорослими (Дор.), дітьми (Дит.) і батьками (Б) в будь-якому віці й у різних життєвих обставинах. Залежно від того, яку роль кожен з нас обирає в тій чи іншій ситуації спілкування, ми можемо створити або усунути конфлікт, досягти поставлених цілей або знайти компромісні рішення, які сподобаються всім [38, с. 105-110].

Автори транзактного аналізу, заснованого на наборі трьох станів людської свідомості як «Я», вказують на те, що всі три стани особистості формуються під час спілкування і людина набуває їх незважаючи ні на що, навіть на власні бажання.

У своїй книзі «Games People Play» Берн пише, що процес спілкування – це обмін транзакцією, він йде за планом: «стимул» «співрозмовника 1» викликає «реакцію» «співрозмовник 2» у свою чергу спрямовує «стимули» до «співрозмовника 1», тобто майже завжди «стимул» однієї людини стає мотивацією «відповіді» іншої. Подальший розвиток діалогу залежить від поточного еґо-стану індивіда, який використовується для транзакцій та їх комбінацій.

Крім того, Е. Берн виділяє 4 форми наслідування дітьми своїх предків:

1. Гордість за предків.
2. Ідеалізація.
3. Суперництво.
4. Особистий досвід.

Тут ми говоримо про реальний досвід взаємодії дитини та їх прародичами, які дуже вплинули на формування життєвого сценарію дитини. Як показує досвід, в основному до прабабків ставляться благоговійно або з жахом, дві крайності, в той час як до батьків – з захопленням або страхом [4].

Схожу до Берна класифікацію ролей, але дещо розширену, надає Н.В. Ліщина у своєму дослідженні «Емоційна спрямованість осіб, що переживають особистісну кризу». Вона виділяє 7 типів жіночих ролей: «Я-Дит»

– Я дитина, «Я-Мат» – Я мати, «Я-Друж» – Я дружина, «Я-Прф» – Я професіонал, «Я-Жін» – Я жінка, «Я-Дор» – Я доросла [32].

Умовні стани вказують на стан молодого людини чи дівчини, в якому вони визначаються як свій напрямок. Але останнє є не стільки результатом вибору позиції особи, скільки – варіантом запропонованого рішення. Очевидно, що в цьому випадку людина не має досвіду проходження та подолання кризи. Для багатьох цей статус є основою розвитку.

Варто зазначити, що неформальні ролі не мають нічого спільного з віком людини чи офіційним статусом у сім'ї, а зазвичай відображають характер носія (наприклад, няня може бути дитиною, пов'язаною з батьком або кимось із родини, між подружніми парами та їх подружжям).

Американська психотерапевтка В. Сатір виділила наступні варіанти деструктивних сімейних ролей (Рис. 1.4.). В. Сатір розглядає всі ці ролі як прояви відсутності у чоловіка самоповаги в його сімейному оточенні, а замість цього людина з достатньо високою самооцінкою демонструє врівноважену, гнучку модель сімейних взаємодій [72, с. 381-382].

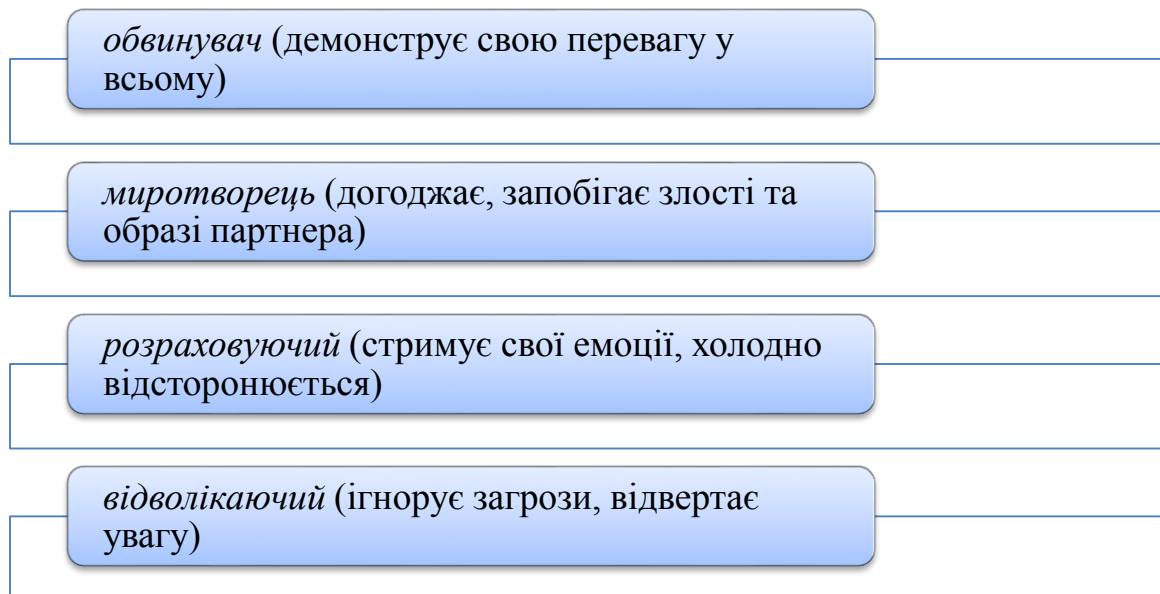


Рис. 1.4. Деструктивні сімейні ролі за В. Сатір

Коли мова заходить про принципи побудови рольових відносин, виникають неформальні сімейні ролі. Ці сімейні ролі часто пов'язані з особистістю носія і можуть мати позитивний або негативний вплив на сім'ю. Наприклад, роль психотерапевта передбачає здатність людини слухати та співпереживати іншим членам сім'ї, тоді як тирана байдужа або агресивна по відношенню до інших. Особа, яка виконує роль культорганізатора, забезпечує організацію сімейних розваг і розваг, його дії «шкідливі», завдають (матеріальної або моральної) шкоди сім'ї, дискримінують її репутацію. Члени сім'ї, які є нянями, часто надмірно піклуються про інших, тим самим сприяючи розвитку в них вивченого почуття безпорадності.

Отже, гармонія сімейних ролей значною мірою впливає на успішне функціонування сім'ї і визначається багатьма факторами, зокрема узгодженістю сімейних ролей (переважно в сім'ї подружжя), балансом між сім'єю та її індивідуальними потребами, а також балансом між рольовими обов'язками та індивідуальні здібності. Відповідність (уникнення рольового перевантаження) та гнучке поєднання кількох ролей (наприклад, кожен член подружньої пари бере участь в управлінні господарства, зароблянні грошей, вихованні дітей).

1.3. Наукові дослідження спільних рис наслідування жіночих ролей в залежності від індивідуально-психологічних особливостей жінки

Індивідуально-психологічні риси – це ті, що відрізняють людину одна від одної. Індивідуальні відмінності позначають міру виявлення в психічній діяльності окремого індивіда загальних психологічних закономірностей. Індивідуальні відмінності формуються на основі природжених анатомо-фізіологічних особливостей людини і впливу навколишнього соціального середовища. Доведено, що своєрідність особистості визначається індивідуальними відмінностями перебігу психічних процесів, зумовлених

основними властивостями нервової системи, особливостями темпераменту, характеру, виявами загальних і спеціальних здібностей, психофізіологічної та соціальної активності. Важливим є зміст потреб, мотивів, спрямованості, установок і ставлення людини до себе, інших людей, суспільства.

З віком змінюється не лише фізичне тіло, а й психічні процеси, які перебувають у постійній зміні та розвитку. Оскільки об'єктом нашого дослідження є феномен саме жіночих ролей, то ми розглянемо індивідуально-психологічні особливості жінок середнього віку, а саме 35-60 років.

Середня зрілість (34-60 років) спрямована на зміцнення сімейних стосунків, організацію сім'ї та побуту, виховання дітей, виховання батьківського статусу, побудову кар'єри. Вирішення психосоціальних криз як вибір між продуктивністю та стагнацією пов'язане з основним процесом взаємодії особистості з соціальним середовищем і розвитком творчості [61].

Цей період дорослішання є найтривалішим і найпродуктивнішим періодом розвитку людини. Незважаючи на визнання важливості більш всебічних досліджень, деталі розвитку дорослих наразі недостатньо вивчені [86, с. 381-382].

Жінки під час кризи середнього віку мають знижений рівень самоактуалізації, що характеризується нездатністю жити «тут і зараз», демонструючи залежність від думки та очікувань інших, тобто соціальний тиск. Порівняно з докризовим періодом рівень самоактуалізації в цей період був значно нижчим, особливо за такими показниками, як самоактуалізована цінність, чутливість до почуттів інших, визнання власної агресії та вседозволеність у виконанні [87, с. 2-10].

Одним із структурних компонентів зрілої особистості вчені вважають особистісну зрілість (Я.З. Гільбух, Г.В. Олпорт та ін.). Г.В. Олпорт стверджував, – «що людська зрілість є безперервним процесом протягом життя людини, а також звертав увагу на якісні відмінності між незрілою та зрілою особистостями» [47]. Наприклад, поведінка незрілих суб'єктів значною мірою керується несвідомими мотиваціями, що виникають із досвіду дитинства, тоді

як поведінка зрілих індивідів є функціонально автономною та керується свідомими процесами.

Намагаючись розглянути конкретні життєві завдання в дорослому віці, Пек виділив сім проблем або конфліктів у період психологічної зрілості. Перші чотири особливо важливі в середньому віці:

- Визнання цінності мудрості проти визнання цінності фізичних сил. Оскільки життєвий тонус падає, а здоров'я погіршується, люди змушені переключати більшу частину своєї енергії з фізичної діяльності на розумову.

- Соціалізація проти сексуалізації людських відносин. Ця реорганізація викликана соціальним тиском, який супроводжує соціальні зміни. Фізичні зміни можуть змусити людей переглянути свою взаємодію з членами чоловічої та жіночої статі, наголошуючи на спілкуванні та товариських відносинах, а не на сексуальній близькості чи змаганні.

- Катексисна (емоційна) гнучкість проти катексисного збідніння. Емоційна гнучкість лежить в основі змін, які люди середнього віку повинні зробити, коли сім'ї розпадаються, друзі роз'їжджаються, а старі інтереси втрачають актуальність.

- Психічна гнучкість і психічна ригідність. Люди повинні боротися з тенденцією чіплятися за старі правила життя та не довіряти новим ідеям.

Дослідження спільних рис наслідування жіночих ролей в залежності від психологічної зрілості жінки є мало досліджуваною темою на сьогодні, саме тому наше дослідження ґрунтувалося на оновлених працях сучасних практичних психологів.

Дослідження С. Мадді та Д. Хошаба показали, що життєва стійкість є особистісною характеристикою, загальним показником психічного здоров'я людини і включає три життєві установки: залученість, контроль над подіями та готовність до ризику (Рис. 1.5.).

Тому Д. Леонтьєв та О. Рассказова, посилаючись на С. Мадді, наголошують на важливості експресії всіх трьох компонентів для збереження

здоров'я та досягнення оптимальної взаємодії з сім'єю та рівня активності в стресових умовах.

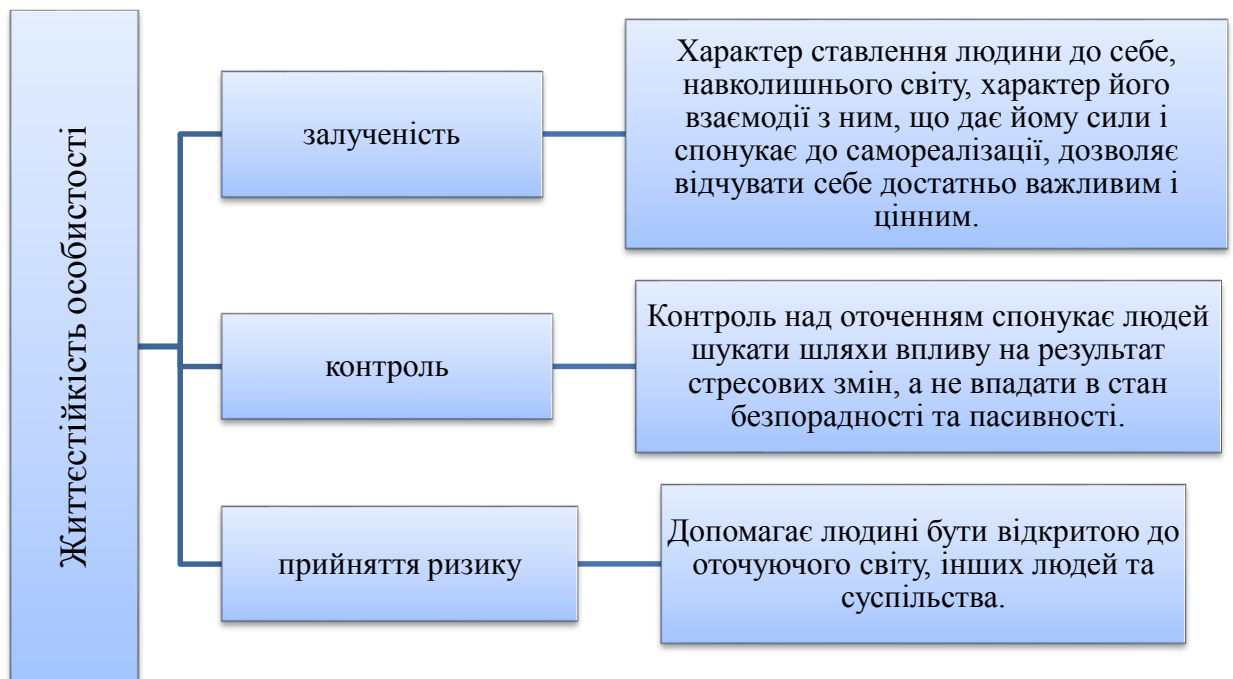


Рис. 1.5. Складові компоненти життєстійкості особистості

У свою модель вітальності К. Мадді включає не лише конструкцію елементів, але й п'ять основних механізмів, за допомогою яких вітальність діє як буфер проти розвитку хвороби та зниження загальної ефективності діяльності індивіда: життя – стійке переконання – менше стресу оцінювати життєві зміни на основі залученості, контролю та прийняття ризику; створює імпульс для самоконтрольованого трансформаційного процесу, заснованого на відкритості до нового, формує готовність до агресивних дій у стресових ситуаціях (використовуючи стійке подолання стратегії); посилення імунної відповіді через розумову та фізичну мобілізацію; посилення відповідальності та турботи про власне здоров'я; пошук ефективної соціальної підтримки, яка допоможе трансформувати процес самоконтролю через розвиток комунікативних навичок. [79, с. 279-298].

Отже, можна стверджувати, що роль жінки у сімейній системі відзначається здебільшого від її рівня психологічної зрілості, що в свою чергу формують погляди на життя, які сформовані з дитинства, як установки особистості та пережиті психотравмуючі події (кризи) у період становлення зрілої особистості жінки.

Висновки до першого розділу

Щодо психологічного аналізу сучасних сімейних ролей визначальними є висновки вітчизняних і зарубіжних дослідників відповідно норм сучасного шлюбно-сімейного регулювання, в тому числі невизначеності ролей і стосунків у родині. Основний розподіл ролей у сімейній системі має два вектори: традиційні (конвенціональні) ролі та міжособистісні (сімейні) ролі, що має ряд своїх психологічних відмінностей, таких як: залученість, контроль та прийняття ризику у стресових ситуаціях у родині. Така ситуація створює багато соціальних і психологічних проблем для сім'ї. Загалом, кожен партнер у сім'ї повинен «вибрати» будь-який спосіб взаємодії характерів з безлічі існуючих взаємодій характерів.

Роль – це план дій людини, сформульований суспільством у певній ситуації і встановлює стійку модель поведінки в суспільстві, залежно від позиції індивіда в соціальній та міжособистісній системі. Саме завдяки відповідно обраній ролі жінки асимілюються з певним образом, який хочуть внести у своє життя, певний образ та модель поведінки надає впевненість у власних діях та вчинках

Гармонія сімейних ролей значною мірою впливає на успішне функціонування сім'ї і визначається багатьма факторами, особливо послідовністю сімейних ролей (переважно сім'ї подружжя), балансом між сім'єю та її індивідуальними потребами, а також рольовими обов'язками та особистими.

Отже, можна сказати, що роль жінки в сімейній системі залежить від індивідуально-психологічних особливостей жінки, серед яких вагоме місце посідає рівень її психологічної зрілості, який, у свою чергу, формує погляди на життя, сформовані з дитинства, такі як установки особистості та пережиті психологічні травми, події (кризи).

РОЗДІЛ 2

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ОСОБЛИВОСТЕЙ НАСЛІДУВАННЯ СІМЕЙНИХ РОЛЕЙ ЖІНКАМИ З ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ: КОНСТАТУВАЛЬНИЙ ЕТАП ЕКСПЕРИМЕНТУ

2.1. Особливості жіночих ролей в сімейній системі

Дослідницько-експериментальна робота виконувалась на базі Міського центру підтримки внутрішньо переміщених осіб та ветеранів АТО у м. Миколаїв. Вибірку нашого дослідження склали 30 осіб віком від 35 до 60 років.

Дослідження було проведене за такими методиками як:

- 1) Методика Е. Берна для визначення рольових позицій (егостанів) в міжособистісних стосунках (Додаток А).
- 2) Методика «Розподіл ролей в сім'ї» Альошина Ю.Є. Л.Я. Гозман, Е.М.Дубовська.
- 3) Методика «Рольові очікування та домагання у шлюбі» (РОП) (А.Н. Волкова).
- 4) Методика САМОАЛ («Визначення рівня самоактуалізації особистості») за А. Маслоу; додаткові авторські питання (Додаток Б)
- 5) Метод генограми за М. Боуеном. (Додаток В)
- 6) Методика життестійкості С. Мадді (адаптація А. Леонтєва).

Гіпотеза дослідження: наслідування жінками сімейних ролей від попередніх поколінь відбувається несвідомо й свідомо і пов'язано з певними індивідуальними особливостями жінки.

Керуючись рольовою типізацією Е. Берна «Дорослий», «Дитина», «Батько» ми визначили психологічні егостани опитуваних жінок. В результаті ми отримали такі дані: 75% жінок були в егостані «Дорослий» (володіють почуттям відповідальності, в міру імпульсивні і не схильні до повчань, вміють

контролювати власні емоції), 8% в егостані «Дитина» (досить часто вони здатні діяти імпульсивно, не задумуючись, «залежно від настрою», не зважаючи ні на що), 17% - в батьківському егостані (характерна категоричність у судженнях і діях, можливий зайвий прояв самовпевненості при взаємодії з людьми. Такі люди не переймаються наслідками своїх слів і дій. (Рис. 2.1.).

Варто зазначити, що дуже часто розрив у кількості балів між егостаном дорослого та батьківського був дуже невисоким, в той час як рівень балів ролі «Дитини» був помітно нижчим.

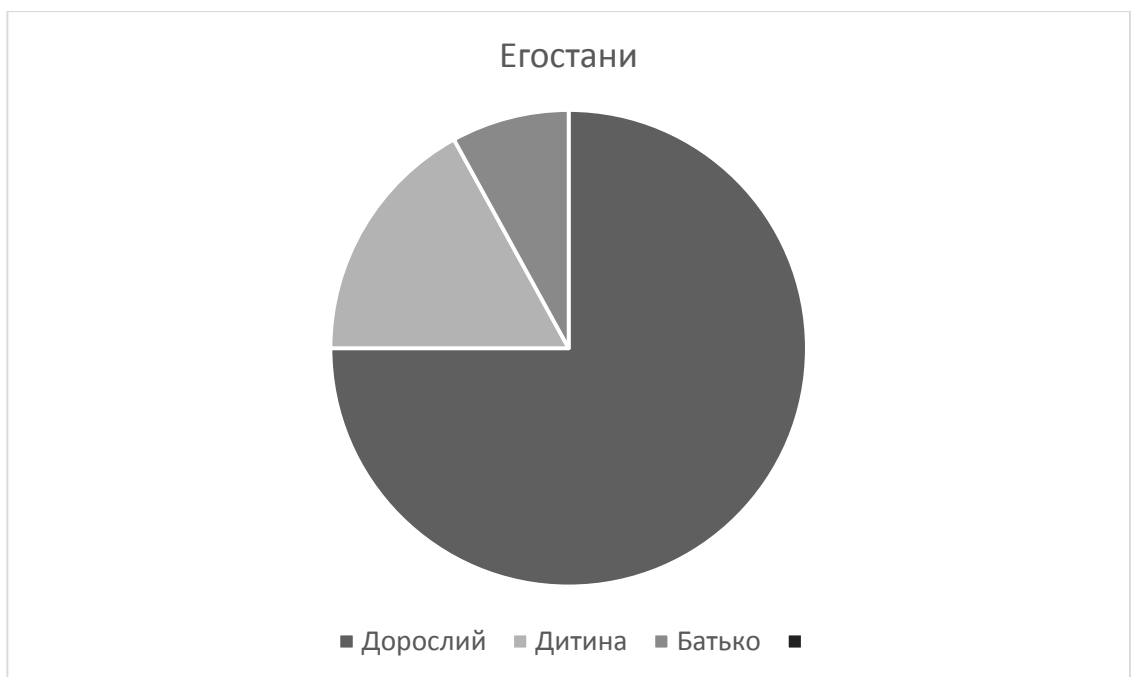


Рис. 2.1. Діаграма за результатами попереднього зрізу

Основний принцип диференціації ролі жінки визначається поняттям «дім-робота» – що є традиційним розумінням ролей. Кожна роль може існувати лише у взаємодії з іншими (аби бути у ролі батьків, для цього необхідні ролі дітей). Сімейні ролі створюють цілісну систему для задоволення психологічних потреб родини. Найголовнішим є те, якою мірою члени сім'ї бачать свої ролі відносно до інших ролей.

Методика «Розподіл ролей у сім'ї» (Ю.Є.Альошина, Л.Я.Гозман, Є.М.Дубовська) дозволяє за мінімальний час виявити уявлення подружжя про рольову структуру їхньої родини та ким та чи інша роль реалізується в сім'ї. Досліджувані типи ролей та результати опитування зазначені нижче (Табл. 2.1.).

Таблиця 2.1

Реалізація жінками сімейних ролей у сучасній сім'ї

Типи ролей	Відсоток жінок, які відповідальні за виконання цієї ролі в сім'ї
Виховання дітей та догляд за ними, «вихователь»	50%
Відповідальний за емоційний клімат, «психотерапевт»	50%
Відповідальний за матеріальне забезпечення, «годувальник»	30%
«Організатор розваг», дозвілля	75%
«Господиня дому»	37%
«Сексуальний партнер»	0%
Відповідальний за інтереси, культуру в сім'ї	25%

З аналізу випливає, що здебільшого жінкам сьогодення притаманна роль «організатор дозвілля та розваг» у родині. Роль організатора здебільшого беруть на себе жінки у яких низький рівень самоактуалізації за результатами дослідження, через намагання бути в центрі уваги та виділятися із мас, менша кількість респондентів фіксують, що не мають наміру брати на себе зайву

відповідальність поки не має необхідності, при цьому зазначають, що за необхідності готові завжди допомогти при нагоді.

На другому місці – роль «психотерапевта» та «вихователя дітей». Жінка, як «берегиня родинного вогнища», намагається тримати родину цілісною і рятувати у складні моменти для родини, при цьому, не завжди такі дії відбуваються з користю для самої жінки. Також виховна функція та догляд за дітьми лежить на жінках. Роль «психотерапевта» притаманна більш жінкам, ніж чоловікам, саме тому як окрема модель поведінки зафіксована у жінок з низьким рівнем психологічної зрілості, через те що, ім. здається вони гарно знають та розбираються у людях і вони завжди мають бути в контакті з ними, показник «контактності» в таких жінок вище середнього. У нашому опитуванні 15 респонденток зазначають, що відчувають себе у ролі психотерапевта.

Роль «годувальниці» винесено окремо, так як вона відрізняється з роллю «господині», через фінансову взаємодію у родині, жінки з високим рівнем психологічної зрілості є досить автономними та здебільшого фінансово забезпеченими самостійно, відчувають опору на себе та своє фінансове становище, при цьому жінки з низьким рівнем зрілості, у більшій мірі орієнтовані на допомогу зі сторони і для них така позиція є «нормою».

Ніхто з опитуваних жінок не бере на себе роль відповідального за сексуальні стосунки. У 100% опитуваних – це чоловік, або – здебільшого чоловік.

Для уточнення нами була розроблена та застосована в опитуванні авторська анкета для визначення жіночих ролей. За допомогою анкети ми з'ясували, що у вибірці зустрічаються «жертви», «рятівники», «агресори» за класифікацією ролей по С. Карпману.

Як зазначав Карпман, ролі в даному трикутнику часто змінюються в процесі нашого спілкування в сім'ї, в побуті чи на роботі. Тривалість перебування в одній ролі може складати від кількох секунд до кількох років. Протягом дня може відбутися двадцять і більше змін ролей у трикутнику.

Привертає увагу те, що в результаті опитування спрацював феномен соціальної бажаності, тобто респондентки не хотіли виглядати агресивними. Але, 6% жінок все ж визнали себе такими. В той час як 43% зазначали, що для них притаманна роль «жертви», та 51% виступали в ролі рятівника (Рис.2.2.).



Рис. 2.2. Діаграма за результатами попереднього зрізу

2.2. Особливості наслідування жінками ролей в сімейній системі

Наслідування є одним із важливих механізмів соціалізації особистості та одним із методів навчання та виховання. Особливе значення в розвитку людини посідає наслідування. Наукові та прикладні дослідження з цього питання виявили, що наслідування є первинною формою засвоєння дійсності (яким є і сліпе копіювання, і мотивоване наслідування), у дорослих воно є вторинним засобом оволодіння навколишнім світом.

На основі аналізу літератури з даної теми досліджено кілька підходів до процесу конструювання стилів життя (несвідомий вибір, свідомий вибір, проміжний вибір тощо), автори яких дотримуються схожих концепцій. Спосіб життя формується під впливом творчих можливостей особистості, людини, яка

використовує спадковість і середовище як матеріал для формування своєї особистості та втілення власного стилю та значною мірою визначається порядком народження, а стереотипні моделі поведінки означають, що люди частіше народжуються в тому чи іншому порядку. При цьому сприйняття будь-якої локації у кожної людини може бути різним.

Що стосується транзактного аналізу, то важливо зазначити, що він розглядає індивідуальні життєві сценарії, які, як і стиль життя, є моделями індивідуальної поведінки, сформованими в ранньому дитинстві. У цьому випадку життєвий сценарій – це життєвий план, заснований на рішеннях дитинства, підтриманий батьками і підтверджений подальшими подіями.

Описані поняття дають можливість побудувати знання та визначити складові, необхідні в процесі сприйняття індивідом своєї життєвої ситуації. Опишемо ізольовану структуру у вигляді моделі (Рис. 2.3.), де життєва сцена є фактором, який впливає на життєвий шлях людини. Життєві сценарії – це те, що людина планувала зробити в дитинстві, а життєві траєкторії – це те, що насправді відбулося в реальному житті, більше того, життєві траєкторії – це результат взаємодії багатьох факторів: генетики, зовнішніх подій, ситуацій, самостійних рішень.

Однією з особливостей сучасної сімейної ситуації є плавна і поступова між поколіннями передача моделей сімейних стосунків з порушенням прямої передачі сімейних цінностей. Ці процеси пов'язані зі зростаючим динамізмом світу, збільшенням доступності інформації та посиленням прихильності до демократизації, пов'язаної з дітьми. В результаті цих процесів сім'я перестає бути єдиним, а іноді навіть основним транслятором сімейних цінностей і традицій.

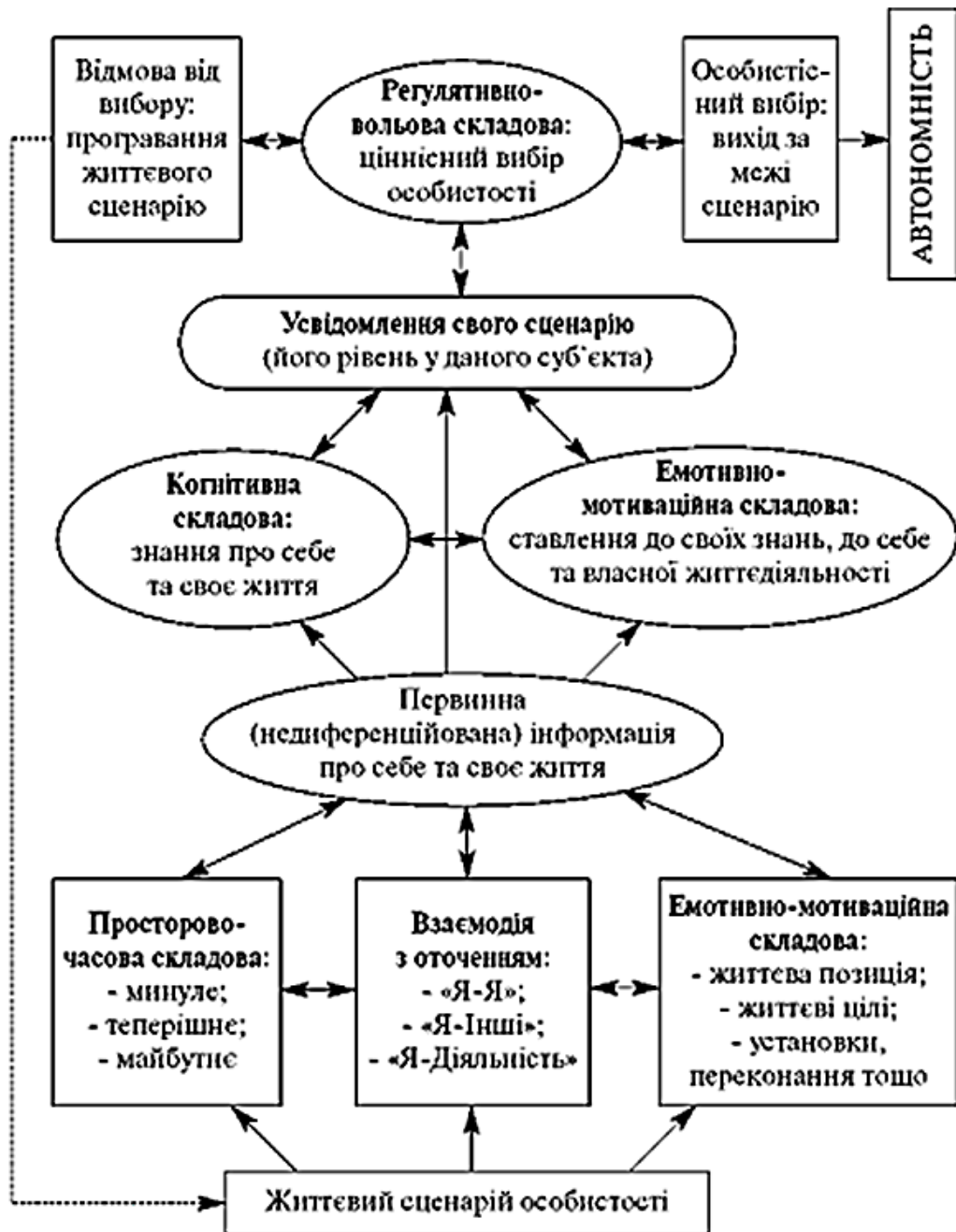


Рис. 2.3. Модель усвідомленого життєвого сценарію

Найбільш яскравими прикладами є нормалізація дошлюбних статевих стосунків, незареєстровані шлюби, дошлюбна народжуваність, розлучення, збільшення неповних сімей. У рамках даної проблематики, основний акцент сформований на особливостях наслідування жінками ролей у сімейній системі.

Проблематика наслідування жінками ролей у сімейній системі, через призму батьківських установок не нова, багато в чому завдяки роботі Е. Берна.

Як відомо, з повторенням батьківських патернів поведінки є антисценарний варіант, тобто створення власної сім'ї, починаючи з враження про сім'ю батьків, але бажаючи, щоб «все було інакше». Також беззаперечно, що ця ситуація протилежна залежній сім'ї, де власна сім'я базується не на власних автономних цінностях, а залежить від батьківської моделі [64, с. 53-57].

Відповідно до мети зазначеного дослідження було застосовано метод генограми за М. Боуеном аби більш детально дослідити механізм наслідування жіночих ролей в сімейних системах; також проведено попередню діагностику за методикою «Рольові очікування та домагання у шлюбі» (РОП) (А.Н. Волкова).

Генограма – це карта сімейної історії, яка за допомогою спеціальних символів зображує відносини і події, що відбувалися з представниками різних поколінь. Генограма допомагає зрозуміти всі процеси, закони, протиріччя та унікальний досвід предків у родині. Чисельні дослідження показали, що ці «закони сімейного життя» впливають на життя сучасних членів сім'ї. Завдяки генним картам явища та події сімейного життя можна розглянути в часовому вимірі й таким чином бачити певну цілісну картину. Зручною особливістю цього підходу є структура та схема (Додаток А), що дозволило нам відслідкувати паттерни поведінки жінок та проаналізувати їх життєві сценарії та траєкторії, прослідкувати повторюваність подій та фактів між поколіннями, а саме: вік одруження, розлучення (якщо таке було), кількість дітей, вік народження дітей, повторюваність імен, кількість вагітностей, хвороби або операції тощо.

Ми дослідили сімейні системи й виявили, що приналежність до родової системи та сімейна лояльність мають дуже вагомий вплив на побудову жінкою власного сімейного життя. Так, 28% респонденток наслідувало поведінкові патерни своїх предків, 67% - копіювало жіночі ролі, а 85% - поєднали обидва критерії (Рис. 2.4.).

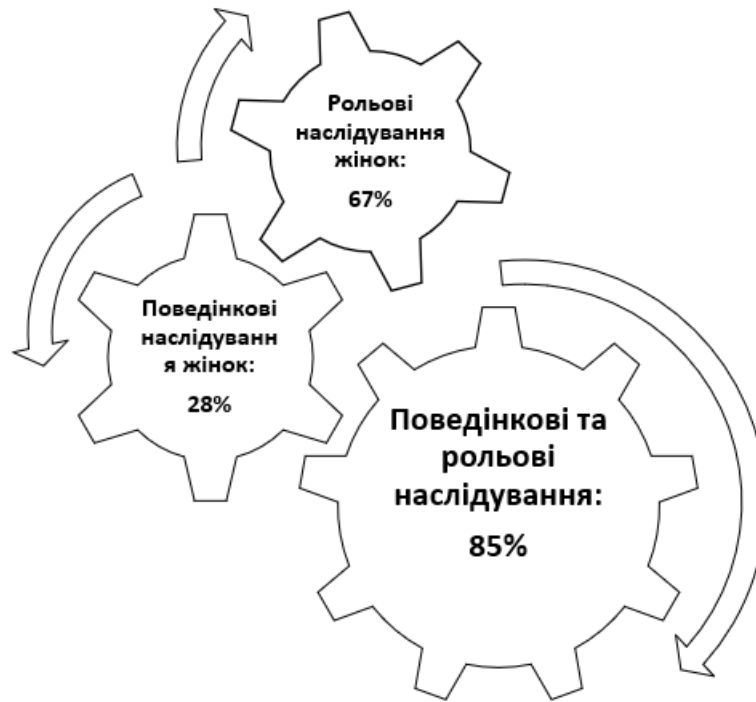


Рис. 2.4. Модель копіювання поведінки та жіночих ролей у сімейних системах

За результатами геносоціограми було виділені основні суміжні для всіх респондентів критерії для розширення уявлення про родинні зв'язки, які описують наявні патерни поведінки від матері/бабусі/сестри, які жінки перейняли у своє життя зараз, чи це позитивні чи це негативні установки які впливають на життя.

Якщо говорити про поділ за віковим періодом, можна сказати, що кожен період виокремлює свої особливості від народження та смерті. При цьому респондентки зазначають, що у молодшому віці більше орієнтувалися на стан матері та її емоційні і поведінкові прояви, приймаючи усі рішення з позиції альтруїстичної (піклування про маму), саме тому у 30 % жінок було виявлено закріплені установки та патерни поведінки від матері, значно менший відсоток респонденток (7 %) зазначають, що наслідують поведінку від бабусі. Це такі ролі як «господиня», «вихователька та доглядальниця за дітьми».

У дослідженні також провели аналогію материнськими пологами, більшість (54 %) жінок зазначають, що їх передродові та родові дії дуже схожі з тим, який перебіг пологів був у матері. 37 % респонденток фіксували, що у їх родині мати чи бабуся переживали тягар втрати ненародженої дити, або самостійно обирали шлях у певний віковий період не народжувати, будучи вже при надії (описуючи свій стан як неможливість владнання труднощів, що попереду, складні історичні часи і т.д.). Такі теми у багатьох сім'ях є табуйовані, тому відсотковий показник міг бути значно більшим, а через незнання таких історій, деякі жінки мали припущення, що це могло бути і в їх родині.

Майже 65 % респондентів описували свій стан у підлітковому віці, як «непотрібна дитина» в цей період вони переживали багато негативних емоцій, та закривалися від батьків, при цьому описуючи свої стосунки з батьками як «нормальні». Психологічна атмосфера у родині на момент підліткового віку, відчувалася напруженою, адже більшість жінок переживали особисті кризи у цей момент, такі як: перше кохання, руйнування дружніх стосунків і т.д., але саме у цей момент потребуючи підтримки від батьків, її не отримали, що завдавало ще більше емоційного удару по психіці дитини.

Більше половини жінок (63 %) зазначали, що майже зазжди хотіли відповідати тим якостям, якими їх наділяли батьки, при цьому батьки несвідомо формували у власних дітях хитку самоцінність та занижену самооцінку. Інші 37 % наперекір протистояли поглядам батьків про «ідеальних дівчат» і робили усе можливе, аби не відповідати вимогам власних батьків. Звичайно, автобіографічні свідчення не завжди об'єктивно відображають вчинки, думки, поведінку людини, але без їх урахування неможливо повноцінно проаналізувати ставлення людини до себе, світу, подій її життя.

Також фіксували зміни у віковому періоді жінок, після смерті бабусі, яка в деяких ситуаціях могла замінити роль матері у житті жінки. 54 % респондентів описують свої відчуття як «розпач», при цьому зазначають, що це була криза та переломний момент у формуванні власних поглядів на життя, що в деяких

випадках негативно вплинуло на життя жінки, наприклад, після смерті бабусі жінка з такої родини потребувала підтримки зі сторони, після пережитої втрати, одружилася з партнером, який надавав їй емоційну підтримку коли вона того потребувала, при цьому вступивши у спізалежні стосунки, які руйнували її після того ще довгий час, поки жінка не усвідомила це самостійно і не звернулась по допомогу до психолога.

Респонденти сприймають реальні події та явища крізь призму власної картини світу, розуміють їх, формують до них ставлення та вибирають відповідні моделі поведінки. Саме тому, засвоєння нової ролі проходить у три етапи: по-перше, розкриття основних характеристик ролі, важливих для моделювання поведінки, по-друге, прийняття, засвоєння та відтворення ролі, по-третє, участь у сімейному контексті, що визначатиме сенс і мету, яких особистість досягає за допомогою даної ролі [92].

На першому етапі сприйняття зовнішнього образу персонажа і створення особистісної ситуації персонажа одночасно формують сенс і наміри конкретних дій і суб'єктів дій, чи можна досягти мети взаємодії за допомогою існуючої чи нової поведінки. На другому етапі здійснюється самооцінка власних уявлень і можливостей щодо вимог цілей і можливих наслідків подій. Обираючи моделі поведінки, жінки наповнюють персонажів внутрішніми особистісними ситуаціями, тим самим відтворюючи та реалізуючи себе в поведінці свого обраного персонажа з уже існуючим набором патернів поведінки. Чим вище ступінь ідентифікації з роллю, тим легше особистості вибрати спосіб її реалізації і стиль виконання певної ролі. У процесі прийняття, розігрування і «входження» у роль особистість усвідомлює ті сторони своєї особистості, які вона вважає бажаними, схваленими і які, на її думку, можуть справити позитивне враження на інших.

На третьому етапі відбувається аналіз ситуації та передбачаються можливі наслідки дій і поведінки для себе та оточення. Особистість включається у відносини різних груп, доповнюючи соціальний контекст, привласнюючи певні соціально прийняті норми, правила і вимоги, які

втілюються в ролях. Особистість встановлює власні лінії поведінки з урахуванням існуючих взаємних установок і очікувань, що ведуть до досягнення цілей або досягнення компромісів, визначаючи тим самим цілі різних учасників взаємодії. Це допомагає жінкам усвідомити можливість «влаштуватися» у своє сімейне середовище.

Отже, засвоєння і використання моделей поведінки відбувається під час формування зрілості особистості, яка проявляється як здатність вибирати відповідну модельну ситуацію або створювати нову модель поведінки на основі пошуку відповідної комунікативної ситуації. Вибір моделі поведінки враховує взаємовпливи, які виникають у жінок під час сімейно-рольової взаємодії, через інтеграцію в соціальні ситуації, передбачення подій і розуміння поведінки, враховуючи систему взаємних установок і очікувань в сімейній структурі.

2.3. Специфіка наслідування жіночих ролей залежно від індивідуально- психологічних особливостей жінок.

Відповідно до проведених групових та індивідуальних зустрічей з респондентами в процесі інтерв'ю (Додаток Г) було встановлено, що більша частина жінок обирали модель поведінки матері і часто наслідували у дитинстві, але, будучи у дорослому віці, мінімізували або припинили копіювати її. Майже на одному рівні знаходяться показники респондентів, які наслідували модель поведінки матері в дитинстві й дотепер та ті, які не хотіли наслідувати в дитинстві. Найменший показник зафіксовано у респондентів, які не наслідували поведінку матері і не були схожими на неї (Рис. 2.5.).

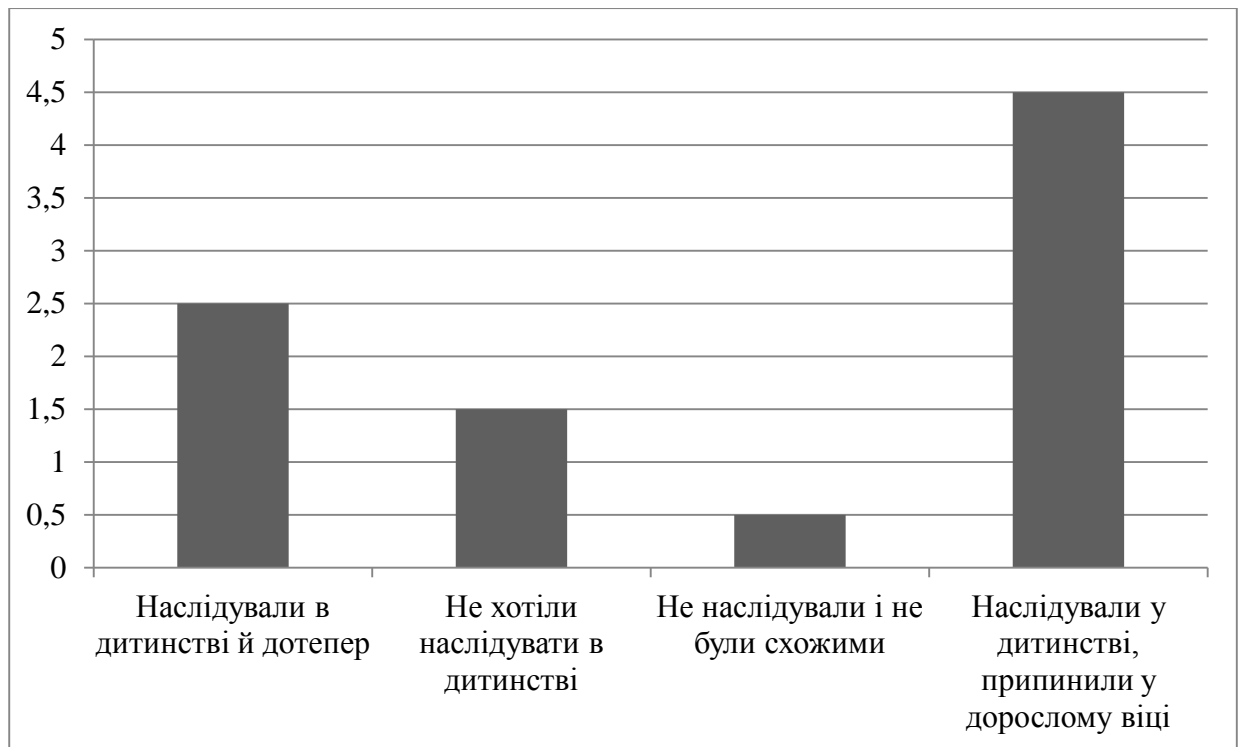


Рис. 2.5. Хронологія періодів наслідування патернів поведінки у сім'ї

В результаті дослідження було встановлено, що на модель наслідування поведінки матері впливає психологічна зрілість особистості. У більшості випадків респондентки свідомо вказували на той факт, що з віком ставали більш незалежними від стороннього впливу, більш вільними у виборі життєвої стратегії та відповідальними за свої вчинки, свій вибір.

За результатами тестування розподілу ролей у сім'ї було встановлено, що більшість респонденток використовують моделі наслідування за шкалою «батьківські обов'язки», виконуючи роль господині у будинку та відчувають велику відповідальність за шкалою «господарчо-побутова», оскільки не мають визначеної точки опори на протилежну стать. Використовуючи повторювальні механізми та дії у вихованні власних дітей, включаючи роль вихователя для дитини, жінки повністю копіюють моделі наслідування з батьківської родини, орієнтуючись на власті установки, наприклад: «моя дитина має бути кращою у всьому», «ти можеш більше ніж...» і т.д. При цьому шкала «особистісної ідентифікації» визначена як складна і має низькі показники про низькому рівні

самоактуалізації, що свідчить про наявні спільні інтереси, але доволі слабку автономію у житті, що пояснює відсутність сформованої звички опиратися на свої власні сили та частіше звертатися за допомогою до сторонніх людей.

Дослідження рівня особистісної зрілості жінки проводилось на основі критеріїв, які створюють загальне уявлення про емоційну залученість, жінки у власне життя та також рівень її власних домагань у пізнанні себе, щодо концепції зрілої особистості у сімейній структурі. Це - перелік особистих орієнтацій (POI) за Е. Шостромом. Цей підхід використовував А. Маслоу для своєї теорії самоактуалізації, яка описує найбільш повну реалізацію талантів, здібностей людини в суспільстві – на роботі, у колі сім'ї та друзів, досліджуючи особливості життя та статі, діяльність і спілкування для психічно здорових, творчих і щасливих людей. Вона включає дві основні шкали особистісної орієнтації: першу (тимчасову), яка показує, наскільки людина прагне жити сьогоденням, не відкладаючи на майбутнє і не намагаючись повернутися в минуле, і другу (підтримка), яка вимірює здатність людини покладатися на себе, а не на очікування чи оцінки інших. Крім того, 10 додаткових шкал вимірюють такі якості, як самооцінка, спонтанність, креативність, фундаментальні цінності, позитивне бачення людської природи тощо [90, с. 71-79].

Відповідно до окреслених критеріїв було отримано такі дані (Рис. 2.6.), які описують отримані результати переднього зрізу до корекційної роботи, щодо визначення рівня самоактуалізації особистості жінки.

Шкала, орієнтована на час, показує, наскільки людина живе в сьогоденні, не відкладаючи своє життя на «потім» і не намагаючись знайти спокуту в минулому. Високі показники характерні для людей, які розуміють екзистенціальну цінність життя «тут і зараз» і вміють насолоджуватися теперішнім моментом, не порівнюючи його з минулими задоволеннями і не знецінюючи очікуваннями майбутнього успіху. Жінки, невротично зайняті минулим досвідом, мають завищене бажання досягнень, підозрілі, самовпевнені, показують низькі оцінки. За цією шкалою ми отримали наступні результати: 48 % – низький показник, 39 % – середній показник та лише 13 %

зазначають, що мають високі показники за цією шкалою, що свідчить про те, що більшість жінок все-таки живуть сьогоднішнім, несучи у свої нові стосунки або вже існуючу родину закріплені установки зі свого дитинства, але усвідомлюють це зараз.

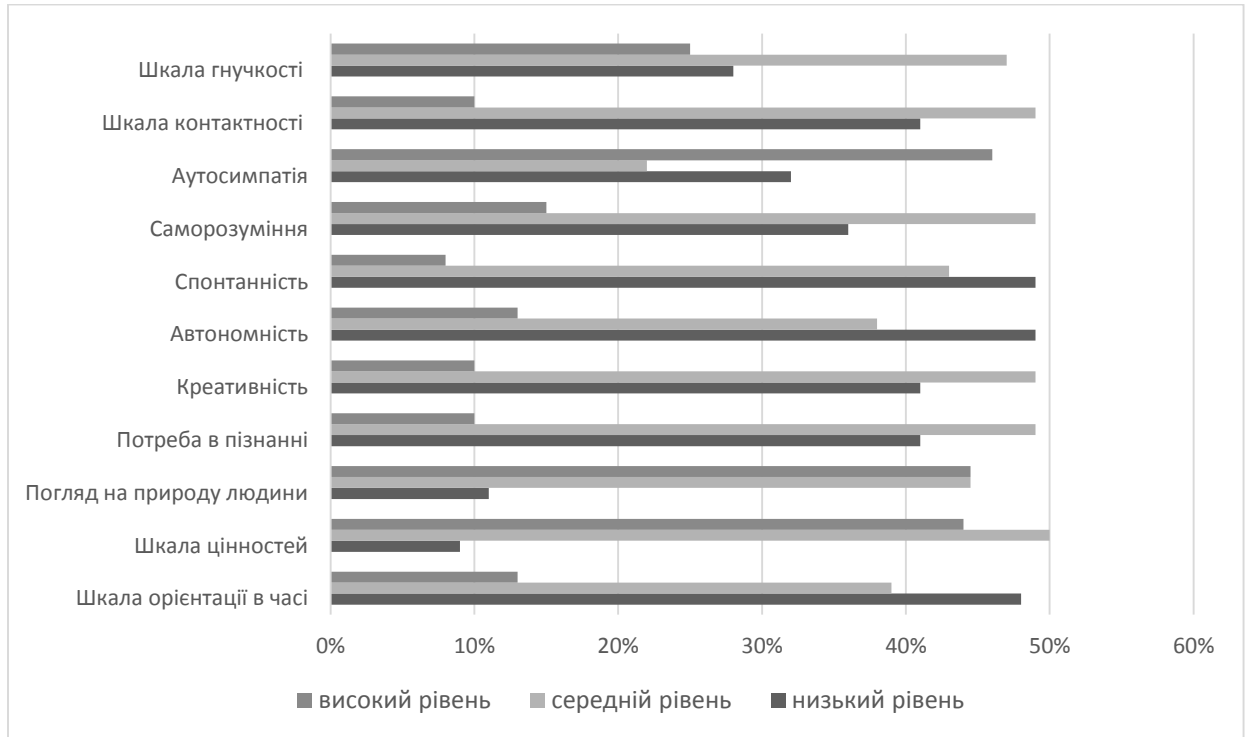


Рис. 2.6. Діаграма попереднього зрізу даних до корекційної роботи за методикою САМОАЛ («Визначення рівня самоактуалізації особистості») за А. Маслоу

Високий показник (41 %) за шкалою «цінностей» шкалою вказує на те, що жінка володіє цінностями особистості, що самореалізується. А. Маслоу включає такі цінності, як істина, добро, краса, цілісність, відсутність подвійності, життєва сила, унікальність, досконалість, досягнення, справедливість, порядок, простий, невимушений, грайливий, самодостатній. Домінування цих цінностей вказує на прагнення до гармонійного життя і здорових відносин, а не на бажання маніпулювати ними заради власної вигоди.

Низький показник а даною шкалою отримали лише 9 % опитаних респондентів та 50 % отримали середній рівень за даною шкалою.

Сприйняття людської природи може бути позитивним (44,5 %) або негативним (11 %). Ця шкала описує довіру до людей, впевненість у силі людських можливостей. Високі показники можна трактувати як міцну основу щирих і гармонійних стосунків, природного співчуття, довіри до людей, чесності, справедливості та доброти.

Висока потреба в пізнанні характерна для самореалізованих жінок, які завжди відкриті до нових вражень. Ця шкала описує здатність до швидкого пізнання – безкорисливе бажання нового, інтерес до речей, які безпосередньо не пов'язані із задоволенням різних потреб. Маслоу вважає, що таке пізнання є більш точним і ефективним [18, с. 57-63], оскільки його процес не спотворюється бажаннями та спонуканнями, а людина не схильна судити, оцінювати та порівнювати. Вона просто бачить і цінує це. Високі показники отримали 41 %, середній рівень виявлено у 49 %, низький у 10 %, що свідчить про тенденцію до активності і наявності у жінок ресурсів для внутрішнього поштовху до власної самореалізації.

Відповідно до результатів отримали пряму залежність за шкалою «контактності» зі шкалою «потреба у пізнанні», що свідчить про комунікабельність людини, її здатність встановлювати тривалі дружні стосунки з оточуючими. В діагностиці під контактом розуміють не рівень комунікативної компетентності особи чи ефективні комунікативні навички, а скоріше загальну схильність вступати у взаємовигідні та приємні контакти з іншими, тобто показник свідчить про відкритість соціуму, саме тому отримали 41 %, середній рівень виявлено у 49 %, низький у 10 % такі результати є співзалежними і свідчать про відповідне збільшення чи зменшення прямо пропорційно за двома показниками.

За шкалою «креативність» високий рівень виявлено у 10 % жінок, що вказує на наявність головного атрибуту самореалізації, який можна назвати творчим ставленням до життя, що дозволяє нестандартно підходити до

вирішення конфліктних чи проблемних моментів у житті жінки в сімейній системі, низькі показники за даною шкалою зазначено у 41 % жінок, що свідчить про здебільшого наслідування деяких патернів поведінки зі своєї батьківської родини або «те що відгукнулося» у її житті, що в свою чергу було запозичено у власну сім'ю, при цьому середній показник у – 49 % респондентів, що потенційно вказує на ясність у власних поведінкових проявах та готовність до самостійних змін у житті.

Більшість психологів-гуманістів вважають, що «автономія» є основним показником психічного здоров'я та цілісності людини [5, с. 23-25]. Самореалізована людина є автономною, незалежною та вільною, але це не означає, що вона є відчуженою та самотньою. За словами Е. Фромма, автономія – це позитивна «свобода для», яка відрізняється від негативної «свободи від». Найбільш виражений низький рівень за даною шкалою – 49 %, і лише 13 % респондентів зазначають, про високі показники за даною шкалою, описуючи власні відчуття, як – «вчасно отриману незалежність», що свідчить про істину самоцінність та цілісність жінки у своєму віці.

Спонтанність – це якість, що народжується з упевненості в собі та довіри до навколишнього світу, яка характеризує людей, які самореалізуються. Високі показники за шкалою спонтанності (8 %) свідчать про те, що самореалізація для таких жінок стала способом життя, а не мрією чи прагненням. Оскільки здатність діяти спонтанно обмежена культурними нормами і може спостерігатися лише в природних формах у маленьких дітей, то спонтанність асоціюється з такими цінностями, як свобода, гайливість і легкість. За результатами діагностування у 49 % респондентів виявлено низький рівень за даною шкалою, що свідчить про важкість у стресових або критичних моментах реагувати з позиції «дорослого», здебільшого застосовуються механізми захисту, або відсторонена реакція на події які відбуваються у родині.

Високі показники (15 %) за шкалою «саморозуміння» свідчать про чутливість людини до власних бажань і потреб. У таких людей не розвиваються психологічні захисти, які заважають людям повноцінно пізнати й оцінити себе,

і вони не схильні підміняти власні смаки й оцінки зовнішніми соціальними стандартами. Показники за шкалою «спонтанності» та шкалою «саморозуміння» не мають істотних відмінностей, адже між собою взаємозалежні та прямопропорційно збільшуються або зменшуються. Низькі бали за шкалою «саморозуміння» (36 %) характерні для невпевнених у собі людей, які керуються думкою інших. Д. Рисмен називає цих людей «скерованими ззовні», а не «скерованими зсередини» [37, с. 25-30].

Шкала «аутосимпатія» є природною основою психічного здоров'я та цілісності. Нижчі показники (32 %) мають люди нервові, тривожні, невпевнені в собі. Співчуття до себе зовсім не означає самовтіху або некритичне самосприйняття, це просто добре проінформована «Я-концепція», яка може служити джерелом постійної адекватної самооцінки. Високі показники (46 %) свідчать на скільки жінки у певний період свого віку добре знають себе, свої власні бажання та потреби, при цьому 22 % респондентів мають середні показники, що свідчить про певну невизначеність, і не «здорову» диференціацію своїх власних думок і мотивів.

Рівень комунікативної гнучкості пов'язаний з наявністю або відсутністю соціальних стереотипів і можливістю повноцінного самовираження в спілкуванні. Високий рівень (25 %) вказує на автентичну взаємодію з іншими, здатність виражати себе, основна увага зосереджується на особистому спілкуванні, такі люди менш схильні до брехні чи маніпуляцій і не плутають саморозкриття особи з самопредставленням – стратегією і тактикою управління «першим враженням», які вони створюють. Низькі показники (28 %) характеризують людей жорстких, негнучких, невпевнених у власній привабливості, інтересі співрозмовника до них і спілкування з якими може приносити задоволення, при цьому 47 % респондентів мають середній рівень за цією шкалою і зазначають, що вони вбачають негативність впливу нав'язаного оточення та сім'єю на такі поведінкові прояви та доволі сильну ригідність у своїх реагуваннях на життєві ситуації.

Отже, за результатами діагностування до корекційної роботи за методикою «САМОАЛ», що спрямована на визначення рівня самоактуалізації особистості (за А. Маслоу) можна встановити, що більшість з діагностованих респонденток не вважають себе достатньо самоактуалізованими особистостями, через доволі стійкі та закоренілі установки та патерни поведінки, які на даний момент впливають на їх життя у сьогоденні. Деякі з жінок фіксують, що рівень їх життєстійкості тісно пов'язаних з батьківськими моделями виховання, що вони спостерігають, чіткі зміни з віком та зазначають, що вони ставали більш незалежними від стороннього впливу, більш вільними у виборі життєвої стратегії та відповідальними за свої вчинки, свій вибір [30, с. 77-85].

Зріла особистість має незмінний набір певних цінностей, які служать об'єднуючою основою її життя. Саме тому можна стверджувати про наявність зв'язку між особистісною зрілістю та стратегіями поведінки в проблемних ситуаціях, які можуть мати вікові особливості. Разом з тим, конкретні дослідницькі питання, особливо питання вивчення взаємозв'язку між особистісною зрілістю та подоланими поведінковими стратегіями у жінок різного віку, залишаються недостатньо висвітленими в психологічних дослідженнях, що й визначає напрям нашого дослідження.

Спираючись на дослідження А. Маслоу можемо виокремити основні критерії психологічної зрілості жінки, як зазначає науковець, – «це ознаки жінок які певним чином самовиражаються» [66, с. 62-77]:

1) Більш повне усвідомлення реальності, необтяжене поточними потребами, стереотипами, забобонами та інтересом до невідомого. (Ствердна відповідь – 85,7 % респонденток).

2) Приймає себе та інших такими, якими вони є, вільними від штучних, хижачьких форм поведінки, і не приймає такої поведінки інших. (Ствердна відповідь – 50% респонденток).

3) Спонтанність, простота і природність висловлювання. Дотримуйтесь усталених ритуалів, традицій і ритуалів, але підходьте до них з

відповідним почуттям гумору. Це не автоматичне, а свідоме дотримання на рівні зовнішньої поведінки. (Ствердна відповідь – 71,4% респонденток).

4) Бізнес спрямованість. Такі люди зазвичай зайняті не собою, а своїми життєвими завданнями. Вони часто пов'язують свою діяльність із загальнолюдськими цінностями і схильні мислити категоріями вічності, а не сьогодення. Тому всі вони в певному сенсі філософи. (Ствердна відповідь – 64,3% респонденток).

5) Відсторонена позиція щодо багатьох подій. Це допомагає їм переносити неприємності з відносним спокоєм, незахищеними від зовнішнього впливу. (Ствердна відповідь – 85,8% респонденток).

6) Автономність і незалежність від оточення, стійкість під впливом невдач. (Ствердна відповідь – 92,8% респонденток).

7) Новизна: Завжди відкривайте нове у відомому. (Ствердна відповідь – 50% респонденток).

8) Граничний досвід, який характеризується відчуттям самозникнення. Відчуття спільності з усім людством. (Ствердна відповідь – 85,7% респонденток).

9) Дружба з іншими самореалізованими людьми: невелика група людей з дуже глибокими стосунками. У міжособистісних стосунках немає проявів ворожості. (Ствердна відповідь – 100% респонденток).

10) Демократизм у стосунках. Бажання вчитися в інших. (Ствердна відповідь – 78,6% респонденток).

11) Стабільні внутрішні етичні стандарти. Вони мають загострене почуття добра і зла: вони цілеспрямовані, а засоби завжди підпорядковані їм. (Ствердна відповідь – 100% респонденток).

12) «Філософське» почуття гумору. З гумором ставиться до життя та до себе, але ніколи не вважає чийсь недоліки чи проблеми смішними. (Ствердна відповідь – 78,6% респонденток).

13) Творчість не залежить від того, що людина робить, а проявляється в усіх її діях. (Ствердна відповідь – 85,7% респонденток).

14) Критичне ставлення до культури, до якої належать: хороші вибираються, погані відкидаються. (Ствердна відповідь – 92,9% респонденток).

15) Вони часто відчують себе представниками всього людства, а не однієї культури. (Ствердна відповідь – 85,8% респонденток).

Нами була також застосована «Методика життєстійкості С. Мадді» (адаптація А. Леонтьєва), яка дозволила виявити рівень життєстійкості особистості в межах норми (Рис. 2.7.). Результати визначення рівня життєстійкості показали, що 30 % респондентів знаходяться на високому рівні, що свідчить про те, що кожен третій респондент готовий долати життєві труднощі та схильний приймати зважені рішення та продовжувати позитивну діяльність у періоди підвищеного емоційного напруження. Низькі показники вказали 19 % респондентів, що свідчить про небажання бути активним у стресових ситуаціях, долати труднощі, емоційно реагувати на несприятливі умови (Додаток Д).

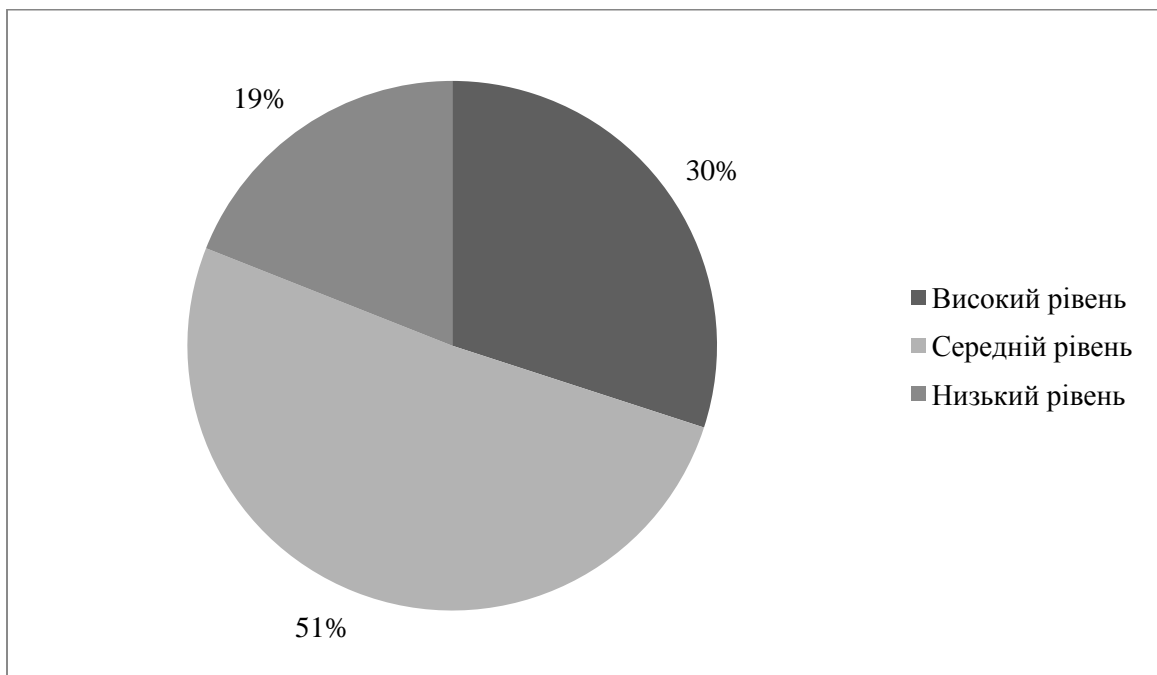


Рис. 2.7. Показники розвитку рівнів життєстійкості особистості

Варто зазначити, що стійкість до життя – це формування цілої системи, яка поєднує важливі для особистості цілі та цінності, самоставлення, риси стилю поведінки, сформовані установками та переконаннями щодо світу, соціального середовища та свого місця в ньому. Крім того, розвиток компонентів стійкості, таких як участь, контроль і прийняття ризику, сприяє формуванню позитивного ставлення до себе та життєвих подій.

За отриманими даними, найвище значення мала шкала «залученість», що вказує на такі особистісні характеристики респондентів, як цілеспрямованість, особиста креативність, мотивація до саморозвитку, задоволеність життям. Тобто життєстійкість – це шлях людини від адаптації до самовизначення та реалізації мети життя.

Саме тому, якщо людина самоактуалізована, то її поведінка ґрунтується на її власному виборі, а не на обов'язку чи примусі, але при цьому цей вибір ґрунтується на визнанні власних потреб і їх протиставленні зовнішнім умовам чи емоційної нестабільності у сімейній структурі [82, с. 499-517].

А оскільки основним феноменом особистісної зрілості, тобто проявом особистісного потенціалу, є феномен особистісної зрілості жінки, то розглянемо вираженість компонентів життєвості у суб'єктів із високими та низькими рівнями особистісної зрілості (Табл. 2.2.). Переконавання, які захищають людей від важких переживань впливають на оцінку ситуацій та стимулюють обґрунтовані рішення, що, у свою чергу, впливають на відповідну поведінку та здатність людини долати труднощі в своєму житті.

Аналізуючи дані, які були отримані у ході діагностики, жінки з високим ступенем самоактуалізованості можуть контролювати своє оточення або діяти орієнтовано на результат, але також можуть відмовитися від контролю.

Результати кореляційного аналізу свідчать про прямий зв'язок (на рівні $p < 0,01$) між усіма показниками компонента сталості, що в свою чергу розширило перспективу взаємодії особистості зі світом, розширило часову перспективу, дозволивши співвідносити минуле, майбутнє і сьогодення, а також аналізувати власне життя, підвищує ймовірність набуття нового

життєвого досвіду та відчуття свободи вибору життєвого шляху, на прийняття життєвих рішень самостійно [75].

Таблиця 2.2.

**Вираженість компонентів життєстійкості серед досліджуваних
з високою та низькою самоактуалізацією**

Компоненти життєстійкості	Респонденти з високим показником особистісної зрілості	Респонденти з низьким показником особистісної зрілості
Контроль	29 %	13 %
Залученість	42 %	20 %
Прийняття ризику	30 %	32 %
Загальна життєстійкість	32 %	31 %

Психологічно зріла особистість сприймає невизначені ситуації і приймає їх, а незріла особистість не сприймає невизначені ситуації, вбачаючи в них загрозу, а не можливість. Адже повноцінна взаємодія з реальністю дозволяє зрілій особистості діяти правильно та досягати успіху. Незріла людина робить неадекватні дії і в кінцевому підсумку зазнає невдачі. Навіть маючи тимчасовий успіх, незрілі особистості закінчуються стратегічним провалом. Високий показник за шкалою «залученість» свідчить про те, що респонденти з таким показником здебільшого орієнтовані на формування власних поглядів залежно від типу поведінки, яку запозичили від матері.

Проте деякі респондентки зазначили, що вони не схожі або майже не схожі ні на кого з жінок роду, хіба трохи на бабусю за рівнем темпераменту. Але життєві сценарії абсолютно різні, і тому не можна стверджувати, що в іншій ситуації реакція може бути повторною з відповідно повторювальним типом реагування.

Також частина респонденток вказала, що вже у дитинстві не хотіли бути ні на кого схожими й не хотіли копіювати чийсь долю. Відчували почуття «образи», якщо дорослі проводили паралелі між ними та кимось із сім'ї, що в свою чергу провокувало поведінку «на перекір» навмисне вчиняли не так, як мати/бабуся тощо.

Слід зазначити, що дослідження життєздатності особистості, що самоактуалізується, є одним із важливих напрямків у з'ясуванні причин поведінки, дій, діяльності людини, оскільки життєздатність розглядається як сукупність компонентів, які сприяють побудові зрілої особистості індивіда, що проживає власне самостійне доросле життя та сімейні труднощі [44].

Аналізуючи отримані результати, можна зазначити, що життєстійкість зрілої особистості проявляється в характері ставлення людини до себе, навколишнього світу та взаємодії з ним, які наділяють її силами та спонукають до креативності, гнучкості, саморозуміння та спонтанності, що дозволяє жінкам відчувати себе достатньо орієнтованими на майбутнє та відчувати самоцінність, щоб повною мірою брати участь у вирішенні життєвих завдань, не помічаючи наявності недоліків і змін.

Таким чином, стійкість до життя є одним із ключових параметрів особистості зрілості та складних форм самовизначення, що підтримує змінні індивідуального потенціалу жінки. Загалом кожна життєва ситуація забезпечує необхідні умови для виживання, адаптації, самореалізації тощо.

Виходячи зі свого сенсу, цінностей, важливих установок, людина робить певний вибір, бере участь у певній діяльності, яка визначається її поведінкою. Слід підкреслити, що стійкість людини пов'язана зі здатністю долати різноманітні стреси, підтримувати високий рівень фізичного та психічного здоров'я та оптимізму, самоефективності, суб'єктивної задоволеності життям, здатності особистості зберігати самодисципліну та розвиватися. Це здатність людини долати труднощі та перешкоди, ставати сильнішою та досвідченішою (дорослішою). Іншими словами, життєстійкість особистості, що самоактуалізується, є необхідним ресурсом для забезпечення фізичного та

психічного здоров'я, ефективної адаптації до складних життєвих обставин, самоактуалізації як самореалізації у світі загалом.

Отже, життєстійкість визначають, як диспозиційне індивідуальне новоутворення, що приймає участь у процесах саморегуляції та самоактуалізації особистості, що забезпечує здатність жінки включатись у різні життєві ситуації, знаходячись у процесі пошуку можливих варіантів вирішення проблемних моментів у житті, а також, генерується нове ставлення до світу, що реалізується у зміні прийнятих рішень. Особистісні процеси самоактуалізації домінують у функції життєстійких установок особистості. Таким чином, під життєвою стійкістю ми розуміємо утворення системи, яке підкреслює установки, які спонукають людину перетворювати стресові життєві події на нові можливості та є невід'ємною частиною її самовизначення. Сприйняття людиною змін, що з нею відбуваються, дозволяє їй використовувати внутрішні ресурси, зберігаючи внутрішню рівновагу. Практичні аспекти автономної стійкості особистості залежать від ролі, яку відіграє це особистісне утворення в успішному подоланні стресових ситуацій, насамперед у професійній діяльності індивіда. Подолання людиною умов, несприятливих для її розвитку, є одним із специфічних проявів властивостей її особистості [41, с. 3-6].

Було встановлено певну закономірність відповідно рівня психологічної зрілості, більшість респонденток зазначають, що вони виконують роль господині у домі при високому рівні психологічної зрілості, при низькому рівні зрілості жінки, вони більш схильні перекидати відповідальність за ведення домашніх справ на інших осіб.

За результатами «Рольові очікування та домагання у шлюбі» (РОП) (А.Н. Волкова) чітко відслідковується тенденція до моделей наслідування поведінкових реакцій в залежності від установок закладених з дитинства у житті жінки. Дана методика адаптована до проблематики дослідження описуючі основні ролі наслідування серед жінок, які відслідковують патерни поведінки від матері або бабусі (Рис. 2.8.).



Рис. 2.8. Діаграма попереднього зрізу даних до корекційної роботи за методикою «Рольові очікування та домагання у шлюбі» (РОП) (А.Н. Волкова)

Високий рівень за інтимно-сексуальною шкалою (49 %) свідчить про те, що жінки вважають сексуальну гармонію важливою умовою щасливого шлюбу, і їхнє ставлення до партнера багато в чому залежить від оцінки її як сексуального партнера. Низький рівень (13 %) за цією шкалою був інтерпретований як недооцінка сексуальних стосунків у шлюбі, де жінки фіксують, що існують розбіжності у поглядах з партнером, та свою замкнутість на фоні сором'язливості та власного виховання.

За шкалою особистісної ідентифікації високий рівень у 15 % від загальної кількості респондентів, низький рівень – 49 %. Це свідчить про те, що респонденти очікують спільних інтересів, спільних потреб, спільних цінностей і навіть способів проведення часу зі своїм партнером, у даному випадку

середній показник у 36 % респондентів, що пояснює, що відповідно віку більшість віддає перевагу встановленню особистої автономії у житті.

Господарсько-побутова шкала вимірює ставлення жінок до виконання домашніх господарських і домашніх функцій. Дана шкала має дві підшкали: «рольові очікування» та «рольові домагання». Субшкала «Рольові очікування» описує наскільки партнер готовий активно вирішувати сімейні проблеми. Чим вище оцінка шкали рольових очікувань, тим більше чоловік (дружина) вимагає від партнера участі в організації сім'ї, і тим важливішими є економічні та домашні навички, здібності партнера. Субшкала «Рольові домагання» відображає ставлення до самоактивної участі в управлінні домашнім господарством. Загальним балом за шкалою вважається оцінка чоловіком (дружиною) важливості сімейної організації сім'ї. Це свідчить про те, що незрілі особистості прагнуть більше залучати своїх партнерів до організації сім'ї, і що економічні та сімейні навички їхніх партнерів важливіші для них. За цією шкалою виражений високий показник у 39 % і лише 22 % мають низький рівень за даною шкалою. 39% жінок мають середні очікування від своїх партнерів щодо вирішення сімейних проблем та не пред'являють занадто високих вимог до своїх партнерів щодо організації сімейного життя. Проте їх утиски були досить постійними і не перевищували нормативних показників, що свідчить про те, що сімейні відносини гармонійні [14].

За «батьківсько-виховною шкалою» за високим рівнем рольових очікувань виявлено у 49 % це свідчить про те, що у людей середнього віку більш виражена установка на активну батьківську позицію свого партнера. Це свідчить про перекладання власної відповідальності за виховання дитини, і про можливі варіанти такого виховання у своєму дитинстві. Також високий показник за цією шкалою, свідчить про прийняття багатьох рішень з позиції «дитини», що прямо залежно описує наслідкові зв'язки у виховному процесі респондентів, які чітко зазначають про наявність опіки зі сторони батьків, навіть у дорослому віці.

За шкалою соціальної активності високий рівень спостерігається у 17 % респондентів, що свідчить про те, що жінки більш схильні до того, що партнер повинен мати серйозні професійні інтереси та відігравати активну соціальну роль, а також виражено значення позасімейних інтересів як домінантних цінностей у партнерських міжособистісних процесах. При цьому низький рівень за цією шкалою зафіксовано у 36 % жінок, що свідчить про дестабілізацію міжособистісних відносин у парі. Показники рольових очікувань жінок щодо соціальної активності знаходяться на середньому рівні (47 %), тобто жінки не пред'являють високих вимог до кар'єрного росту своїх партнерів.

Емоційно-психотерапевтична шкала виражає ставлення до важливості емоційно-психотерапевтичної функції шлюбу. Підшкала «рольові очікування» вимірює ступінь сприйняття жінками того, що подружній партнер візьме на себе роль емоційного лідера сім'ї у виправленні психологічного клімату в родині, наданні моральної та емоційної підтримки та створення «психотерапевтичної атмосфери».

Субшкала «рольове домагання» відображає бажання жінки бути сімейним «психотерапевтом». За результатами цієї шкали, у 39 % респондентів виявлено високий рівень, що свідчить про готовність брати відповідальність на себе а свої вчинки та займати лідерську позицію у сім'ї та має ресурси для того аби взяти на себе роль психотерапевта, при цьому низький рівень виражений у 13 % респондентів, що підтверджує статистику за методикою на визначення рівня самоактуалізації.

Шкала зовнішньої привабливості описує бажання партнерів бажання мати привабливого партнера. Високі показники виражені у 27 % ілюструють установку на власну привабливість, прагнення модно й красиво одягатися, що може бути закладене в свою чергу з дитинства і впливати на життя і сьогодні.

Низькі показники (42 %) свідчать, що фокус уваги жінок прикутий на щось інше, здебільшого жінки фіксуються на рівні розвитку партнера та фінансової стабільності, які дозволяють у свою чергу бути впевненій у

майбутньому. Можна зробити висновок, що для подружніх стосунків зрілих людей важливими є надійність у фінансових справах, висока участь у виконанні батьківських обов'язків, особистий простір. Натомість для не зрілих особистостей важливіша соціальна активність, фізичний та емоційний потяг.

Нижче ми наводимо дані за класифікацією Н.В. Ліщини.

Модель «Я-мати» (батьківська роль) найбільше виражено у жінок з високим рівнем психологічної зрілості, через те, що вони відчують певний рівень відповідальності за родину, за дітей (якщо вони вже є). При низькому рівні психологічної зрілості жінки зазначають, що не готові взяти на себе функцію матері, або ж якщо є можливість скористатися допомогою зі сторони, вони без вагань погоджуються на допомогу зі сторони, описуючи здебільшого це – як «час для себе» задовольняючи власні потреби, зі звичного життя до пологів.

Модель «Я-професіонал» (роль дорослого) притаманна більше жінкам, які орієнтовані на побудову власної кар'єри, становлення професійної концепції життя. У сімейній системі це виглядає наступним чином «я краще знаю», що включає і психотерапевтичну функцію, і функцію господині, і годувальника, що є протилежним до дорослих та зрілих поглядів на життя, оцінка дійсності відбувається з позиції «підліток», саме тому результати виражені у жінок з низьким рівнем психологічної зрілості.

Модель «Я-дитина» має найнижчі показники. Жінки з високим рівнем психологічної зрілості іноді в силу емоційного спаду, чи стомленості відчують необхідність «побути дитиною», іноді навіть це спостерігається у прийнятті складних рішень, які сильно виснажують жінку емоційно, але прийняти рішення вона ніяк не може і перекладає відповідальність за прийняття рішення на інших, як їй здається, більш компетентних осіб. Респонденти з низьким рівнем психологічної зрілості досить гармонійно себе відчують при оцінці реальних обставин, які умовно можна «повернути назад», усі складні питання для них є не суттєві і не вартують їх уваги [13, с. 499-517].

Згідно отриманих результатів було узагальнено найпоширеніші моделі наслідування поведінки серед жінок в залежності від рівня психологічної зрілості (Рис. 2.9.).

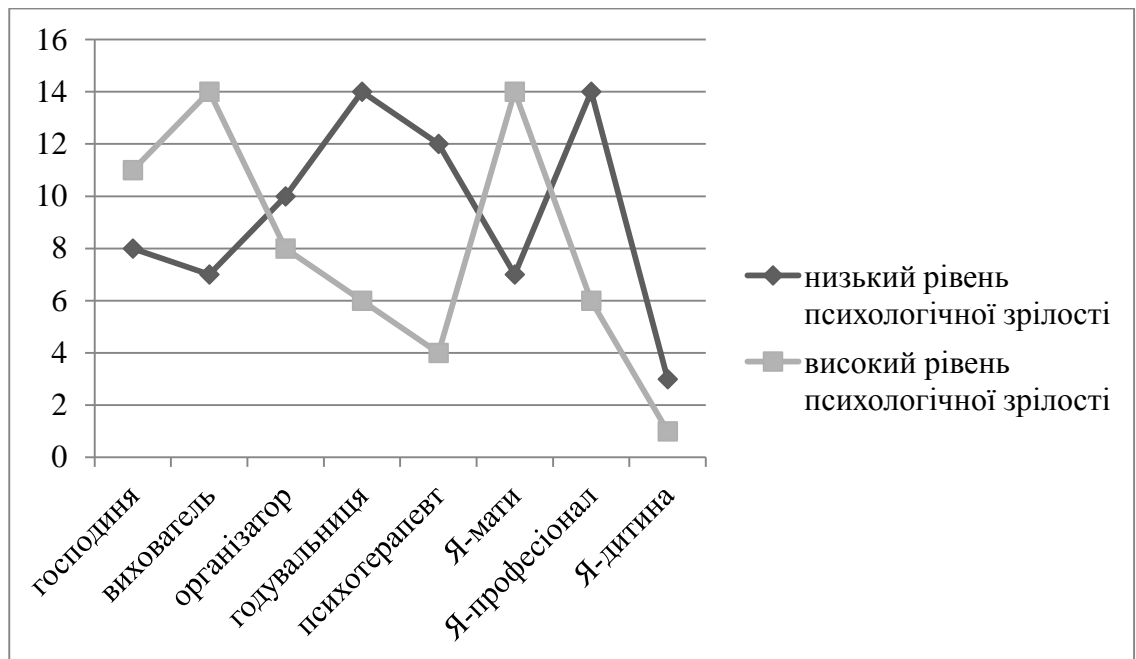


Рис. 2.9. Оцінювання моделей наслідування жіночих ролей в залежності від рівня психологічної зрілості жінки

Збірний образ вихователя за «батьківсько-виховною функцією» притаманний зрілим особистостям, з огляду на отримані знання та навички здобуті за рахунок власного досвіду, також можна сказати, що в таких респондентів досить високий рівень диференціації, щоб аналізувати власні вчинки та робити висновки для «здорового» майбутнього.

Також у ході дослідження більша увага зосереджувалась на стосункам жінок з їх матерями. Виявилось, що у 30 % на момент опитування була необхідна корекційна робота. З метою поліпшення стосунків між жінками та покращення рівня життя було проведено індивідуальні бесіди та групові терапевтичні зустрічі [65, с. 41-43].

Висновки до другого розділу

Відповідно до зазначених методик проводилося дослідження, яке безпосередньо описує особливості механізму наслідування жіночих ролей у сімейних системах. Встановлено, що на сучасному етапі розподіл сімейних ролей, виконуваних жінками, поступово змінюється у порівнянні з попередніми поколіннями. За даними дослідження 60% жінок вважає, що їх подружні ролі більшою або меншою мірою відрізняються від подружніх ролей в сім'ях їх батьків. Перш за все, це пов'язано з більшою участю чоловіків у домашній роботі.

Відповідно до гіпотези у ході дослідження було виявлено певну закономірність за рівнем індивідуально-психологічних особливостей жінок та моделями наслідування жіночих ролей. За аналізом методу геносоціограми нами було встановлено, що родові сценарії та життєві ситуації є схожі з життям бабусі чи матері. Ми виявили, що 28% респонденток наслідувало поведінкові патерни своїх предків, 67% - копіювало жіночі ролі, а 85% - поєднали обидва критерії. Також за методом генограми вдалося дослідити взаємозалежність того, наскільки сформовані установки з дитинства впливають на вибір нею тих чи інших ролей з рівнем зрілості жінки. Наприклад, незрілі особистості прагнуть більше залучати своїх партнерів до організації сім'ї, як-от: 39% жінок, у яких високий показник зрілості, мають середні очікування від своїх партнерів щодо вирішення сімейних проблем та не пред'являють занадто високих вимог до своїх партнерів щодо організації сімейного життя.

Встановлено, що втіленням особистісного потенціалу та неодмінним критерієм особистісного зростання, а саме його доцільності в реалізації життєвих стратегій, виступає особистісна зрілість. Вона має вияв у реалізації особистісної конструктивної діяльності та особистісної функціональної продуктивності. Особистісна зрілість характеризує спосіб поведінки людини та допомагає: долати обмеження суспільних стереотипів, пізнавати власні цілі,

уміння гнучко реалізовувати ці цілі у сприятливі періоди життя, що формуються у стосунках.

Встановлено, що на рівень психологічної зрілості жінки впливають фактори які підсилюють або, навпаки, пригнічують рівень життя жінки, такі як: контроль, замученість, готовність до ризику, саморозуміння, контактність, гнучкість, автономність, креативність та ін.

РОЗДІЛ 3

ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ЖІНОК ТА ВИБІР НИМИ СІМЕЙНИХ РОЛЕЙ

3.1. Обґрунтування та апробація програми психологічного супроводу жінок «Актуалізація психологічної зрілості жінки у межах сімейної системи»

Результати емпіричних досліджень свідчать про те, що самоактуалізація особистості є психологічною основою її розвитку, створюючи умови для досягнення жінок високих результатів діяльності та задоволеності життям, оскільки це дає змогу жінкам поєднувати наявні ресурси (креативність, саморозуміння, контактність, гнучкість) організовувати свою життєстійкість в цілому, і зокрема ставити цілі для досягнення власної мети [71].

Структуру психокорекційної програми складають 4 блоки, які орієнтовані на формування рівня психологічної зрілості жінки у межах сімейної системи. Структура кожної теми містить основні компоненти самоактуалізованої особистості, такі як: власні орієнтації, життєві цінності, погляд на природу людини, потреба в пізнанні, креативність, автономність, спонтанність, саморозуміння, ауто симпатія, контактність та гнучкість [16, с. 58-64]. Відповідно до окреслених критеріїв зрілої особистості було розроблено психокорекційну програму.

Психологічний зміст програми включає створення умов для усвідомлення індивідом своїх особистісних якостей, більш чіткого і глибокого розуміння себе і свого поточного становища, формування здатності повноцінно формулювати життєві плани, цілі та вносити корективи. Забезпечення реалізації психологічного змісту програми у процесі відкриття та самопізнання, формування відповідальності та свободи, доброзичливості та відкритості, успішності та творчості. Таким чином, людина зможе стати на шлях самореалізації й вести змістовне та продуктивне життя.

При реалізації плану особливу увагу слід приділити створенню атмосфери довіри, яка дозволить продемонструвати високий рівень зворотного зв'язку та довірливу взаємодію між жінками. Це дасть можливість учасникам по-справжньому побачити себе очима інших, зорієнтуватися у власному внутрішньому світі, відчувати досвід прояву своїх здібностей, вирішення проблемних ситуацій та досягнення цілей. Вирішальним чинником у створенні атмосфери довіри є роль тренера, яка має бути спрямована не на протистояння групі, а на інтеграцію з нею, тобто як одного з учасників групи, хоча на початковому етапі він повинен виступати як учасник динамічного процесу у групі.

Кожне заняття складається з кількох послідовних етапів: розминка, одна з яких – розумова гімнастика; основний робочий сегмент; зворотній зв'язок (учасники тренінгу висловлюють тренеру свої думки та побажання щодо заняття); церемонія прощання. Розумова гімнастика передбачає практику невербального вираження (зображення чогось або когось за допомогою пантоміми). Це сприяє створенню робочої атмосфери в команді, усуває психологічні бар'єри та обмеження, сприяє примиренню між членами групи.

Програма розрахована на 10 зустрічей по 2 години (загалом 20 годин). Періодичність зустрічей – щотижня. В ухваленні проекту брали участь 30 жінок віком від 35 до 60 років, які брали участь у констатувальному етапі дослідження. Дана програма розроблена для жіночих групових зустрічей.

У програмному плані програма складається з чотирьох тематично пов'язаних між собою блоків. У кожному блоці зазначено певні завдання (Табл. 3.1.). Програма складається зі нульового блоку (1 заняття) та завершуючого заняття (10 занять). Зміст кожного блоку розміщено в Додатку 3.

**План психокорекційної програми
«Актуалізація психологічної зрілості жінки у межах сімейної системи»**

Основна мета	Завдання
Нульовий блок (1 зустріч)	
Знайомство, що дозволить визначення цілей групи	Робота в цьому напрямку може дозволити жінкам сформуванню більш точні та реалістичні уявлення про свої особисті якості, здібності та поведінку.
Перший блок (2-3 зустріч)	
Є інформаційно-аналітичною основою тренінгу, що стосується розуміння процесу самоактуалізації, аналізу, оцінки особистісних якостей і властивостей, які сприяють повному прояву можливостей	<ol style="list-style-type: none"> 1) актуалізація процесу самоактуалізації; 2) ознайомлення з обмеженнями й перешкодами самоактуалізації; 3) побудова кожним учасником групи власного шляху реалізації потенціалу; 4) створення мотивації на самозміну; 5) аналіз позитивних та негативних якостей особистості, оцінювання можливості їх використання для самоактуалізації; 6) складання портрету особистості, що самоактуалізується.
Другий блок (4-5 зустріч)	
Націлений на розвиток здатності членів групи приймати себе та інших, а також брати участь у міжособистісній взаємодії.	<ol style="list-style-type: none"> 1) активізація самопізнання; 2) самоаналітична робота, яка сприяє прийняттю власної особистості; 3) формування позитивного ставлення до інших людей; 4) розвиток уміння встановлювати адекватну систему стосунків і спілкування з оточенням;

	5) вироблення навичок попереджати й вирішувати конфліктні ситуації.
Третій блок (6-8 заняття)	
Зосередженість на розвитку навичок поведінкових проявів та постановки цілей, прагнення до креативності.	<ol style="list-style-type: none"> 1) усвідомлення жінками звичних моделей поведінки в рамках безпосередньої людської взаємодії; 2) розпізнавати існуючі помилки та труднощі та боротися з ними; 3) розвивати соціальне сприйняття та комунікативні навички; 4) робота в цьому напрямку дає можливість аналізувати та оптимізувати людські стосунки у всіх сферах життя.
Четвертий блок (9-10 зустріч)	
Дозволяє розвинути вміння долати труднощі в різних складних ситуаціях, виховувати творче ставлення, прагнення до досконалості, самореалізації.	<ol style="list-style-type: none"> 1) ознайомлення з терміном «проблема»; 2) переживання досвіду проблемної ситуації; 3) формування групового вирішення проблеми; 4) розвиток умінь висувати, аналізувати і переструктурувати ідеї; 5) подолання бар'єрів власного зростання.

Рівні роботи за програмою включають: уявлення, відчуття, фізичні симптоми, сновидіння та реальні стосунки у родині. Метою вступу до такої групи є самопізнання та розвиток індивідуального потенціалу жінки в сімейній системі [20]. Участь у програмі дозволяє досліджувати власний життєвий досвід, розкрити невикористаний потенціал і використати його для покращення якості життя, навчитися нових способів спілкування з іншими та підвищити психологічну зрілість жінки. В його основі лежать три основні ідеї: розширення свідомості, дисоційований контактний процес у стосунках «Я-Ти» та

концептуальна основа групової психотерапії, заснована на холізмі та теорії поля.

Реалізація змісту курсу передбачає ознайомлення жінок з теоретичними положеннями гуманістичної теорії, поглядами вітчизняних вчених на розвиток особистості на проблему самоактуалізації особистості. Методологія та методичні висновки, які можуть бути враховані при розробці програми самоактуалізації якостей особистості [473]:

- можливість використання як в цілому, так і окремих частин залежно від рівня розвитку особистісних властивостей і особистісних якостей зрілої особистості жінки;
- пізнаючи себе, жінка трансформує себе та навколишню дійсність;
- рефлексія моделей поведінки та дій на шляху до самоактуалізації, створення умов для пошуку оптимального способу використання нових моделей поведінки в сім'ї;
- під час реалізації проекту образи, погляди, мотивації, установки, сприйняті особистістю, інтеріоризуються і трансформуються в її власні ідеї.

Зміст конкретних розумових технік і вправ у програмі може бути змінено з урахуванням особливостей розвитку самоактуалізованої особистості потенційних учасників. Пропонований режим роботи дозволить жінкам усвідомити важливість постійного формування, розвитку та вдосконалення своєї особистості, оскільки самоактуалізація, тобто реалізація всього потенціалу особистості, неможлива без розвитку та збагачення внутрішньо-особистісної, мотиваційно-потребнісної рівнів особистості [79].

Обробка до та після корекційної роботи даних (Додаток Д), отриманих під час діагностики, методами статистичної обробки даних у програмі SPSS 17.0 показала наступні результати, що підтверджують корекції та зміни за психологічними критеріями рівня психологічної зрілості (самоактуалізації) жінки. Основна увага приділяється аналізу ірраціональних переконань, щодо формуванню моделей наслідування жіночих ролей у сімейній системі.

Провівши математично-статистичний аналіз даних за критерієм отримали наступні результати (Рис. 3.1.):

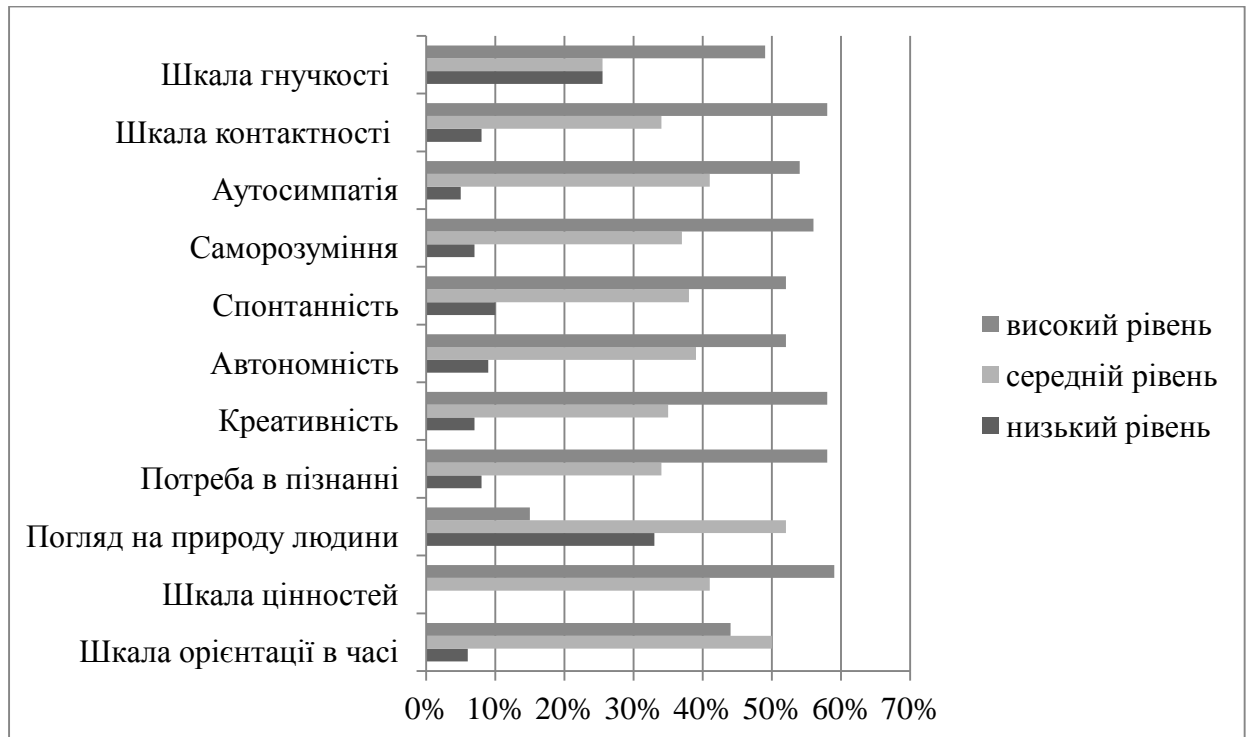


Рис. 3.1. Діаграма зрізу даних після корекційної роботи за методикою САМОАЛ («Визначення рівня самоактуалізації особистості») за А. Маслоу

- Шкала «орієнтації в часі» – $-2,036$, тестова величина для парних вибірок становить (Т) – $-5,340$, залежність ознак статистично значуща при значенні $p < 0,001$;

- шкала «цінностей» – $-2,174$, тестова величина для парних вибірок становить (Т) – $-5,162$, залежність ознак статистично значуща при значенні $p < 0,001$;

- шкала «погляд на природу» – тестова величина для парних вибірок становить (Т) $1,020$, при значенні $p = 0,158$ вірогідність похибки становить $p = 0,001$. $p_{\text{набл}} < p_{\text{крит}}$, залежність ознак статистично значуща ($p < 0,001$);

- шкала «потреба в пізнанні» – -2,156, тестова величина для парних вибірок становить (Т) – -4,203, залежність ознак статистично значуща при значенні $p < 0,001$;
- шкала «креативність» – -2,156, тестова величина для парних вибірок становить (Т) – -4,203, залежність ознак статистично значуща при значенні $p < 0,001$;
- шкала «автономність» – -0,766, тестова величина для парних вибірок становить (Т) – -2,747, залежність ознак статистично значуща при значенні $p < 0,005$;
- шкала «спонтанність» – -1,778, тестова величина для парних вибірок становить (Т) – -3,590, залежність ознак статистично значуща при значенні $p < 0,001$;
- шкала «саморозуміння» – -2,445, тестова величина для парних вибірок становить (Т) – -4,791, залежність ознак статистично значуща при значенні $p < 0,001$;
- шкала «аутосимпатія» – -0,017, тестова величина для парних вибірок становить (Т) – -2,060, при значенні $p = 0,024$ вірогідність похибки становить $p = 0,001$. $p_{\text{набл}} < p_{\text{крит}}$, залежність ознак статистично значуща ($p < 0,001$);
- шкала «контактність» – -3,094, тестова величина для парних вибірок становить (Т) – -5,0548, залежність ознак статистично значуща при значенні $p < 0,001$;
- шкала «гнучкість в спілкуванні» – -0,410, тестова величина для парних вибірок становить (Т) – -1,688, при значенні $p = 0,051$ вірогідність похибки становить $p = 0,001$. $p_{\text{набл}} < p_{\text{крит}}$, залежність ознак статистично значуща ($p < 0,001$).

Відповідно до порівняльного аналізу за методикою САМОАЛ, що спрямована на виизначення рівня самоактуалізації особистості за А. Маслоу, яка в контексті проведеного дослідження описує показники рівня психологічної

зрілості жінки було встановлено, що після психокорекційної роботи показники рівня психологічної зрілості жінок, які вважали себе психологічно не зрілими особистостями, зазнали значних змін що підтверджено розрахунками вище за t - критерієм Стьюдента.

Найсуттєвіші зміни за високим рівнем зафіксовано за шкалами: «контактність» (58 %), «саморозуміння» (56 %), «креативність» (58 %), «потреба в пізнанні» (58 %), «шкала цінностей» (59 %). Такі зміни свідчать про готовність жінок сприймати нові знання, аналізувати їх з позиції «дорослого» та вносити нові зміни у власну поведінку, змінювати моделі наслідування жіночих ролей з урахуванням здобутого нового досвіду. Високий показник «контактності» також свідчить також про те, що жінки відчували у груповій роботі під час психокорекції підтримуючий фундамент від інших учасників процесу й готові самостійно «виходити у соціум» та взаємодіяти у різних життєвих ситуаціях, відчуваючи життєву стійкість та закріплену модель «власної цінності».

Після психокорекційної роботи та повторного зрізу даних за методикою «Життєстійкості С. Мадді» (адаптація А. Леонтьєва) отримали наступні результати (Рис. 3.2.):

- показник «залученість» – -3,806, тестова величина для парних вибірок становить (T) – -0,657, вірогідність похибки становить $p = 0,258$. $p_{\text{набл}} < p_{\text{крит}}$, залежність ознак статистично значуща ($p < 0,001$);

- шкала «контроль» – -7,624, тестова величина для парних вибірок становить (T) -5,200, залежність ознак статистично значуща при значенні $p < 0,001$;

- шкала «прийняття ризику» – -23,203, тестова величина для парних вибірок становить (T) -11,119 залежність ознак статистично значуща при значенні $p < 0,001$;

- загальний показник «життєстійкості» – 43,859, тестова величина для парних вибірок становить (T) 6,932 залежність ознак статистично значуща при значенні $p < 0,001$.

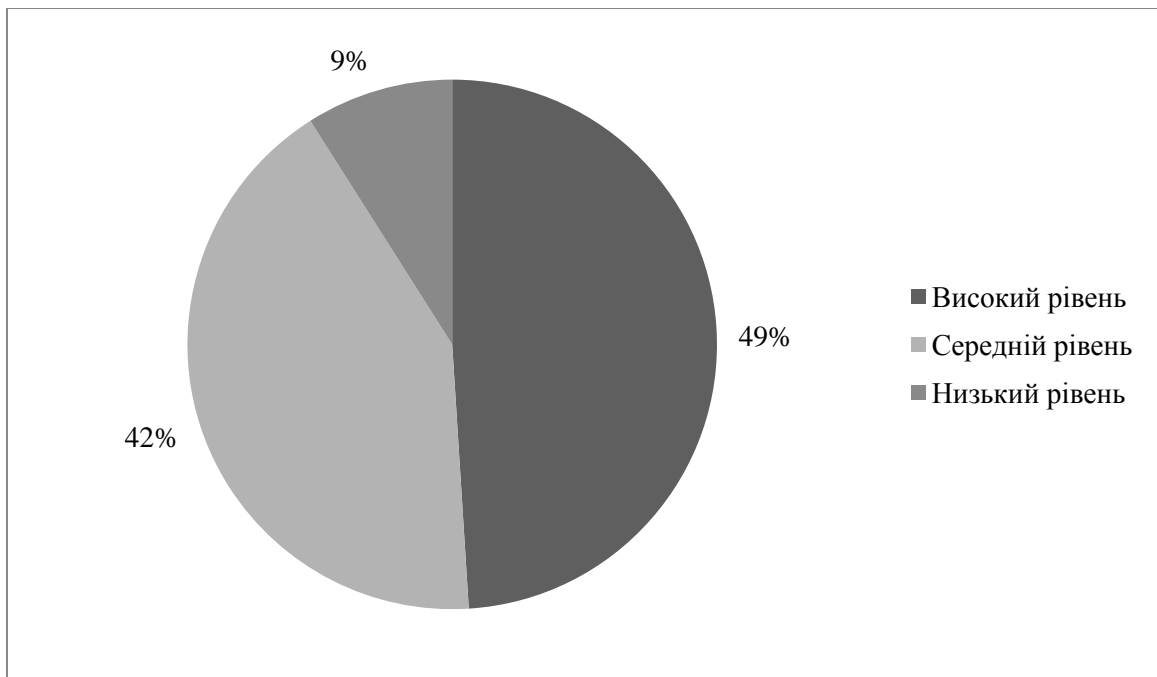


Рис. 3.2. Показники розвитку рівнів життєстійкості особистості після психокорекційної роботи

За результатами показників життєстійкості, можна зазначити, що всі параметри зазнали змін, а саме загальне значення життєстійкості збільшилося на 17 % від попереднього зрізу даних, що свідчить про тенденцію до високого показника за рівнем життєстійкості. Така зміна показників, говорить про позитивний результат проведення корекції у сприйнятті емоційно тяжких моментів жінки у сім'ї та готовність її емоційно витримувати навантаження, пов'язані з переживаннями отриманими внаслідок запозичених патернів поведінки від жінок у роді та закріплених установок з батьківської родини.

За результатами після психокорекційної роботи за методикою «Рольові очікування та домагання у шлюбі» (РОП) (А.Н. Волкова) під час розрахунку t - критерію Стьюдента отримали розбіжність у даних, це пояснює гіпотезу нашого дослідження, адже при наявності однієї і тієї ж ситуації, жінки будуть реагувати по-різному, в залежності від отриманого досвіду, закорінилих установок та патернів поведінки, які закріпилися від початку дорослішання (у підлітковому віці) (Рис. 3.3.).

За шкалою «сексуальні відносини» показник $T = -0,761$, при значенні $p = 0,226$; «особиста ідентифікація» $T = -2,535$, при значенні $0,008$; «господарчо-побутова функція» $T = -1,308$, при значенні $p = 0,101$; «батьківські обов'язки» $T = -0,065$, при значенні $p = 0,474$; «зовнішня соціальна активність» $T = -0,494$, при значенні $p = 0,313$; «емоційно-терапевтична функція» $T = -1,188$, при значенні $p = 0,122$; «значення зовнішнього образу» $T = -1,940$, при значенні $p = 0,031$.

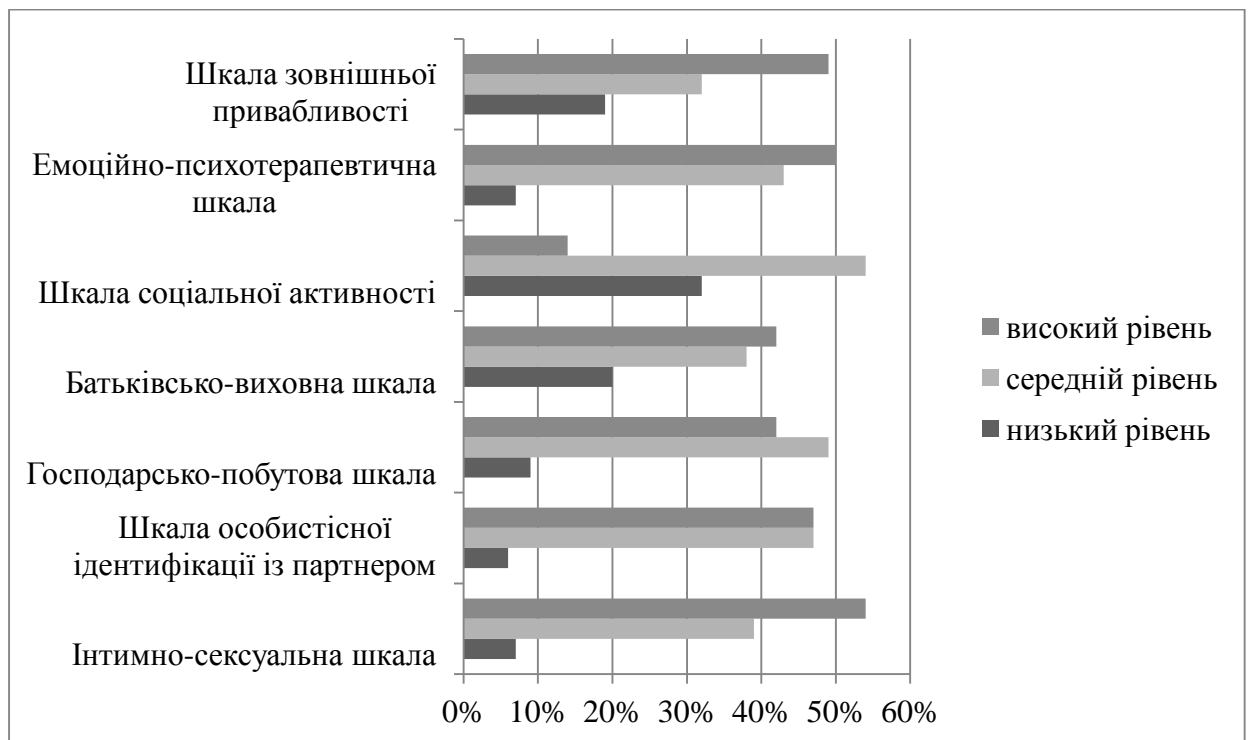
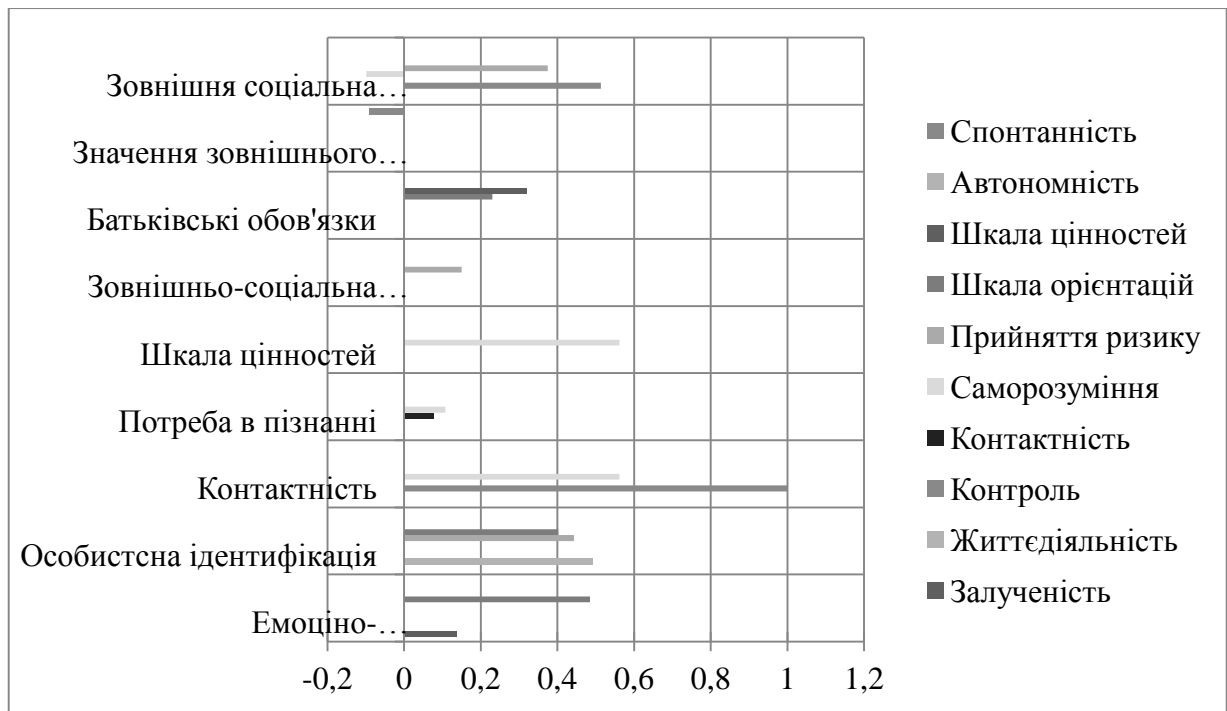


Рис. 3.3. Діаграма зрізу даних після корекційної роботи за методикою «Рольові очікування та домагання у шлюбі» (РОП) (А.Н. Волкова)

Відповідно отриманих математично-статистичних даних виникла необхідність з'ясувати кореляційні зв'язки за співзалежними шкалами за К. Пірсоном, які відповідно проведеного дослідження мають підтверджувати мету констатуючого експерименту взаємозалежності моделей наслідування жіночих ролей в залежності від рівня психологічної зрілості жінки (Рис. 3.4.).



* кореляція на рівні 0,05 (двостороння)

** кореляція на рівні 0,01 (двостороння)

Рис. 3.4. Кореляційний аналіз за коефіцієнтом кореляції Пірсона для вимірювання ступеня лінійної залежності між двома змінними

Згідно табличних даних можна виявити двосторонню залежність між показниками психологічної зрілої особистості такі як:

- емоційно-психотерапевтична функція співзалежна рівнем залученості жінок до власної родини, історичними аспектам дослідження моделей поведінки за жіночою лінією на рівні $r = 0,136$, що свідчить про тісний зв'язок, залежність ознак статистично значуща при значенні $p \leq 0,01$.

- особистісна ідентифікація співзалежна з рівнем життєдіяльності жінки, адже включає показники контролю, прийняття ризику та залученості і показує на скільки в повній мірі жінки можуть ідентифікувати власні потреби та бажання і реалізувати їх у житті на рівні $r = 0,492$, залежність ознак статистично значуща при значенні $p \leq 0,01$.

- показник контактності та контролю спів залежні на рівні $r = 1,00$, даний показник підпадає у зону кореляції але є не достатньо тісним, що

спростовує наше припущення, залежність ознак статистично значуща при значенні $p \leq 0,05$.

- Потреба в пізнанні має прямий зв'язок з показником контактності, адже без вміння будувати «здорові» стосунки та комунікацію не можливо здобути практикуючих умінь та знань, які допоможуть саморозумінню чи автономності особистості, зв'язок фіксується на рівні $r = 0,076$, залежність ознак статистично значуща при значенні $p \leq 0,05$.

- Виявлено тісний зв'язок за показником цінностей та саморозуміння на рівні $r = 0,107$, залежність ознак статистично значуща при значенні $p \leq 0,01$.

- Зовнішня соціальна активність пов'язана з прийняттям ризику, тобто жінка самостійно бере на себе відповідальність і готовність до вирішення проблемних питань, яка буде характеризувати її як самостійно автономну особистість, що не піддається зовнішнім впливам і накладанням на себе певної ролі, яку не самостійно не хоче брати на себе. На рівні $r = 0,375$, залежність ознак статистично значуща при значенні $p \leq 0,01$.

- Показник зовнішньої соціальної активності корелюється на рівні $r = 0,015$ з показником прийняття ризику, залежність ознак статистично значуща при значенні $p \leq 0,01$.

Саме тому, слід зазначити, що особистісно зріла людина, здатна ідентифікувати власні думки та бажання, відповідно при цьому не зрілі особистості дуже сильно підлягають думці інших людей, бояться реалізуватися як мати, як професіонал, як дружина і т.д., через можливу невідповідність уже заданим параметрам моделі наслідування жіночої ролі зі своєї родини та власного досвіду, який був набутий у період формування власної психологічної зрілості [88].

Після психокорекційної роботи, було встановлено оновлені образи і моделі наслідування жіночих ролей відповідно новим поставленим завданням перед самими собою жінками, як прагнули до саморозуміння та реалізації себе (Рис. 3.5.).

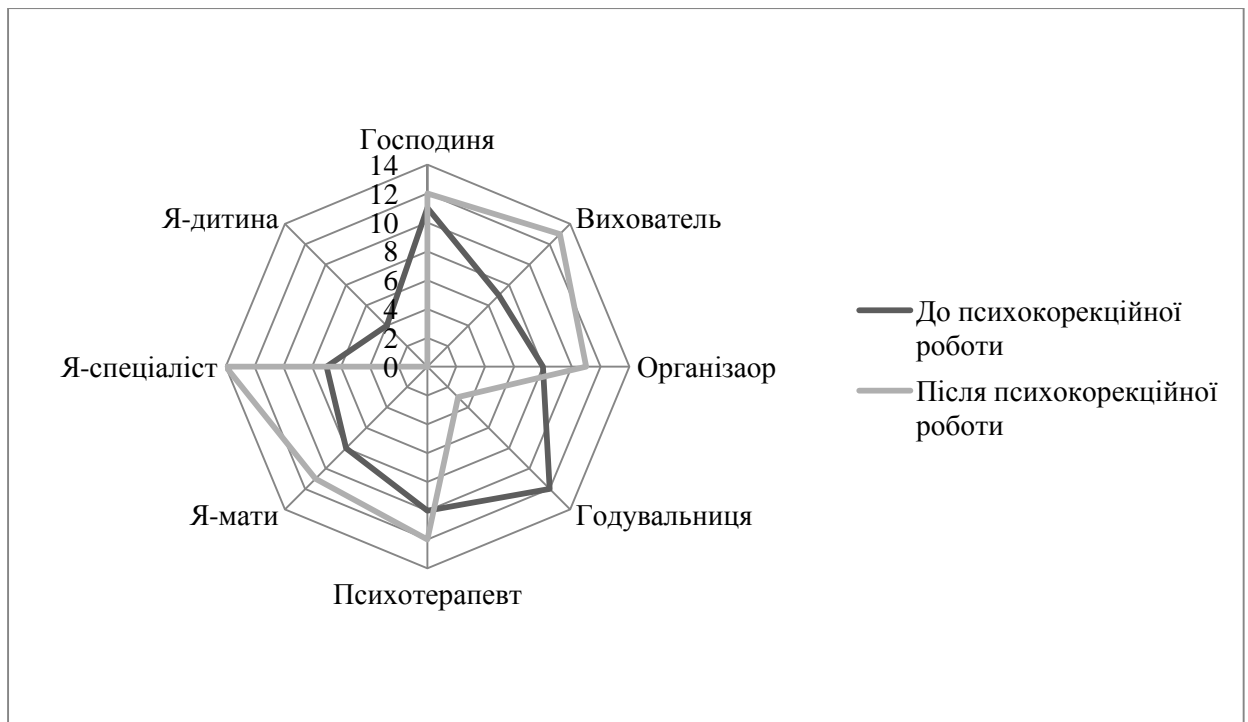


Рис. 3.5. Домінуючі моделі наслідування після психокорекційної роботи

Після психокорекційної роботи, домінуючим за час поступових тематичних зустрічей, жінки зазначають, що вже відчули зміни у своїх емоційних проявах та стали помічати обрану модель наслідування, яку більше за все використовують у своєму житті. Після корекції фокус уваги у 14 осіб змістився на реалізацію власного потенціалу у моделі «Я-спеціаліст», адже після роботи, щодо рівня психологічної зрілості, набагато більше процесів дозволили розширити грані запитів клієнток і краще зрозуміти себе. Також менша кількість, жінок зазначили, що відчувають себе дітьми і вже не бажають перекладати власну відповідальність і дії на інших, оцінюючи минулі дії уже з позиції «дорослого» [38]. Модель «годувальниці» значних змін не зазнала, адже більшість жінок виконують господарчо-побутову функцію, маючи дітей різного віку не готові прокрастинувати звичні дії.

Отже, відповідно до мети нашого дослідження було встановлено, що в залежності від рівня психологічної зрілості жінки та компонентів, які впливають на формування даного феномену, такі як: контактність, гнучкість,

аутосимпатія, автономність, життєстійкість та ін. Усі показники формують самоактуалізовану особистість, яку описує А. Маслоу. Відповідно до обраних ролей, які жінки описують у ході роботи, було встановлено і моделі наслідування та патерни поведінки, які найчастіше використовують жінки у своєму житті. Вдалося встановити зв'язок між психологічною зрілістю жінки та моделями наслідування жіночих ролей у роді, що підтверджено математично-статистичними результатами дослідження.

3.2. Психологічні рекомендації щодо вибору та реалізації жінками сімейних ролей

Психологічні рекомендації, які спрямовані на вибір та реалізацію жінками сімейної ролі ґрунтується більше на самоусвідомленні жінки в цілому сценарію свого життя, моделей поведінки, сформованих батьківських установок та патернів поведінки з батьківської родини.

Моделі реалізації та вибору ролі будується на основі психологічної готовності жінки у різний період віку брати на себе відповідальність відповідної ролі. Основний акцент робиться на емоційний, психічний та психологічний компоненти зрілості особистості. Саме тому рекомендації полягають у гармонійному розвитку особистісної зрілості та її підтримки. Найважливішими моментами на шляху гармонійного розвитку під час самовдосконалення є: духовне та особистісне зростання, здоров'я, кар'єра, фінанси та яскравість життя.

Це стан рівноваги, який залежить не лише від відсутності психічних захворювань, але й від цілого поєднання соціальних, економічних і біологічних факторів, оскільки наші тіла та розум (наш мозок) можуть функціонувати лише разом. У такому стані людина здатна:

- розвивати свій потенціал;
- сприймати себе;
- спілкуватися з іншими;

- мати хороший емоційний фон;
- продуктивно працювати;
- сприяти громаді/суспільству;
- мислити ясно у боротьбі зі стресовими ситуаціями.

Трансформація рольових відносин є найважливішим аспектом реконструкції сучасного шлюбу та сім'ї. Невизначеність чинних норм, що регулюють шлюбно-сімейні стосунки, особливо рольові. Найважливішими з них є «вибір» кожною сім'єю способів взаємодії ролей і формування ставлення членів сім'ї до рольової поведінки в різних аспектах сім'ї [58].

Люди – соціальні істоти, тому соціальна ізоляція шкідлива. Спілкуйтеся з друзями, родиною, колегами, однодумцями. Обмін ідеями, підтримка один одного – усе це допомагає нам краще працювати, почуватися добре та залишатися енергійними. Під час привітань, рукостискань, обіймів, поцілунків виділяється гормон окситоцин, який викликає відчуття задоволення, зменшує тривогу і страх, підвищує довіру, тому контакт з іншими є важливим.

Головне правило – робити себе щасливою. Спробуйте відпочити так, як вам зручно, з власними перервами: почитайте книгу, майструйте з сім'єю, приготуйте разом вечерю. Час від часу побалуйте себе чимось солодким (наприклад, шоколадом, який містить гормон щастя). Щодня виділіть кілька годин, щоб відпочити, і в цей час зможете займатися тим, що Вам подобається. Або виділіть один день на тиждень, щоб зробити щось приємне. Ми повинні згадати себе, відчути себе, знати, що приносить нам радість [54].

Рівновага є основою ефективної діяльності, особливо на великих відстанях. Коли втрачено рівновагу, потрібно прислухатися до свого тіла і відчути, де саме присутній дискомфорт. Варто запам'ятати цей стан і постаратися відновити комфорт при його виникненні. Наприклад, якщо відчувається стиснення в горлі, необхідно випити теплої води. Але це не так просто. Простіше і ефективніше зосередитися на контролі дихання: вдих, затримка, видих, затримка. Ці фази слід максимально розтягнути за часом. Але також необхідно стежити, щоб голова не оберталася. Ця вправа вимагає

практики, але дуже ефективна. Вправи, необхідні для підтримки фізичної рівноваги, також допомагають підтримувати психічну рівновагу. Наприклад, стоячи на одній нозі або асани йоги. Загалом практика йоги дуже допомагає у розвитку навичок підтримувати та відновлювати рівновагу. Легше зберегти психологічну рівновагу, ніж відновити її.

Особливу роль у виборі жіночої ролі відіграє психологічна готовність, яка зумовлює здатність до самореалізації, тобто спроможності жінки, саме тому необхідно надавати значення більше за такими факторами:

- турбуватися про членів сім'ї;
- співчувати, співпереживати близьким;
- спілкуватися на основі вдало вибудованих комунікаційних зв'язків;
- бути толерантною, сприймати іншу людину з її індивідуальними особливостями, звичками, навіть протилежними власним, вміння пристосовуватися до них.

Процес формування рольової структури сім'ї є одним із основних аспектів її становлення як соціально-психологічної спільності, взаємної адаптації подружжя, формування способу життя сім'ї. При наявності різних рольово-поведінкових моделей цей процес тісно пов'язаний з міжособистісними стосунками подружжя та їх установками [30].

Тому психологічно зріла і гармонійна особистість матиме деякі показники, які необхідно вдосконалювати протягом життя:

- сімейні цінності схожі, а цінності єдині;
- узгодження функцій і ролей;
- відповідність соціальних ролей або ступінь виконання очікувань членів сім'ї без конфлікту між ролями та особистістю;
- адаптивність, або ступінь пристосованості до соціально-психологічного клімату сім'ї в різних середовищах, особливо посткризових, і прагнення підтримувати комфортні емоційні сімейні стосунки;
- емоційна задоволеність сімейним життям і сімейними стосунками;

– зосередьтеся на довголітній сім'ї зі свідомим прагненням до нових (негайних і майбутніх) сімейних цілей.

Зрілій людині вистачить знань і вмінь, духу і наснаги, цілеспрямованості і впевненості в собі, щоб вистояти в найскладніших ситуаціях. Людина з низькими особистісними показниками покладається на матеріальний достаток, тому живе в страху втратити те, що має. Духовна людина завжди відповідає за свої вчинки, живе свідомо, прагне бути якнайкращою, не втрачає впевненості, не дозволяє собі впадати у відчай і прагне зрозуміти світ, звільнившись від пристрастей, нав'язливих ідей, негативних думок.

Особливо поширеною проблемою сучасних зайнятих людей є те, що вони не вміють правильно відпочивати. Адже відпочинок – запорука ефективної роботи. Дихальні вправи, медитація, природне розслаблення, добровільне усамітнення, якісний сон – це моменти, які вимагають багато уваги. Усамітнення для вікової категорії вибірки дослідження є досить характерним і це «здоровий динамічний» процес, один з етапів формування зрілої особистості [28].

У кожного свій тип відносин і вони різні, але все одно докладають постійних зусиль: йдеться про створення рамок для вираження любові, турботи та спільного проведення часу. Вибудовування стосунків з іншою людиною – починаються з побудови відносин з самим собою. Власне, з них починаються всі інші зв'язки. Тільки той, хто поважає і любить себе, вміє поважати і любити інших. Люди, які не вміють спілкуватися самі з собою, ніколи не будуть у контакті з іншими.

Кожен має реалізувати свій потенціал у своїй роботі, приносити користь іншим і робити те, чим пишається. Це настільки глибока потреба, що її ігнорування може зробити людей нещасними, навіть якщо на поверхні все йде добре. Тому важливо вибрати професію, яка приносить задоволення і стабільність [29].

Таким чином, психологічно зріла жінка = успішно функціонуюча сім'я, яка створює умови для реалізації потенціалу кожного її члена, є найкращою

моделлю для оволодіння соціальними навичками, які можна перенести у зовнішнє середовище. Кордони між підсистемами в такій родині достатньо прозорі, щоб забезпечити зв'язок між підсистемами та із зовнішнім середовищем, і досить непорушні, щоб зберегти їх автономію, родина поважатиме підсистеми рішень і внутрішні правила кожної підсистеми для взаємозв'язків між процесами.

Висновки до третього розділу

Формувальний експеримент, спрямований на психологічний супровід жінок, вибір ними певних психологічних ролей та їх подальшу трансформацію, уключав низку заходів, а саме: тренінгових занять, тематично розподілених на чотири блоки. Центральною ланкою психокорекційної програми було активізація та розвиток психологічної зрілості жінок. Логіка побудови програми у такому контексті базувалася на результатах емпіричного дослідження, де було зафіксовано, що більшість жінок із високим рівнем психологічної зрілості рефлексивно та свідомо ставляться до вибору та реалізації ними сімейних ролей.

Програма психологічного супроводу розвитку психологічної зрілості жінки у межах сімейної системи може знайти широке практичне застосування у практичних консультаціях, психотерапевтичних сесій, які вирішують завдання формування життєвої стійкості та цілісно гармонійної особистості жінки у сімейній системі.

Результати повторного тестування дозволили зафіксувати наступні зрушення: можна зазначити, що всі параметри зазнали змін, але саме загальне значення життєстійкості збільшилося на 17 % від попереднього зрізу даних, що свідчить про тенденцію до високого показника за рівнем життєстійкості, що в свою чергу свідчить про те, що збільшилася кількість жінок із рівнем особистісної зрілості. Після психокорекційної роботи жінки зазначають, що вже відчували зміни у своїх емоційних проявах та стали помічати обрану модель наслідування, яку більше за все використовують у своєму житті. Після корекції фокус уваги у 14 осіб змістився на реалізацію власного потенціалу у моделі «Я-спеціаліст», адже після роботи набагато більше процесів дозволили розширити грані запитів клієнток і краще зрозуміти себе. Також менша кількість жінок зазначили, що відчувають себе дітьми і вже не бажають перекладати власну відповідальність і дії на інших, оцінюючи минулі дії уже з позиції «дорослого».

ВИСНОВКИ

У дослідженні здійснено теоретичний аналіз феномена сімейних ролей та проблеми вибору їх жінками, емпірично досліджено особливості наслідування сімейних ролей жінками в історичній перспективі та з урахуванням індивідуально-психологічних характеристик, розроблено та апробовано програму психологічної допомоги жінкам у процесі вибору та трансформації ними обраних ролей.

Отримані результати підтвердили висунуті гіпотези та дозволили зробити такі загальні висновки:

1. На основі теоретико-методологічного аналізу вивчено та розкрито феномен ролей у сімейних системах. Роль – це затверджений нормою зразок поведінки, який очікується від людини для зайняття певного соціального положення і статусу в міжособистісних стосунках. Міжособистісні (сімейні) ролі індивідуалізовані та визначаються специфікою сімейних відносин, відображаючи унікальний сімейний міжособистісний досвід. Рольова структура сім'ї забезпечує виконання функцій сім'ї та задоволення потреб усіх членів. Вибір ролі здебільшого залежить від особистісних особливостей, нахилів і здібностей конкретної людини.

З'ясовано, що гармонія сімейних ролей значною мірою впливає на успішне функціонування сім'ї і визначається багатьма факторами, зокрема порядком сімейних ролей, балансом між сімейними та індивідуальними потребами, а також потребами ролей та окремих осіб.

2. Висвітлено різновиди жіночих ролей в сімейних системах. Жіноча роль – це модель поведінки жінки, набір поведінкових патернів, унаслідуваних від інших жінок у сімейній системі. У ході дослідження було виокремлено основні моделі поведінки, які жінки наслідували від матері чи бабусі: господиня, вихователь, організатор, годувальниця, психотерапевт, Я-мати, Я-спеціаліст, Я-дитина. Основні моделі мали теж свою динаміку у ході психокорекційної

роботи і вказані моделі зазнали змін, крім моделі «годувальниці», адже деякі респонденти не готові прокрастинувати власні дії.

3. Емпірично досліджено та описано сукупність жіночих сімейних ролей та визначено специфіку їх наслідування в сімейних системах. Встановлено, що більшість жінок завжди хотіла відповідати очікуванням батьків і, відповідно, обирала ролі, ідентичні сімейним системам предків. Третина жінок зазначили, що вибір ними жіночих ролей здійснювався наперекір наявним сімейним ролям, тобто теж несвідомо. Решта респонденток продемонстрували усвідомленість та активну позицію у виборі ними адекватних їх індивідуально-психологічним характеристикам сімейних ролей. Виявлено взаємозв'язок рівня психологічної зрілості жінки та моделей наслідування жіночих ролей в сімейній системі. Так, високі показники за шкалою «залученості», яка віддзеркалює ступінь лояльності сімейній системі, негативно корелюють із рівнем рефлексії та самостійності у виборі жінками сімейних ролей.

4) Розроблено програму психологічної допомоги щодо розвитку психологічної зрілості та підвищення рівня самоактуалізації особистості жінки у сімейній системі. Доведено, що саме робота в цьому напрямку сприяє поглибленню рефлексії, усвідомленості та самостійності у виборі та трансформації обраних ролей. За результатами формувального експерименту зафіксовано найсуттєвіші зміни за поданими шкалами у напрямку їх зростання: «контактність», «саморозуміння», «креативність», «потреба в пізнанні», «шкала цінностей». Такі зміни свідчать про готовність жінок сприймати нові знання, аналізувати їх з позиції «дорослого» та вносити нові зміни у власну поведінку, змінювати моделі наслідування жіночих ролей з урахуванням здобутого нового досвіду. Також зафіксовано значні зрушення за показником життєдіяльності жінок у напрямку зниження рівня контролю, залученості та ризику. Зміна показників говорить про виразний психокорекційний ефект запропонованої програми.

5. Перспектива подальших досліджень бачиться у наступних напрямках:

1) вивчення наслідування жіночих ролей залежно від сімейної структури; 2) розробка нового та удосконалення існуючого інструментарію щодо дослідження родових програм; 3) вдосконалення методів, прийомів та технік психокорекційної та психотерапевтичної роботи при роботі з сімейною генограмою.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адлер А. Практика і теорія індивідуальної психології. Київ: Фенікс, 2015. 316 с.
2. Алексеєнко Т.Ф. Умови позитивної соціалізації дитини у сім'ї. Діти – батьки – сім'я. 2016. Вип. 3. С. 4–9.
3. Н. М. Бамбурак. Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві / збірник тез II Всеукраїнської науково-практичної конференції (20 жовтня 2016 року). Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2016. 400 с.
4. Берн Е. Ігри, у які грають люди / Ерік Берн ; пер. з англ. К. Меньшикової. Харків : Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2016. 256 с.
5. Бех І. Виховання особистості. У 2 кн.: Навчально-методичний посібник. Кн.1 : Особистісно орієнтований підхід: теоретикотехнологічні засади. Київ.: Либідь, 2003. 280 с.
6. Бех І. Особистість народжується в сім'ї. Початкова школа. 2016. Вип. 2. С. 23–25.
7. Бігун Н. І. Профілактична робота в практичній психології: навч.-метод. комплекс дисципліни. Кам'янець-Подільський: Медобори. 2017. 96 с.
8. Буніна Л.М. Врахування потреб дитини як основа усвідомленого батьківства. Діти – батьки – сім'я. 2005. Вип. 3. С. 9–16.
9. Галустян Ю.М., Новицька В.П. Деякі аспекти гендерної ідентифікації та соціалізації особистості. Український соціум. 2004. № 1 (3). С. 7–13.
10. Галян І. М. Психодіагностика : навч. посіб. 2-ге вид., стереотип. Київ: Академвидав, 2011. 464 с.
11. Говорун Т. В., Кікінежді О.М. Стать та сексуальність: Психологічний ракурс. Тернопіль: Нова книга - Богдан, 1999. 383 с.

12. Говорун Т.В., Кікінежді О.М. Гендерна психологія. Навч.посібник. Київ: Видавничий центр „Академія”, 2004. 248 с.
13. Головнісва, І. В. Зміна традиційних внутрішньосімейних ролей?: нові моделі поведінки та конфлікти *Практ. психологія та соц. робота*. 2006. № 4. С. 12-17.
14. Горецька О.В. Психологія сім'ї: навчальний посібник для студентів спеціальності «Практична психологія». Бердянськ. 2019. 216 с.
15. Горностаї П.П. Основні тенденції функціонування особистості у ракурсі рольової теорії. Наукові студії з соціальної та політичної психології. 2020. Вип. 6 (9). С. 44–57.
16. Грижак М. В. Діагностика батьківсько-дитячих відносин як умова надання просвітницької консультативної допомоги неповній сім'ї. Педагогічний дискурс. 2020. С. 58-64.
17. Гендерний паритет в умовах розбудови сучасного українського суспільства. Київ. Український ін-т соціальних досліджень. 2002. 220 с.
18. Духневич В.М. Психологічне благополуччя професіонала: модель досягнення/дотримання (на прикладі професії психолога-консультанта). Проблеми загальної та педагогічної психології. 2020. Т. 4, ч. 3. С. 57–63.
19. Кириченко В. Прогнозування поведінки персоналу в період змін на підприємстві. URL:<http://www.psychology.com/library/00003.shtml> (дата звернення 20.08.2022).
20. Кімел М. Гендероване суспільство. Київ. Сфера 2018. 340 с.
21. Кісарчук З.Г. Методологія і методи практичної психології. Практична психологія та соціальна робота. 2017. Вип. 3. С.29–34.
22. Короленко Ц. П., Дмитрієва Н. В. Психосоціальна аддиктологія. Київ: Вид-во «Знання», 2001. 251 с.
23. Корольчук М.С. Психологія сімейних взаємин. Київ: Ніка-центр, 2011. 296 с.
24. Краєва О.А. Становлення рефлексивної свідомості на етапі подолання підлітком кризи кризи ідентичності / *Проблеми сучасної психології*:

Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Вип. 11. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2011. С. 382–392.

25. Кучманич І.М. Усвідомлене батьківство : навчально-методичний посібник. Миколаїв : Іліон, 2017. 192 с.

26. Кучманич І.М. Психологія сім'ї : навчально-методичний посібник / І. М. Кучманич. – Миколаїв. – 180 с.

27. Кушерець В.І. Знання як стратегічний ресурс суспільних трансформацій. Київ. Знання України. 2016. 248 с.

28. Лавриненко Н.В. Гендерні стереотипи масової свідомості. Українське суспільство / за ред. В.М.Ворони, А.О.Ручки. Київ. 2020. 198 с.

29. Лавриненко Н.В. Жінка: самореалізація в сім'ї та соціумі (Гендерний аспект). Київ. 2020. 213 с.

30. Лепіхова Л.А. Механізми життєвих домагань у системі цілеутворення особистості. *Наукові студії із соціальної та політичної психології (збірник статей)*. Вип. 10(13). Київ. 2016. С. 105–116.

31. Лідерс А. Г.. Психологічне обстеження сім'ї: навч. посібник-практикум для студ. фак. психології вищ. навч. закладів / А. Г. Лідерс. - 2-е вид., К.: Видавничий центр «Академія». - 432 с., 2007

32. Ліщина Н.В. Емоційна спрямованість осіб, що переживають особистісну кризу. Актуальні проблеми психології. 2020. 224 с.

33. Лукасевич О.А. Методичні аспекти дослідження особистісної зрілості. URL: www.confcontact.com/2008oktInet_tezi/pe_lukash.htm (дата звернення: 11.11.2021).

34. Максименко С.Д. Метод дослідження особистості // Практична психологія та соціальна робота. 2016. Вип. 7. С. 1–8.

35. Максименко С.Д. Розвиток психіки в онтогенезі. Т. 2. *Моделювання психологічних новоутворень: генетичний аспект*. 335 с.

36. Медіна Т. Батьківська сім'я як осередок підготовки до подружнього життя. *Релігія та соціум*. 2011, №2. – С. 129–134.
37. Нечаева О.С. Шляхи формування мотивації досягнення успіху в обдарованих підлітків. *Обдарована дитина*. 2007. № 9. С. 25–30.
38. Овсянецька Л.П. До питання про психологічні критерії зрілої особистості // *Актуальні проблеми психології. Том 1. Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія*. Київ. Інститут психології Г.С. Костюка АПН України. 2017. Ч. 2. С. 105–110.
39. Оксимитна С. М. Гендерні ролі та стереотипи: навч. посіб. Київ: «КІС», 2004. 536 с.
40. Особистісні кризи студентського віку: зб. наук. ст. / за ред. Т. М. Титаренко. Луцьк. «Вежа» Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки. 2017. 112 с.
41. Пов'якель Н.І. Професійна рефлексія психолога-практика // *Практична психологія та соціальна робота*. 2018. Вип. 6–7. С. 3–6.
42. Потапчук Є., Карпова Д. Психологічна діагностика сімейних ролей як моделей поведінки подружжя. Хмельницький: «Polylux design & print», 2021. 52 с.
43. Потапчук Є.М. Психологічна діагностика шлюбного потенціалу та міжособистісної сумісності з партнером : довідник сімейного психолога. Хмельницький : Видавництво «PolyLux design & print», 2020. 36 с.
44. Потапчук Л.В. Психологічні особливості становлення особистісної зрілості старшокласників: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд.. психол. наук: спец. 19.00.09. «Вікова та педагогічна психологія». Київ. 2021. 20 с.
45. Психологічна енциклопедія / авт.-упор. О. М. Степанов. Київ: Академвидав, 2006. 424 с.
46. Психологія особистості. Словник-довідник / за ред. П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. Київ. 2018. 320 с.

47. Рекало В. І. Принцип багатовимірності в побудові знання про особистість в світлі психотерапевтичних завдань. *Практична психологія та соціальна робота*. 2016. Вип. 7. С. 77–80.
48. Рестієрі Н. Мама має право. Як подолати кризу материнства, позбутися почуття провини і знайти час на себе. Київ: Yakaboo Publishing, 2021. 208 с.
49. Савченко О. В. Специфіка формування психологічних меж особистості підлітків в залежності від стилю сімейного виховання. *Проблеми сучасної психології*. 2018. № 1. С. 127-132.
50. Седих К.В. Психологія сім'ї: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2015. 192 с.
51. Тард Г. Р. Закони наслідування. Київ: Константа, 2013.
52. Ткалич М. Г. Гендерна психологія : навчально–методичний посібник для студентів 3 курсу факультету соціальної педагогіки та психології спеціальності «Психологія». Запоріжжя, 2007. 76 с.
53. Уорден М. Основи сімейної психотерапії. Київ: Вища школа, 2005. 256 с.
54. Устінов А.В. Психічне здоров'я як складова національної безпеки. / Український медичний часопис. № 1 (93) – I/II 2013 р.
55. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї: навч. посіб. Вид. 2-ге, змін. та доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 480 с.
56. Федоренко Р.П., Дучимінська Т. І., Хлівна О. М. «Психологічні особливості формування готовності до сімейних взаємин у молоді», XXV International scientific and practical conference “Implementation of modern science and practice”: Varna, Bulgaria, May 11–14, 2021.
57. Федоренко Р. П., Мушкевич М. І. Психологія молоді сім'ї: монографія. Вид. 2-ге, доповн. та змін. Луцьк : Вежа-Друк, 2020. 392 с.
58. Федоренко Р. П., Мушкевич М., Коширець В. В. Психологічне консультування та психотерапія : зміст, прийоми, технології: навч. посіб. Вид. 2-ге, перероб., доповн. Луцьк : Вежа-Друк, 2020. 368 с.

59. Чала Ю.М., Шахрайчук А.М. Психодіагностика: навчальний посібник. Харків: НТУ «ХП», 2018. 246 с.
60. Чепмен Г. П'ять мов любові у подружжі. Львів: Свічадо, 2020. 176 с.
61. Шнейдер Л. Б. Сім'я: озираючись уперед. Київ: Константа, 2013. 368 с.
62. Штепа О. С. Продуктивне вирішення внутрішньоособистісних конфліктів шляхом навчання саморозуміння. Проблеми гуманітарних наук: Наук. зап. Дрогоб. держ. пед. ун-ту ім. Івана Франка. Дрогобич: НВЦ «Каменярь». 2018. Вип. 9. С. 130–139.
63. Штепа О. С. Пропріум зрілої особистості. Практ. психологія та соц. робота. 2016. Вип. 2. С. 26–35.
64. Штепа О. С. Трансформація особистості у тренінгах особистісного зростання та способи її вимірювання. Практ. психологія та соц. робота. 2017. Вип. 3. С. 53–57.
65. Штепа О. С. Формування особистісної зрілості у підлітковому і юнацькому віці. Соц. психологія. 2016. Вип. 1(15). С. 129–146.
66. Штепа О.С. Феномен особистісної зрілості // Соц. психологія. 2017. Вип. 1. С. 62–77.
67. Штриголь Д. В. Шлюбно-рольові настанови у юнацькому віці. *Практ. психологія та соц. робота*. 2010. № 5. С. 35-45.
68. Шутценбергер А.А. Синдром предків. Трансгенераційні зв'язки, сімейні таємниці, синдром річниці, передача травм та практичне використання Геносоціограми. 2016. 256 с.
69. Якімова Т. В. Психологія сім'ї: підручник. Київ: Академвидав, 2016. 345 с.
70. Allport G. Pattern and growth in personality. N.Y. Holt. Rinehart and Winston. 2018.
71. Antonovski A. Rozviklanie taemnicy zdrowia. Warszawa. 2016. S.32.

72. Bower G., Bootzin R., Zajonc R. Principles of Psychology Today. Trait Theories. Random House. Ney York, 2017. P. 381 – 382.
73. Greenberger E., Steinberg L. When teenagerswork. The psychological and social costs of adolescent employment. N.Y. Basic Books. 2016.
74. Karpman S. A Game Free Life. Self published. 2014.
75. Khoshaba D., Maddi S. Early Antecedents of Hardiness. Consulting Psychology Journal. 1999. № 51, 2. P. 106–117.
76. Kohlberg L. Essays in Moral Development. Vol. II. The psychology of moral development. N.Y.: Harper & Row. 2018.
77. Levinson D. The seasons of a man's life. New York. Knopf. 2018.
78. Loevinger J. Stages of personality development // Handbook of Personality Psychology / eds. By R. Hogan, J. Johnson & S. Briggs. San Diego: Academic Press. 2017.
79. Maddi S. Hardiness: An operationalization of existential courage. Journal of Humanistic Psychology, 2004. № 44. P. 279–298.
80. Marcia J. Identity in adolescence // Handbook of adolescence psychology / ed. By J. Adelson. NY: Wiley. 2018.
81. Mead G.H. The philosophy of the present / ed. By A. Murphy. Chicago. 2016.
82. Oyserman D. Self-Concept and Identity // The Blackwell Handbook of Social Psychology. Intraindividual Processes / ed. By A. Tesser and N. Schwarz. L. Blackwell Publishings. 2003016. P. 499–517.
83. Psychologia: Jednostka w społeczeństwie Elementy psychologii stosowanej. Gdańsk, 2016. 468 s.
84. Psychologia: Tom 1. Podstawy psychologii – Gdanskie Wydawnictwo Psychologiczne. Sopot. 2019. 638 s.
85. Psychologia: Tom 3. Jednostka w społeczeństwie i elementy psychologii stosowanej. Gdańsk. 2018. 468 s.
86. Random House. Ney York. 2017. P. 381–382.

87. Rodgers C. R. Empatic: an unappreciatrd way of being. *The Counseling Psychology st.* 2016. Vol. 5. P. 2–10.
88. Rogers Client-Centred Therapy. URL: <https://www.studysmarter.us/explanations/psychology/approaches-in-psychology/rogers-client-centred-therapy/> (дата звернення 20.08.2022).
89. Rogers, N. Person-Centered Expressive Arts Therapy: A path to wholeness (Englisch). *Client centered and experiential psychotherapy* . 2002. P. 387-399.
90. Schneder K. Therapist personal maturity and the therapeutic success. *The Psychhtrapy.* 19922016. Vol. 8. P. 71–79.
91. Tillich P. *The Courage to Be. Terry lectures. Ed. 2. Yale Notabene.* New Haven and London: Yale University Press, 2000. 197 p.
92. *Twenty Active Training Programs/Eds. M. Silberman, V. Whiteling,* San Diego, CA: Pfeiffer&Company. 2016.
93. Wlliams J., Best D. *Measuring Sex Stereotypes. A Multinational Study.* Nebury Park: Sage Publications. 2020.

ДОДАТКИ

Додаток А

Тест «Рольові позиції в міжособистісних відносинах» за Е. Берном

Наведений тест дає добре розуміння Его-станів, а інтерпретація тесту може стати ґрунтом як для індивідуальної роботи так і для терапевтичної роботи.

Інструкція до тесту :

Спробуйте оцінити, як поєднуються ці три «Я» у вашій поведінці. Для цього оцініть наведені висловлювання в балах від 0 до 10 .

1. Мені інколи не вистачає витримки.
2. Якщо мої бажання заважають мені, то я вмію їх придушувати.
3. Батьки як більш дорослі люди повинні влаштовувати сімейне життя своїх дітей.
4. Я іноді перебільшую свою роль в які-небудь події.
5. Мене провести нелегко.
6. Мені б сподобалося бути вихователем.
7. Буває, мені хочеться подуріти, як маленькому.
8. Думаю, що правильно розумію всі події, що відбуваються.
9. Кожен повинен виконувати свій обов'язок.
10. Нерідко я поступаю не як треба, а як мені хочеться.
11. Приймаючи рішення, я намагаюся продумати його наслідки.
12. Молодше покоління має вчитися у старших, як слід жити.
13. Я, як і багато людей, ображаюся.
14. Мені вдається бачити в людях більше, ніж вони говорять про себе.
15. Діти повинні безумовно слідувати вказівкам батьків.
16. Я – людина, яка легко захоплюється.
17. Мій основний критерій оцінки людини - об'єктивність.
18. Мої погляди є непохитними.

19. Буває, що я не поступаюся в суперечці лише тому, що не хочу поступатися.
20. Правила виправдані лише до тих пір, поки вони корисні.
21. Люди, незалежно від обставин, повинні дотримуватися всіх правил незалежно від обставин.

Ключ до тесту:

Підрахуйте окремо суму балів по рядках.

I (стан "дитина"): 1,4,7,10,13,16,19.

II (стан "дорослий"): 2,5,8,11,14,17,20.

III (стан "батько"): 3,6,9,12,15,18,21.

Інтерпретація: підрахуйте окремо суму балів по кожному рядку

Якщо у вас вийшла формула II, I, III або ДДБ, то це означає, що ви володієте почуттям відповідальності, в міру імпульсивні і не схильні до повчань.

Формула III, I, II, або БДД прогнозує, що Вам характерна категоричність у судженнях і діях, можливий зайвий прояв самовпевненості при взаємодії з людьми. Висловлюючись, не сумніваєтеся в тому, що думаєте чи знаєте, і не переймаєтеся наслідками своїх слів і дій.

Якщо на першому місці у формулі стан "Дитина", то ви можете виявляти схильність до наукової роботи, хоча і не завжди вмієте керувати своїми емоціями.

Доповнення до Методики №1

Поставте, будь ласка, «+», якщо дане твердження характеризує вас, і «-» - якщо ні.

1. Знає саму себе – свій темперамент, свої особливості
2. Знає свої бажання і вміє бажати
3. Не тримає зла, образ за минуле
4. Будує своє життя так, як їй подобається, а не так, як у сусідів або в романі
5. Вдячна світу за те, що вже має
6. Вміє просити і дякувати за допомогу
7. Вміє відмовляти і говорити «ні» тому, що їй не підходить
8. Вміє бути мудрою і бачити перспективу своїх дій
9. Вміє прощати помилки близьких
10. Вміє прощати самій собі свої помилки
11. Вміє вибачатися, якщо заподіяла комусь біль
12. Вміє висловлювати всі свої почуття – і хороші, і погані – безпечним для оточуючих способом
13. Вміє чекати і відпускати
14. Любить бути з собою наодинці і завжди знає, чим себе зайняти
15. Не перекладає на інших відповідальність за своє життя – в її проблемах не винні чоловік, діти, батьки або суспільство
16. Не бере на себе провину і відповідальність за чужі життя, не намагається стати для інших Богом
17. Коли їй щось не подобається – вона змінюється сама, знаючи, що так ефективніше

18. Вміє робити вибір у своєму житті, кожен раз виділяючи головне і відкидаючи зайве
19. Ділиться зі світом любов'ю зі своєї повноти, а не з дефіциту і не щоб домогтися свого
20. Приймає себе повністю – такою яка є
21. Знає, що життя – не мармеладний батончик. Тому вміє проходити кризи гідно
22. Знає про сенс життя і про те, навіщо це життя їй потрібне.

Метод геносоціограми М. Боуена

Генограма як метод вивчення родини та внутрішньородинних зв'язків була вперше запропонована Мюррей Боуен у 1978 році. Генограма – це своєрідна карта історії родини, на якій за допомогою спеціальних символів описано стосунки та події, що трапились з представниками різних її поколінь. Генограма допомагає побачити свій рід зі всіма його процесами, закономірностями, протиріччями, унікальним досвідом пращурів. Ці «закони життя родини», як показують чисельні дослідження, впливають на життя сучасних представників родини.

Завдяки генограмі родина і психотерапевт можуть побачити певну цілісну картину, розглядаючи феномени та події життя сім'ї у часовій перспективі. Зручними характеристиками даного підходу є структурованість та схематизованість.

Рекомендації: як скласти генограму

- варто розпочати з чернетки и бути готовим, що з першого разу, як правило, генограму намалювати не вдається;
- добре підходить аркуш розміром А4 або А5, ще краще – ватман;
- для початку можна скласти просту матрицю – адже у всіх нас і у наших предків були мами і папи, отже, варто передбачити для них місце на чернетці.

Загальні питання

1. Скільки років було Вам, коли загинули Ваші пращури та народились потомки?
2. Якими були національність, віросповідання, сімейний стан, образ життя, професія та особистісні характеристики різних членів родини? Чи страждав хтось із них на соматичні або психічні захворювання? Чи існують у родині тайни – алкоголізм, суїциди, психічні відхилення, епілепсія або делінквентність?

3. Які стосунки у Вас із різними членами родини, зокрема батьком, матір'ю, братами та сестрами, а також власними дітьми? Як члени родини ставляться один до одного? Як ці стосунки змінювались з роками?

4. Які Ваші етнічні корені? Наскільки вони емоційно приймаються або відторгаються? Яке етнічне походження інших членів родини? Чи переживала родина потрясіння, пов'язані зі зміною культурних обставин? Як довго родина живе у даній країні?

5. Які Ваші релігійні корені? Чи слідуєть у Вашій родині релігійним традиціям? Як саме Ви до них ставитесь? Наскільки Ваші релігійні переконання співпадають з переконаннями інших членів родинного дерева? Чи існують тут взаємопорозуміння або конфлікт?

6. Який соціальний та економічний статус родин, представлених на дереві? Зокрема Вашої батьківської сім'ї та Вашої власної?

7. Якою була психологічна атмосфера у сім'ях Ваших рідних та Ваших батьків, коли Ви були дитиною? Які події сталися у родині за той період (народження дітей, смерті бабусь та дідусей, реструктуризація сімейних відносин – окреме проживання подружів, розлучення, повторний шлюб)? Які види сімейної активності Ви пам'ятаєте?

8. Що Ви думаєте з приводу Вашого зачаття? Чи були Ви очікуваною дитиною? Якщо так, то чому? Чи було Ваше народження даниною традиції? Чи було Ваше народження випадковістю або рішенням, прийнятим після довгих роздумів? Чи співпала стать з очікуваннями батьків? Чи були Ви довгоочікуваним спадкоємцем чоловічої статі? Або дівчинкою, яка народилась, аби компенсувати засилля чоловіків?

9. Наскільки за своїми якостями Ви відповідали очікуванням батьків? Чи були батьки єдині у своїх бажаннях? Або мати хотіла, щоб Вам були притаманні одні якості, а батько – інші?

Внутрішньоутробний період та пологи

1. Яким було родинне життя під час Вашого внутрішньоутробного розвитку? Чи спостерігався економічний стрес? Як відчувала себе Ваша мати

під час вагітності? Чи страждала вона на якусь серйозну хворобу? На підвищений кров'яний тиск? Чи зверталась вона до лікаря з приводу цих хвороб? Чи знаходилась на збереженні? Чи існувала загроза її або Вашому життю?

2. Яким був Ваш стан під час пологів? Чи були всі функції в порядку або були якісь відхилення? Якщо так, то які?

3. Чи народились Ви вчасно або пологи були передчасними чи пізніми? Яка була Ваша вага при народженні? Скільки тривали пологи? Чи були ускладнення? Неправильне положення у родовому каналі?

4. Яким був стан Вашої матері після пологів? Чи відчували Ви себе відповідальним за якісь порушення її здоров'я?

Молодший вік

1. Яким було Ваше здоров'я у молодшому віці? Чи були якісь ознаки того, що одні зони тіла та фізіологічні системи домінували над іншими (наприклад, чутливість шкіри, респіраторні або інші розлади)?

2. Як швидко встановились Ваші біологічні ритми? Чи спостерігався період нестабільності? Зокрема, наскільки регулярними були періоди сну та бадьорості протягом молодшого віку?

3. Якими були особливості Вашого темперамента у цей час? Як Ви харчувались? Чи годували Вас груддю? Якщо так, то як довго?

4. Скільки місяців Вам було, коли Ви навчилися сидіти? Ходити? Бігати? Чи була стадія плазування? В якому віці Ви почали розмовляти? Як це сталося? Чи почали Ви з декількох простих слів? Або мовчали, а потім почали розмовляти реченнями?

5. Чи можете Ви пригадати випадки, коли Ви болісно переживали розставання з батьками або родиною? Як Ви поводитись у таких випадках?

6. Чи можете Ви пригадати такі випадки, коли Ви були прив'язані до одного з батьків та ревнували його до іншого? Як Ви опановували ці почуття?

7. Чи Ви все ще близькі з Вашими батьками? Як з часом змінилось Ваше ставлення до батьків, коли Ви дізнались щось про них і про себе? Чи

можете Ви увійти у положення батьків та подивитись на світ їх очима?

Дошкільний вік

1. Як Ви виявляли свою непокору? Активно та безпосередньо, кажучи "ні", або намагаючись зробити щось протилежне від того, чого від Вас вимагали? Або через негідкорення? Або більш непрямо, через мовчання та занурюючись у себе? Як оточуючі Вас люди долали Ваше негідкорення?

2. Як Ви зустрічали спроби Вас "соціалізувати"? Прищепити Вам навички контролю сечовипускання та дефекації?

3. Чи створювали Ви свій власний світ у дитинстві? Чи був у Вас там уявлюваний товариш або рідна людина? Ви створювали цей секретний світ самі або з братом, сестрою чи близьким другом? Чи була у Вас таємна мова?

4. Чи був у Вас особливий предмет, який супроводжував Вас, куди б Ви не пішли? Скільки років Вам було, коли Ви прив'язались до нього? Скільки тривала ця прив'язаність? Що сталось, коли цей предмет значно забруднився? Чи була знайдена йому заміна?

Шкільний вік

1. Скільки Вам було років, коли Ви пішли до школи? У скільки Ви її закінчили? Чи можете Ви перелічити школи, в яких Ви навчались? Якою була кожна з них? Як суміщувались навчання та гра?

2. Які сторони шкільного життя приносили Вам радість? За якими предметами, в яких кружках Ви досягали успіху? Що було для Вас складним і не подобалось?

3. З ким Ви товаришували у школі? Чи були у Вас товариські стосунки з вчителями? Чи траплялось так, що Вас залякували або до Вас чіплялись?

4. Чи хтось из вчителів особливо вплинув на Вас?

5. Які екзамени Ви склали успішно? Які провалили? Як Ви справлялись з екзаменами?

6. Яким був стан Вашого здоров'я у шкільні роки? Чи регулярно Ви відвідували школу або були часті і тривалі пропуски? Якщо так, то через що?

7. Як Ваші батьки ставились до шкільного навчання в цілому? До

Вашої конкретної школи?

Юнацький вік

1. Як би Ви описали свій юнацький вік? Як поступовий рух до дорослості? Або як період бурхливих потрясінь?
2. Як Ви пережили розставання з домом? Фамільним будинком або квартирою? З сімейними цінностями та традиціями? Чи відбулось це розставання відносно спокійно або супроводжувалось бурхливим протестом? Як поставились Ваші батьки до розлучення з Вами? Яким було Ваше ставлення до власних дітей, коли вони досягли підліткового віку?
3. Як Ви поставились до змін у Вашій зовнішності? До змін у формі тіла, оформленню дорослих геніталій?
4. Як розвивалось у Вас у дорослому віці почуття ідентичності? Коли Ви обрали напрямок, яким хотіли ідти? Як поставились Ваші батьки до цього рішення?
5. Заважали або, навпаки, сприяли реалізації прийнятих Вами рішень про майбутнє періоди навчання, служби в армії тощо?

Середній вік

1. Де Ви працювали? Як довго? Як Ви опинились на цій роботі? Чи було це результатом Вашого власного вибору або на Ваш вибір вплинули соціальні чи економічні умови, наприклад, матеріальний Вашої родини, Ваша освіта, підготовка?
2. Якщо Ви обрали роботу самі, наскільки вона співвідноситься з Вашими цінностями? Яке значення Ви надаєте владі, грошам, естетичним чи релігійним принципам, турботі про інших або інтелектуальним запитам?
3. Наскільки Ви реалізували себе в роботі? Чи приносить вона Вам задоволення? Що, на Ваш погляд, вона Вам дає?
4. Чи є у Вас тривалі стосунки із людиною протилежної або Вашої статі? Якщо так, як довго вони тривають? Як би Ви їх охарактеризували: приятелі, друзі, коханці? Чи оформлені ці стосунки офіційним шлюбом? Чи є

діти?

5. Зі скількома людьми Ви підтримуєте стосунки на даний час? Зі скількома в минулому?

6. Чи задовольняє Вас фізичний аспект цих стосунків? Чи задовольняє вона Вашого партнера? Чи існують будь-які розбіжності між вами? Як часто Ви вступаєте до інтимних стосунків? Чи практикуєте Ви попередні любовні пестощі?

7. Які інтимні стосунки Ви підтримували у минулому?

8. Що Вам подобається робити окрім роботи? Чи займаєтесь Ви цим так часто, як хотілося б? Як реагують інші люди на ці Ваші улюблені справи?

9. Чи поділяють Ваш партнер або інші члени родини Ваші заняття у вільний час?

10. Чи тривали ці заняття протягом кількох років або Ви їх часто змінювали?

11. Чи притаманні Вам суворі громадські принципи? Якщо так, то як Ви їх виявляєте? Як це впливає на організацію Вашого власного життя?

12. Чи поділяють інші члени сім'ї Ваші переконання та чи схвалюють Ваші вчинки?

Третій вік

1. Що Ви думаєте про вихід на пенсію? Чи чекаєте Ви на нього з нетерпінням або боїтесь? Якщо це вже відбулось, як Ви до цього ставитесь?

2. Чим Ви займаєтесь після виходу на пенсію? Чи розпочали Ви нову кар'єру? Або Ви закінчуєте ту частину своєї роботи, на яку у Вас не вистачало часу, коли Ви були зайняті весь робочий день?

3. Чи є ці види діяльності особистими або громадськими? Чи приймаєте Ви участь у будь-яких колективних заняттях вечорами? Чи відвідуєте

4. «університет третього віку»? Спортивний або будь-який інший клуб?

5. Чи є у Вас друзі? Постійні розваги?

6. Що відбулось у Вашому сімейному житті після того, як Ви або ваш партнер вийшли на пенсію?

7. Які зв'язки Вам вдалось зберігти з попередніми періодами Вашого життя? З попередньою роботою або колегами по роботі? З дитинством або підлітковим віком?

8. Чи подобається Вам усамітнення? Або компанії? Або і те, і інше? Чи вдається Вам добитись правильного співвідношення між ними?

Похилий вік

1. Які обмеження у Вашому житті Ви відчули (якщо взагалі щось відчули) по досягненню старості? Чи є у Вас фізичні скарги? Чи страждають органи чуття? Пам'ять? Орієнтація?

2. До кого Ви можете звернутись, якщо захворієте та Вам потрібна буде допомога?

3. Як Ви підготувались до можливого підсилення залежності?

4. Чи є у Вас відчуття, що Вам потрібно завершити багато справ?

5. Чи дратує Вас зовнішній світ?

6. Наскільки Ви готові до смерті? Чи готові Ви піти? Чи є відчуття того, що Ви не встигли повністю реалізувати себе в житті? Чи приймаєте Ви думку про те, що життя пройшло даремно, чи немає у Вас нав'язливого відчуття, що Ви могли щось зробити, але не зробили?

7. Які Ваші погляди на життя після смерті? На Судний день? Що Ви думаєте про безсмертя душі? Або про присутність мертвих у спогадах?

Питання для психотерапевта, який працює з генограмою клієнта

1. Як би Ви описали стиль життя свого клієнта?

2. Як цей індивідуальний стиль відбивається на його поведінці? На тому, як він сміється? Або пише? Малює? Або як він грає словами? Або робить щось ще?

3. Які риси Вашого клієнта здаються Вам унікальними? В чому Ваш клієнт сам вважає себе унікальним?

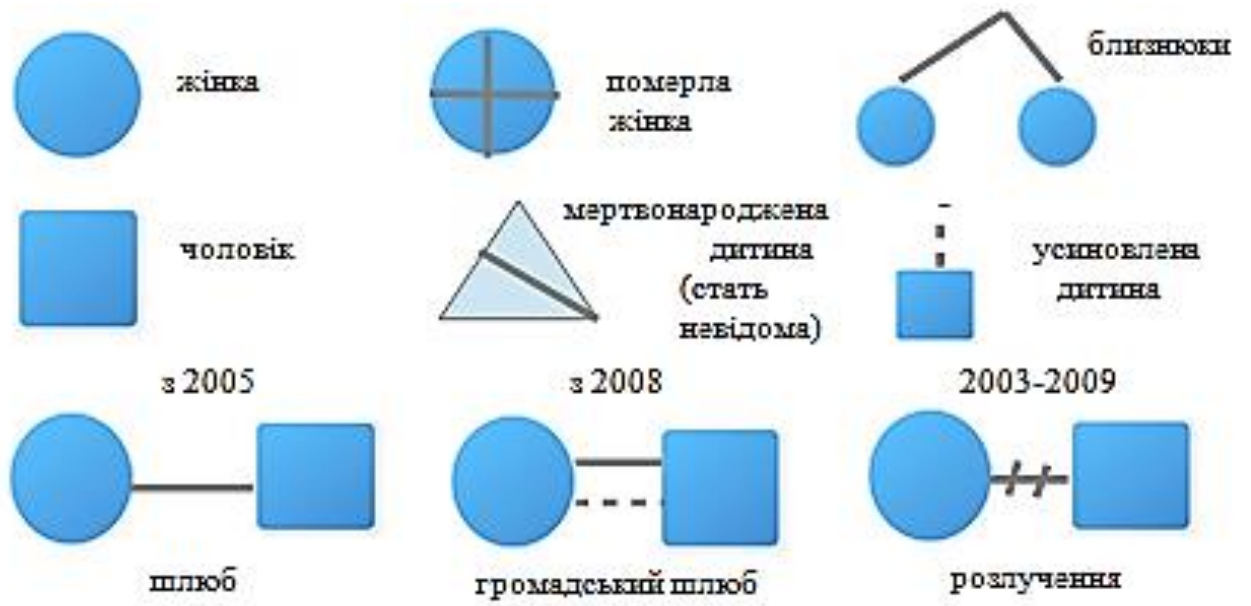


Рис. А.1. Основні умовні позначення у генограмі

Зразок елемента геносоціограми

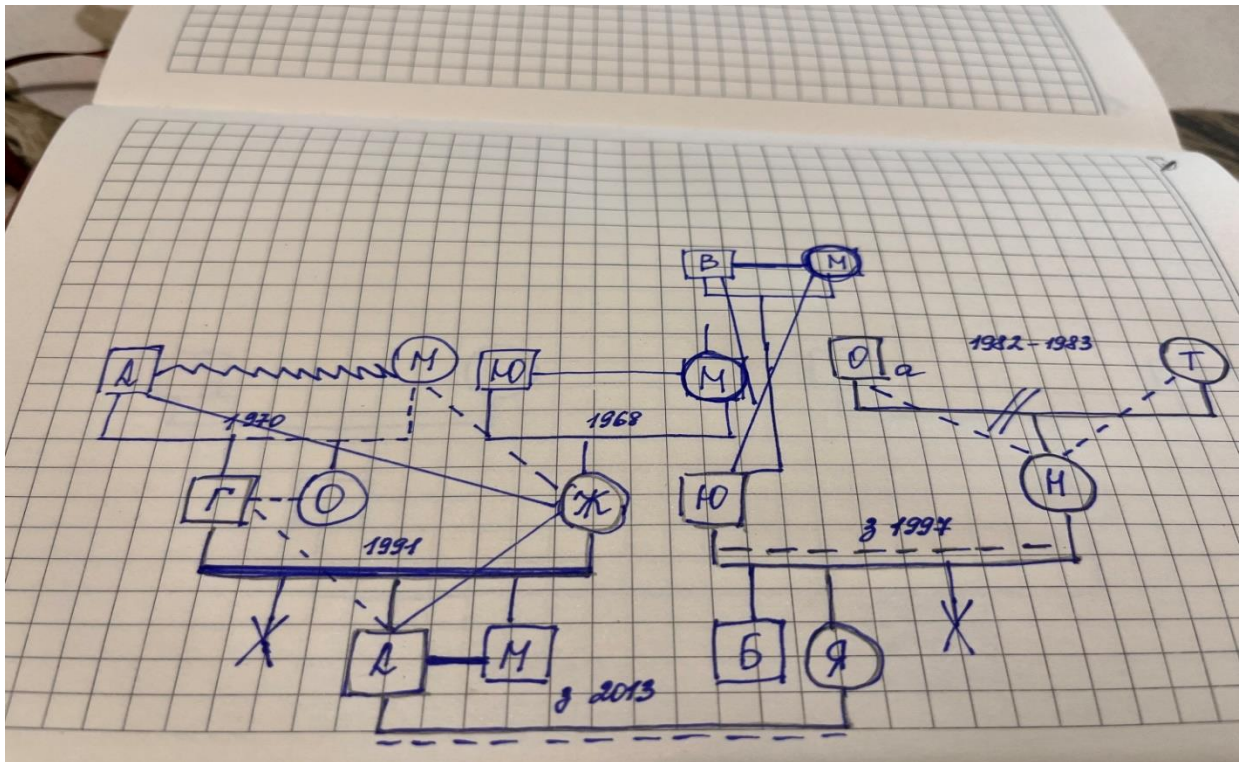


Рис. Б.1. Початковий етап будівництва геносоціограми жінки 35 років

Додаток Г

Додаткове опитування моделі наслідування

1. Чи було у вас коли -небудь бажання наслідувати поведінку вашої матері?

Якщо так, то коли, в якому віці? Якщо ні – чому?

2. Які події вашого життя схожі або співпадають з подіями у житті вашої мами, бабці, тітки, старших за вас жінок у роду?

3. Як Ви можете схарактеризувати свою маму (бабцю, тітку і т.д.) як жінку? Вона яка?

4. Які з наведених характеристик властиві Вам?

5. Чим жінки Вашого роду схожі? Що їх об'єднує?

6. Які чесноти, позитивні якості об'єднують Вас з жінками свого роду? (так само і з негативними)

7. Наскільки із 100% Ви схожі на...

Дані за результатами методик до психокорекційної роботи

№ з/п	Шкала орієнтації	Шкала цінностей	Природа людини	Потреба в пізнанні	Креативність	Автономність	Спонтанність	Саморозуміння	Аутосимпатія	Шкала контактності	Шкала гнучкості	Життєстійкість	Залученість	Контроль	Прийняття ризику	Сексуальні відносини	Особиста ідентифікація	Господарчо-побутові функції	Батьківські обов'язки	Зовнішня соціальна активність	Емоційно-терапевтична функція	Значення зовнішнього образу
1	5	5	5	3	3	7	3	3	5	5	5	58	30	39	8	3	3	3	3	3	3	3
2	10	10	15	15	15	2	3	8	10	10	10	100	47	21	19	7	3	4	4	4	4	7
3	6	6	15	8	8	3	15	15	15	10	15	62	29	51	9	9	4	6	6	7	6	9
4	15	15	9	3	3	3	3	9	10	5	10	56	54	20	18	6	6	4	7	9	3	3
5	5	5	8	9	9	8	7	15	15	15	5	61	46	38	30	7	3	3	3	3	4	4
6	10	7	7	4	4	9	4	4	5	10	15	62	47	39	8	3	6	6	7	9	6	9
7	5	8	10	10	10	8	4	7	5	5	8	100	29	38	18	9	3	7	4	7	3	3
8	10	15	9	10	10	3	8	9	15	15	15	62	54	20	30	4	4	9	9	3	6	6
9	5	8	15	15	15	10	15	15	15	10	4	100	30	21	9	9	3	3	3	7	4	9
10	15	9	15	4	4	4	4	4	4	5	7	61	47	38	8	7	6	4	9	3	7	3
11	6	10	7	9	9	10	9	8	10	10	4	99	29	39	18	3	4	9	6	4	4	7
12	5	10	8	5	5	5	7	7	15	15	15	135	46	38	8	9	7	7	3	3	3	4
13	10	10	9	8	8	15	3	3	5	5	4	62	54	38	19	4	3	3	7	9	6	3
14	10	10	7	3	3	10	15	15	15	5	6	62	29	20	9	7	6	6	6	3	4	3

15	5	15	8	10	10	4	4	9	10	10	15	61	47	21	8	6	4	7	9	6	6	7
16	15	9	5	10	10	3	2	4	5	4	4	100	30	38	18	3	3	7	3	7	9	6
17	10	10	15	15	15	15	15	15	15	15	15	59	29	51	30	9	6	3	7	4	3	3
18	5	10	9	5	5	15	15	10	15	4	10	135	54	38	9	6	3	4	4	6	7	4
19	6	15	8	9	9	4	3	3	2	4	4	99	46	20	8	7	4	9	9	3	9	7
20	15	10	15	3	3	15	9	8	15	10	15	100	47	21	18	6	3	7	3	9	4	6
21	5	9	7	8	8	8	10	4	3	4	4	61	29	39	8	3	9	3	6	6	3	3
22	6	5	5	3	3	3	7	9	15	15	15	135	54	21	19	9	7	6	7	7	9	4
23	5	10	9	10	10	4	4	3	4	4	3	62	30	20	9	4	3	9	3	3	9	3
24	8	8	7	15	15	3	8	10	15	4	2	61	29	38	8	3	9	4	9	4	6	6
25	7	9	8	8	8	9	10	15	15	10	15	99	47	21	30	7	3	3	7	9	3	3
26	5	15	9	3	3	15	3	2	4	3	7	100	30	20	18	4	3	6	9	6	9	9
27	10	10	5	15	15	15	15	9	5	4	4	61	54	38	8	3	7	9	6	3	9	3
28	5	10	15	4	4	10	8	10	15	4	9	100	46	39	8	9	3	3	9	6	9	4
29	5	15	9	7	7	15	9	3	4	4	4	62	47	51	19	4	9	4	4	3	4	3
30	9	9	10	4	4	15	2	6	4	4	8	62	30	21	30	7	3	9	7	6	9	3

Дані за результатами методик після психокорекційної роботи

№ з/п	Шкала орієнтації	Шкала цінностей	Природа людини	Потреба в пізнанні	Креативність	Автономність	Спонтанність	Саморозуміння	Аутосимпатія	Шкала контактності	Шкала гнучкості	Життєстійкість	Залученість	Контроль	Прийняття ризику	Сексуальні відносини	Особиста ідентифікація	Господарчо-побутові	Батьківські обов'язки	Зовнішня соціальна	Емоційно-терапевтична	Значення зовнішнього
1	7	15	8	5	3	3	4	4	5	5	5	61	29	47	47	7	7	7	7	7	7	7
2	8	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	47	54	54	54	4	9	6	4	3	9	9
3	3	10	9	5	7	4	10	9	9	10	10	30	30	47	47	3	3	3	3	9	9	7
4	15	15	7	15	15	15	15	15	15	15	5	54	47	30	29	8	4	7	9	4	3	3
5	9	10	5	5	8	15	15	15	15	15	15	46	46	47	54	6	7	4	6	9	7	9
6	15	15	9	15	15	15	4	5	10	10	15	47	56	46	47	9	9	9	9	6	4	3
7	8	15	15	15	15	15	15	15	15	15	10	61	54	54	47	4	3	3	3	3	9	9
8	15	10	5	5	3	4	15	15	15	15	15	54	30	30	29	3	6	9	4	3	6	4
9	4	15	9	15	15	9	3	9	10	15	15	30	29	29	29	3	3	4	6	4	7	6
10	15	15	7	15	15	15	15	15	15	15	5	61	46	46	54	6	7	6	7	7	9	9
11	9	10	5	7	8	9	15	15	15	15	10	54	30	47	54	7	9	6	7	9	4	3
12	7	15	8	15	15	15	15	15	15	15	15	46	47	30	29	9	4	7	4	3	9	4

13	15	15	9	15	15	15	3	10	10	15	15	30	56	54	47	4	3	3	3	3	6	9
14	10	10	5	15	15	15	15	15	15	10	10	54	30	46	47	8	6	7	6	6	7	6
15	8	15	15	15	15	9	10	10	10	10	5	46	30	54	54	9	7	9	9	9	4	3
16	15	10	5	8	9	4	10	10	9	5	10	47	46	47	54	6	9	4	4	3	3	3
17	10	15	9	15	15	15	15	15	15	15	10	30	47	30	29	4	3	7	7	7	6	4
18	9	10	7	9	4	4	4	15	15	15	15	54	30	46	30	7	4	4	3	3	4	9
19	15	15	15	15	15	15	15	15	15	10	5	47	56	54	46	6	7	6	6	4	9	6
20	15	15	9	15	15	8	10	10	5	5	5	61	46	47	47	4	9	9	7	6	6	7
21	10	10	6	8	9	9	10	15	15	15	15	46	47	30	54	9	6	6	9	9	9	4
22	15	15	15	15	15	15	15	10	10	15	5	54	30	47	46	6	9	7	4	3	4	9
23	9	15	7	9	8	9	10	15	15	10	10	54	47	48	30	4	3	9	9	6	7	6
24	15	15	8	15	15	9	10	9	5	5	5	30	46	54	47	8	4	6	9	7	6	7
25	15	15	9	15	15	15	15	15	15	15	15	47	30	30	30	7	7	7	6	4	3	3
26	6	10	7	7	9	9	10	10	9	10	5	46	56	46	54	8	6	4	3	7	9	9
27	15	15	8	15	15	15	15	15	15	15	15	54	30	47	54	9	7	9	6	9	4	3
28	10	15	9	8	8	10	10	10	10	15	10	30	47	46	46	7	4	6	7	4	7	6
29	15	15	7	15	15	15	15	9	5	15	10	54	46	54	30	9	9	4	7	9	6	9
30	15	15	7	15	15	15	15	15	15	15	15	46	56	47	47	8	6	6	6	6	9	7