

Міністерство освіти і науки України  
Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Кафедра психології

«ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ»

Завідувач кафедри психології

\_\_\_\_\_ Ірина ЛИСЕНКОВА

«30» травня 2023 року

УДК 316.6:316.36

## **ОСОБЛИВОСТІ І ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ СІМ'Ї**

Кваліфікаційна робота бакалавра  
за освітньо-професійною програмою «Психологія»  
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти  
галузь знань 05 – Соціальні та поведінкові науки  
спеціальність 053 «Психологія»

**Виконала:**

студентка 465 групи

**Гульченко Ганна Русланівна**

**Науковий керівник:**

Викладач

**Леоненко Марина Сергіївна**

Миколаїв – 2023



## АНОТАЦІЯ

Бакалаврська складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг бакалаврської роботи становить 77 сторінок. Робота містить п'ять таблиць, сім додатків та п'ять діаграм. Список використаних джерел складає сімдесят праць українських та зарубіжних авторів.

Об'єкт дослідження – сучасна родина.

Предмет дослідження – психологічні проблеми сучасної родини:

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні проблеми сучасної сім'ї.

Завдання дослідження:

1. Визначити сутність поняття «сучасна сім'я» та тенденції її розвитку.
2. Охарактеризувати проблеми молодих сімей.
3. Визначити шляхи вирішення сімейних проблем.
4. Створити рекомендації для покращення психологічного клімату в сім'ї.

У першому розділі розглянуто причини виникнення сімейної кризи. Конфліктні ситуації у сфері цінностей перешкоджають створенню взаємоприйнятної системи сімейних цінностей, яка була б ширшою за індивідуальні цінності, заважає сім'ї інтегруватися, а отже, виконувати свої обов'язки і загрожує дому, в якому вона існує. Це викликає напругу в сімейних стосунках, а конфлікт цінностей дезінтегрує сім'ю.

Для забезпечення психологічного комфорту та успішного функціонування сім'ї важливо розуміти, як розвиваються стосунки та взаємодії, що мають щонайменше три складові: між подружжям, між батьками та дітьми і, якщо в сім'ї двоє чи більше дітей, між братами та сестрами. Основними факторами, що визначають характер стосунків і взаємодій у всіх сімейних одиницях, є ставлення подружжя один до одного і ставлення батьків до своїх дітей.

У другому розділі проведено емпіричне дослідження стану і тенденції розвитку сучасної сім'ї в Україні. Відповідно до проведення емпіричного дослідження було зроблено такі висновки: третя частин опитаних пар має невдоволеність шлюбом або скоріше невдовеленність, ніж вдоволенність; половина пар – це присутність дисгармонії у відносинах.

За результатами роботи було винесенно, що основним способом запобіження конфлікту є побудова сімейних стосунків на взаємовідповідальності, довірі та повазі. Більшості криз можна уникнути завдяки щирому обговоренню, чітким очікуванням і відкритості до потреб і почуттів партнера. Це складний процес, але він може бути досягнутий завдяки взаємній любові, повазі та пргненню спільного щастя.

## ABSTRACT

The bachelor's thesis consists of an introduction, two chapters, conclusions, a list of used sources and appendices. The total volume of the bachelor thesis is 86 pages. The work contains five tables, seven appendices and five diagrams. The list of used sources includes seventy works by Ukrainian and foreign authors.

The object of research is a modern family.

The subject of research is the psychological problems of the modern family.

The purpose of the research is to theoretically substantiate and empirically investigate the psychological problems of the modern family.

Objectives of the study:

1. To determine the essence of the concept of "modern family" and trends in its development.
2. Describe the problems of young families.
3. Determine ways to solve family problems.
4. Create recommendations for improving the psychological climate in the family.

The first chapter examines the causes of the family crisis. Conflicting situations in the field of values prevent the creation of a mutually acceptable system of family values, which would be wider than individual values, prevent the family from integrating, and therefore, fulfill its responsibilities, and threaten the home in which it exists. This causes strain in family relationships, and a conflict of values disintegrates the family.

To ensure the psychological comfort and successful functioning of the family, it is important to understand how relationships and interactions develop, which have at least three components: between spouses, between parents and children, and, if there are two or more children in the family, between brothers and sisters. The main

factors that determine the nature of relationships and interactions in all family units are the attitude of spouses to each other and the attitude of parents to their children.

In the second chapter, an empirical study of the state and development trends of the modern family in Ukraine is carried out. According to the empirical research, the following conclusions were made: a third of the surveyed couples have dissatisfaction with their marriage or rather dissatisfaction than satisfaction; half of the couples are the presence of disharmony in the relationship.

Based on the results of the work, it was concluded that the main way to prevent conflict is to build family relationships based on mutual responsibility, trust and respect. Most crises can be avoided through honest discussion, clear expectations, and openness to your partner's needs and feelings. This is a difficult process, but it can be achieved through mutual love, respect and the pursuit of shared happiness.

Міністерство освіти і науки України  
Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Кафедра психології

Освітній рівень – бакалавр

Галузь знань: 05 – Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність: 053 «Психологія»

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Завідувач кафедри психології \_\_\_\_\_ Ірина ЛИСЕНКОВА

«01» червня 2023 року

ЗАВДАННЯ  
НА ВИКОНАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ БАКАЛАВРА

Студентці **Гульченко Ганні Русланівні**.

1. Тема роботи: «Особливості і проблеми сучасної сім'ї» затверджена наказом Чорноморського національного університету імені Петра Могили № 206 від «10» листопада 2022 року.
2. Об'єкт дослідження – сучасна сім'я.
3. Предмет дослідження – психологічні проблеми в сучасній сім'ї.
4. Завдання дослідження:
  - 1) Визначити сутність поняття «сучасна сім'я» та віднайти тенденції її розвитку.
  - 2) Охарактеризувати проблеми молодих сімей.
  - 3) Визначити шляхи вирішення сімейних проблем.
  - 4) Створити рекомендації для покращення психологічного клімату в сім'ї.
5. Науковий керівник роботи.

|   |                                   |                                     |
|---|-----------------------------------|-------------------------------------|
| ППП та посада керівника                             | Завдання видано<br>(дата, підпис) | Завдання виконано<br>(дата, підпис) |
| <b>Леоненко Марина Сергіївна</b><br><b>Викладач</b> | 21 вересня 2022 року<br>_____     | 10 травня 2023 року<br>_____        |

## 6. КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

| № з/п | Назва етапів кваліфікаційної роботи бакалавра (КРБ)                                  | Строк виконання етапів роботи |
|-------|--|-------------------------------|
| 1.    | Погодження керівником змісту КРБ.  | 10.10.2022 р.                 |
| 2.    | Пошук, добір та опрацювання літературних джерел з проблематики дослідження.          | 01.11.2022 р.                 |
| 3.    | Робота над підготовкою тексту КРБ.   |                               |
| 3.1.  | Розділ 1. Поняття сім'ї, як соціального феномену та головні функції сім'ї.           | 23.12.2022 р.                 |
| 3.2.  | Розділ 2. Емпіричне дослідження стану і тенденції розвитку сучасної сім'ї в Україні. | 01.03.2023 р.                 |
| 4.    | Висновки.  | 10.05.2023 р.                 |
| 5.    | Захист КРБ на кафедрі (попередній захист).   | 16.05.2023 р.                 |
| 6.    | Захист КРБ перед Екзаменаційною комісією.  | 21.06.2023 р.                 |

Студентка

(підпис)

\_\_\_\_\_ **Ганна ГУЛЬЧЕНКО**

Науковий керівник

(підпис)

\_\_\_\_\_ **Марина ЛЕОНЕНКО**



## ЗМІСТ

|  |    |
|--|----|
| ВСТУП .....  | 10 |
| РОЗДІЛ 1 .....   | 13 |
| ПОНЯТТЯ СІМ'Ї, ЯК СОЦІАЛЬНОГО ФЕНОМЕНУ ТА ГОЛОВНІ<br>ФУНКЦІЇ СІМ'Ї .....           | 13 |
| 1.1 Сучасна сім'я: поняття, сутність, тенденції розвитку .....                     | 13 |
| 1.2 Основні функції сім'ї в суспільстві .....                                      | 24 |
| 1.3 Психологія сімейного спілкування. ....   | 33 |
| Висновки до першого розділу .....  | 45 |
| РОЗДІЛ 2 .....   | 46 |
| ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ І ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ<br>СУЧАСНОЇ СІМ'Ї В УКРАЇНІ ..... | 46 |
| 2.1. Методи дослідження сучасної сім'ї в Україні .....                             | 46 |
| 2.2. Результати досліджень сучасної сім'ї в Україні .....                          | 53 |
| 2.3. Рекомендації щодо вирішення сімейних проблем .....                            | 61 |
| Висновок до другого розділу .....  | 78 |
| ВИСНОВОК .....   | 79 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....   | 83 |
| ДОДАТКИ .....  | 89 |

## ВСТУП

**Актуальність.** Сім'я – це одна із соціально-психологічних груп, як правило, мала, заснована на шлюбі чи кровному зв'язку. Члени сім'ї зв'язані спільністю побуту, моральною відповідальністю, взаємною допомогою. Саме це є одним із вирішальних чинників розвитку та встановлення особистості. Проблеми у сім'ї завжди привертала увагу психологів та науковців, адже сім'я – один із найважливіших інститутів і його значення для особистості важко переоцінити.

Труднощі у сімейному житті вивчаються соціологами, психологами та педагогами. Результати даних досліджень вказують на те, що існують певні чинники, які ведуть за собою сварки та труднощі у взаєминах в середині сім'ї, стосунках між дітьми та батьками. Не зважати на дані проблеми було б прикрою помилкою, яка за собою привела б сімейне життя до постійних сварок, негараздів у спільному житті або навіть розлученню.

Саме соціологи, психологи та науковці визначають загальну кризу сім'ї, яка зумовлює актуальність досліджень сімейної проблематики. Нажаль, така криза являється досить розповсюдженою. Вона виявляється у якісних та кількісних показниках. Якісними показниками, в свою чергу, виступають психологічні проблеми членів сім'ї, ослаблення виховної функції сім'ї та трансформації суспільних і сімейних цінностей. Кількісними показниками є збільшення стастичних даних в критеріях розлучень, народженості дітей та зростання кількості проблемних сімей. Пошук ресурсів для подолання несприятливих явищ та дослідження сучасної сім'ї є необхідними умовами для вирішення проблематики у подоланнях конфліктів у сімейних стосунках.

**Ступінь розробленості теми.** С.В. Дармодехін (спеціаліст в державній сімейній політиці), А.Г. Харчев (теоретик), М.С. Мацковський (методолог та методист), А.І. Антонов (народжуваність), В.А. Сисенко (стійкість шлюбу), І.С. Голод (стабільність сім'ї), В.А. Борисов (потребність в дітях), Е.В. Клопов

(життєвий цикл сім'ї), І.А. Герасимова (демографічна типологія сімей), В.Л. Ружжо (типологія сімейних груп), І.В. Бестужев-Лада (прогнозування сім'ї), Н.В. Малярова (типологія подружніх конфліктів), Т.М. Гурко (молода сім'я), В.Б. Голофаст (функції сім'ї), І.С. Кон (сексуальна поведінка), Е.М. Черняк (соціологія сім'ї) здійснили найбільш значний внесок у дослідженнях теми сім'ї.

В цьому дослідженні ми спиралися на праці таких вчених, як А.І. Антонов, Ю.А. Гаспарян та ін., в яких досліджується робота з сім'єю, методи соціальної роботи з молодими сім'ями функціональні та структурні зміни.

**Об'єкт дослідження** – сучасна родина.

**Предмет дослідження** – психологічні проблеми сучасної родини.

**Мета дослідження** – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні проблеми сучасної сім'ї.

**Завдання дослідження:**

1. Визначити сутність поняття «сучасна сім'я» та тенденції її розвитку.
2. Охарактеризувати проблеми молодих сімей.
3. Визначити шляхи вирішення сімейних проблем.
4. Створити рекомендації для покращення психологічного клімату в сім'ї.

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 опитування, тестування), методи математичної статистики.

Психодіагностичний комплекс методик склали:

1. Тест на суб'єктивну оцінку міжособистісних відносин.
2. Тест-опитувальник вдоволеності шлюбом
3. Тест «Чи розумієте ви один одного?»

Для опрацювання результатів використовувались математичні методи:

Кореляційний аналіз Спірмена.

**Теоретична значущість** даного дослідження заключається в тому, що за допомогою здійснення аналізу проблем сім'ї як мікросоціального суб'єкта культуротворчості та як окремим видом соціального інституту, стає можливою подальша теоретична розробка питань, які безпосередньо пов'язані з сучасними формами сім'ї і основними методами трансформації родинного інституту, соціальної політики сім'ї, прогностико-аналітичних досліджень родинної політики.

**Практичне значення** дослідження. Дані результатів дослідження можуть бути використані в розробці навчально-методичних посібників, в організації позашкільної і позакласної роботи з учнями та студентами, спецкурсів і спецсемінарів для закладів підготовки та підвищення кваліфікації вчителів, у роботі практичних психологів.

**Структура роботи.** Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг бакалаврської роботи становить 80 сторінок. Робота містить дев'ять таблиць, одинадцять додатків та п'ять діаграм. Список використаних джерел складає сімдесят праць українських та зарубіжних авторів.

**Апробація результатів дослідження.** Основні положення та результати роботи доповідались та обговорювались на конференціях: VIII Міжнародна науково-практична конференція «SCIENCE AND TECHNOLOGY: PROBLEMS, PROSPECTS AND INNOVATIONS» (11-13.05.2023 Осака, Японія); Всеукраїнська науково-методична конференція: Могилянські читання – 2023: Досвід та тенденції розвитку суспільства в Україні: глобальний, національний та регіональний аспекти» (Миколаїв, 2023).

## РОЗДІЛ 1

### ПОНЯТТЯ СІМ'Ї, ЯК СОЦІАЛЬНОГО ФЕНОМЕНУ ТА ГОЛОВНІ ФУНКЦІЇ СІМ'Ї

#### 1.1 Сучасна сім'я: поняття, сутність, тенденції розвитку

Сім'я – це мале психосоціальне утворення, засноване на шлюбі або кровному спорідненні, члени якої об'єднані спільністю побуту, взаємодопомогою та моральною відповідальністю. Водночас це соціальний інститут, який покриває потреби громади для відтворення населення, організації виховної роботи, здійсненні суспільного споживання, передачі культурної спадщини тощо [15].

Шлюб – це вільний, добровільний і рівноправний союз чоловіка та жінки, заснований на взаємній любові та повазі один до одного, з метою створення сім'ї та породження взаємних прав та обов'язків подружжя [10].

А. Г. Харчев розкриває поняття шлюбу як історично розвивається форму відносин між чоловіком і жінкою, за допомогою якої суспільство регулює статеве життя і встановлює права та обов'язки шлюбу і сім'ї [65].

За Семеновим, шлюб – це певна соціальна організація відносин між статями. Вона передбачає наявність певних прав та обов'язків між сторонами, що беруть участь у шлюбі.

Таким чином, шлюб – це насамперед формальне визнання взаємних зобов'язань між двома дорослими людьми. Однак не всі шлюби можна назвати сім'єю, яскравим прикладом є так званий фіктивний шлюб, який укладається жінкою та чоловіком або одним з них, без наміру створення сім'ї та набуття прав і обов'язків подружжя [21].

Шлюб – це соціальна форма взаємовідносин між чоловіком і жінкою, що історично розвивається, за допомогою якої суспільство регулює і санкціонує їхнє статеве життя, а також встановлює їхні подружні та батьківські права і обов'язки. З давніх часів моральний кодекс шлюбу існував у релігійних і

правових інституціях, через які держава і суспільство захищали його і карали тих, хто його порушував.

Коли йдеться про сім'ю та шлюб, слід мати на увазі, що вони виникли в різний час в історії і що сім'я є більш складною системою взаємовідносин, оскільки зазвичай об'єднує не тільки подружжя, але і їхніх дітей, інших родичів або просто близьких подружжю людей і тих, хто їм потрібен.

Той факт, що сім'я є об'єктом вивчення багатьох наук: соціології, психології, педагогіки, демографії, етики, історії тощо, зумовив існування досить різних визначень цього поняття.

На думку А. Г. Харчева, сім'ю можна визначити як історично конкретну систему подружніх відносин, члени якої пов'язані шлюбом або спорідненістю, спільністю побуту, емоційними зв'язками і взаємними моральними зобов'язаннями [65].

Таким чином, сімейні відносини можуть складатися як реальні союзи, незалежно від форми їх укладення, тобто фактичні (незареєстровані) та зареєстровані шлюби. На думку В. П. Шахматова, «шлюб і сім'я існують лише тоді, коли обидві сторони визнають себе чоловіком і дружиною - визнають себе членами однієї сім'ї» [67, с. 39].

Дещо по-іншому визначає сім'ю А. І. Антонов «Це заснована на інтимній сімейно-побутовій спільності спільність людей, пов'язаних шлюбом, відносинами батьків і дітей та спорідненістю, що забезпечує відтворення населення і роду з покоління в покоління, а також соціалізацію дітей і підтримку існування членів сім'ї» [1, с. 67]. Іншими словами, мова тут йде про сім'ю як про трійцю: подружню-батьківсько-споріднену, інші типи сім'ї А. І. Антонов називає «сімейними групами» [9, с.43]. Таким чином, з точки зору цього автора, головною ознакою сім'ї є наявність в ній дітей.

Оскільки сім'я є органічною єдністю, що являє собою складну систему структурних елементів і функціональних взаємодій, її неможливо вивчити або описати в якомусь одному аспекті або впливати на якусь одну ланку.

Сімейне життя – це процес, який розгортається в часі і відбувається в соціальному контексті. Сім'я є одним з найконсервативніших соціальних інститутів, який чинить опір змінам; часом здається, що хвилі соціальних змін обтікають її, як острів під час шторму.

Утвердження терміну «молода сім'я» в сучасному суспільстві забрало багато енергії та часу. Вона посідає перше місце в категорії сімей, які потребують особливої допомоги. Це поняття не є особливою категорією. Її проблеми є невід'ємною частиною спектру проблем сучасної сім'ї. Як таке, ставлення до молодих сімей визначається соціальною політикою по відношенню до інституту сім'ї в цілому [58].

«Молода сім'я – це сім'я в перші три роки шлюбу (у разі народження дітей – не обмежена тривалістю шлюбу) за умови, що один з подружжя не досяг 30-річного віку» [11, с. 73].

Таким чином, ознаками молодого сім'ї за законом є: наявність належним чином укладеного шлюбу; тривалість спільного проживання - не більше трьох років; вікова межа подружжя – від 18 до 30 років [37].

Молода сім'я відрізняється від інших типів сімей тим, що головну вісь відносин у ній визначають не родинні та батьківські стосунки, а подружні, які домінують над усіма іншими відносинами. Водночас не можна випускати з уваги особливе значення і особливу функцію сучасної молодого сім'ї в суспільстві. Це треба бачити і розуміти при визначенні її творчого потенціалу, способу життя і діяльності.

Враховуючи, що більшість молоді – це студенти, розглянемо студентську сім'ю в структурі молодого сім'ї більш детально. За статистикою, сім дівчат і шість хлопців з десяти молодих людей, які навчаються в університетах і коледжах, одружуються під час навчання [7]. Загалом студентські шлюби – це союзи людей зі схожими дошлюбними соціокультурними характеристиками. Це дає можливість прогнозувати вищу ймовірність успішних шлюбів у цій соціальній групі. Такі сім'ї мають певні особливості та проблеми. Сім'я є унікальним мікросередовищем для

студентів, де задовольняються такі важливі потреби, як любов, відпочинок, інтелектуальний обмін та психологічний комфорт.

Ще десять-п'ятнадцять років тому студентські сім'ї вважалися звичним явищем через низку причин: соціальний захист дітей, самих молодих батьків, пільгове забезпечення житлом, безкоштовне навчання, підвищені стипендії, скромна плата за гуртожиток, тобто держава стимулювала створення студентських сімей [7].

Наразі спостерігається середній відсоток студентських сімей, що пов'язано зі зміною соціально-економічного становища країни, зниженням рівня життя населення, появою платної освіти та нестачею коштів на реалізацію державної сімейної політики.

Демографічна криза простежується на прикладі молодих сімей: зменшення кількості шлюбів, збільшення кількості розлучень, зростання кількості одиноких матерів, дітей, народжених поза шлюбом, збільшення кількості матерів-підлітків. Молоді сім'ї є однією з найбільш вразливих груп населення. Високий відсоток молодих шлюбів є наслідком вагітності або навіть народження дитини. Молодь має викривлене уявлення про шлюб та сім'ю. Кожна четверта молода людина готова до вільних стосунків без шлюбу, але засуджує вільне статеве життя. Серед цінностей, набутих у житті, молодь на перше місце ставить сімейні стосунки, реалізацію кохання, інтимне життя та народження дітей, оскільки, як уже зазначалося, сім'я задовольняє потребу суспільства у відтворенні населення.

Громадська думка стверджує, що шлюб не може вважатися повноцінним без дітей. Однак існує стійка думка, що в сьогоденнішніх реаліях прийнятною є сім'я з однією дитиною, або, щонайбільше, з двома дітьми.

Змінилася духовно-моральна орієнтація молоді на освіту та престижну роботу, а вік вступу в шлюб відсунувся на задній план. Зміни в культурі гендерних відносин також суттєво вплинули на цей процес: особисте щастя, задоволеність сім'єю та інтимними стосунками стають пріоритетами в житті



молодих людей. Зростає увага до емоційної сфери людини, її почуттів, емоцій та бажань.

Нестабільність студентських сімей не є такою очевидною, як, наприклад, асоціальна поведінка, але вона є не менш небезпечною і руйнівною, оскільки призводить до розбитих надій і відмови від дітей.

У сучасному суспільстві існує досить стійке уявлення про переважання сімейного призначення для кожної людини, а під сім'єю розуміється сім'я з дітьми. У більшості випадків діти народжуються в перший рік шлюбу; пари зазвичай починають користуватися методами планування сім'ї після народження дитини. Лише половина всіх сімей народжує другу дитину протягом перших п'яти років шлюбу [45].

Становлення сім'ї починається з вироблення спільного способу життя, взаємної адаптації подружжя, зближення смаків тощо. Розглянемо детальніше період становлення молодої сім'ї, оскільки саме він розкриває і визначає основні труднощі та проблеми сім'ї. Саме в цей час молода сім'я потребує певної підтримки ззовні і тому стає об'єктом соціальної роботи [65].

Часто зближення смаків та оцінок майбутнього подружжя відбувається ще до укладення шлюбу. Молода людина намагається зрозуміти, прийняти і полюбити все те, що їй дорого. На початку спільного життя чітко простежується прагнення подружжя до більшої духовної близькості, емпатії, бажання жити на благо іншого. З часом партнери починають проявляти себе по-різному, іноді не тільки несподівано, але навіть небажано. І виникають перші сварки, перші конфлікти, перші образи.

Численні дослідження соціологів, психологів і педагогів показали, що стабільну сім'ю можна створити, якщо молодь буде підготовлена до сімейного життя. На думку О. Н. Сізанова, поняття «підготовка до сімейного життя» включає в себе соціально-моральну, мотиваційну, психологічну та освітню підготовку [17, с.34].

Соціально-моральна підготовка до сімейного життя передбачає громадянську зрілість (вік, середню освіту, професію, рівень моральної

свідомості), економічну самостійність і здоров'я. Починати сімейне життя можна з 18 років, але найсприятливіший вік для вступу в шлюб з медичної точки зору - 20-22 роки для дівчат і 23-28 років для хлопців (при цьому враховується той факт, що чоловіки досягають повної фізичної зрілості пізніше, ніж жінки). При вивченні успішних і неуспішних шлюбів (успішним вважається шлюб, в якому партнери задоволені своїми стосунками і вважають свій шлюб міцним) було виявлено, що лише 43% жінок у першій групі вийшли заміж до 21 року, тоді як у другій групі - 69% [22].

Рівень моральної свідомості молоді є однією з найважливіших умов готовності до створення сім'ї. Він залежить від розуміння молодими людьми соціальної значущості сім'ї, серйозного ставлення до шлюбу, виваженого вибору партнера, почуття відповідальності за сім'ю, яку вони створюють, глибокої поваги до майбутнього чоловіка/дружини, представників старшого покоління та інших членів сім'ї.

Готовність до створення сім'ї та благополуччя сім'ї значною мірою залежать від стану здоров'я молодих людей, які вступають у шлюб. Здоровий спосіб життя сприяє розвитку духовної культури людини, зміцненню стосунків у сім'ї, підтримці дружніх і моральних відносин з оточуючими та полегшує подолання психоемоційних труднощів і стресових ситуацій, які іноді виникають у сімейному житті.

Молодим людям, які готуються створити сім'ю, не маючи міцного матеріального фундаменту, зазвичай доводиться вислуховувати чимало цілком справедливих застережень. Однак існує набагато більше вагомих причин для створення такої сім'ї, ніж ті, хто вважає, що молодята повинні бути фінансово забезпеченими. Взагалі, тривале залицяння призводить до занепаду любовних стосунків [6].

Статистика свідчить, що понад 80% жінок і близько 70% чоловіків одружуються у віці до 25 років [18]. Мотиваційна підготовка до сімейного життя включає в себе любов як основний мотив створення сім'ї, почуття відповідальності за створювану сім'ю, підготовку до самостійності,

підготовку до народження і виховання дітей. За даними соціологів, у більшості випадків сім'ї створюються по любові - близько 70-75% без сильних почуттів серцевого потягу, 15-20% молодят створили сім'ю з міркувань, і близько 5-10% з матеріальних причин [6].

Психологічна підготовка до створення сім'ї - це наявність добре розвинених навичок спілкування з людьми, єдиних або схожих поглядів на світ і сімейне життя, вміння створювати здорову матеріальну і психологічну атмосферу в сім'ї, стійкий характер і почуття, добре розвинені волевільні якості особистості. Сімейна атмосфера в батьківському домі багато в чому визначає долю майбутньої сім'ї, чи буде вона процвітати або, навпаки, зіткнеться з проблемами і труднощами.

Тому стабільна, щаслива сім'я може функціонувати лише за умови підготовки молодих людей до спільного сімейного життя.

Соціальна робота серед молоді має великий вплив на формування молодих сімей. Вона розглядається як забезпечення найбільш сприятливих соціально-економічних умов для розвитку кожної молодої людини, що сприяє соціальному становленню особистості, набуттю нею різноманітних свобод і повноцінній участі особистості в житті суспільства.

Сім'я є найважливішим середовищем формування особистості і найважливішим інститутом виховання «У сім'ї людина отримує все - і хороше, і погане» і «всі ми родом з дитинства» [24, с. 42].

Сім'я – це маленький мініатюрний колектив, це наш дім, ми в ньому, це середовище, в якому нас завжди чекають, в якому нас по-справжньому люблять, в якому ми отримуємо підтримку і співчуття. Саме в сім'ї ми робимо перші кроки в житті, крок за кроком прямуємо до невідомого майбутнього, зустрічаємося з добром і злом, переживаємо злети і падіння та плачемо від радості, такі моменти трапляються на шляху кожного і в кожній родині часто переплітаються білі і чорні нитки повсякденного життя. Тож кожна молода людина, переступаючи через гори, радіючи світлим ранкам, створює власну сім'ю, дбаючи про добрі та щирі родинні стосунки.

Сімейні стосунки, їхня гармонія та щирість значною мірою залежать від типу сім'ї. Сьогодні сучасні сім'ї можна класифікувати за різними параметрами, але варто зазначити, що в науковій літературі на цю тему немає повної єдності.

У психології молоді сім'ю класифікують за її складом. Дослідники, які вивчали це питання, класифікують їх як інтактні сім'ї (сім'ї, в яких живуть і батьки, і діти). У такій сім'ї панує затишна атмосфера, сімейне вогнище, де обоє батьків беруть участь у вихованні дитини і де дитина відчуває ніжну ласку матері, теплу руку і сильне плече батька. У такій сім'ї дитина відчуває себе захищеною і не обділеною батьківською чи материнською любов'ю та підтримкою, якщо це турботлива і благополучна сім'я.

Існують також неповні сім'ї, які характеризуються наявністю одного з батьків і дітей в будинку, або бабусь, дідусів і онуків. У таких сім'ях дитина, як правило, відчуває відсутність одного з батьків. Дуже часто така дитина може дратуватися, у неї може розвинутися комплекс неповноцінності, тому що вона зазвичай чує неприємні зауваження або вирази від інших, а оточуючі можуть «навішувати ярлики» на відсутнього батька або матір. Дуже часто можна почути: «Ти такий, як твій батько або як твоя мама». І це може спричинити емоційний біль у житті дитини.

Нуклеарна сім'я (складається з двох поколінь - батьків і дітей) У багатопоколінній сім'ї легко виявити суперечливі або невизначені інтереси та перспективи між теперішнім і минулим. Сім'ї, де виникають такі розбіжності, часто страждають від систематичних непорозумінь, які іноді можуть призвести до більш складних для вирішення конфліктів [33].

Складні сім'ї (що складаються з трьох і більше поколінь і, можливо, інших родичів); повторно одружені сім'ї (де один або обидва з подружжя вступають у повторний шлюб).

Варто зазначити, що сім'ї класифікуються за кількістю дітей у родині.

Деякі з них є бездітними сім'ями. Сім'ї без дітей часто страждають і переживають це явище, оскільки кожна людина, створюючи сім'ю, планує

майбутнє, намагаючись відтворити і продукувати свій рід, що дає велике натхнення і любов до життя. У сім'ї без дітей двоє молодих людей зазвичай втрачають сенс життя і іноді звинувачують один одного в цьому питанні, що дуже часто призводить до суперечок і, відповідно, конфліктів. І як це часто буває, пара не бачить подальшого спільного життя і розлучається, а сім'я розпадається.

Одnodітні сім'ї. В одnodітній сім'ї батьки зазвичай дають дитині всю ласку, любов і тепло, яких вона потребує, задовольняють всі її інтереси та потреби і часто виконують за неї певні завдання, які вона може зробити самостійно. Часто батьки хвалять свою дитину і кажуть їй, що вона найкраща з усіх. Як наслідок, у дитини розвивається висока самооцінка і вона може бути зневажливою, байдужою, а іноді й егоїстичною по відношенню до інших.

Неповні сім'ї (з двома дітьми). Психологи стверджують, що в сім'ях з двома дітьми у дітей розвивається любов один до одного. Діти допомагають один одному, діляться один з одним і підтримують один одного. Виховавши такі стосунки в сім'ї, вони поширюють свою чесність і підтримку на інших.

Багатодітні сім'ї (з трьома і більше дітьми) Сім'ї з трьома і більше дітьми часто називають згуртованими сім'ями через тісні зв'язки і підтримку, які існують між членами сім'ї. Однак дуже часто в сім'ї з трьома і більше дітьми батьки не надають їм особливого значення, вважаючи, що наявність старшого брата (сестри) допоможе молодшим дітям. Буває й так, що батьки, виховуючи своїх дітей, скаржаться, що вони різні: один добрий, інший - проблемний, а третій – спокійний і врівноважений. При цьому мама чи тато кажуть, що їх усіх виховують однаково, не беручи до уваги, що роблять помилки, забуваючи, що кожна дитина є індивідуальною, неповторною особистістю і що до кожної дитини потрібен окремий підхід, щоби правильно її виховати.

Класифікація сімей за віком подружжя має науковий і практичний сенс. Перший рік існування сім'ї характерний для молодят; вік обох з подружжя до 28 років – для молодих сімей; приблизно до 50 років – для сімей середнього віку; понад 50 років – для старших сімей.

За географічною ознакою виділяють міські та сільські сім'ї.

Студентські сім'ї можна виокремити за їхніми особливостями та умовами проживання. Дуже часто двох молодих людей, які ще навчаються, називають студентами, а сім'ю, яку вони створюють – студентською.

Часто жоден з них не має достатнього джерела доходу, щоб підтримувати сімейний бюджет. Часто таких молодих людей підтримують їхні батьки. І дуже часто їм може не вистачати грошей або вони можуть мати проблеми з житлом. Під час навчання молоді люди рідко зустрічаються, рідко прислухаються один до одного, рідко допомагають і підтримують один одного у скрутну хвилину. І, як правило, такі необдумані моменти і несподівані подарунки сімейного життя можуть призвести до неочікуваних результатів.

Існують сім'ї військових; сім'ї біженців; сім'ї в цивільному шлюбі (їх ще називають нелегальними, тобто офіційно не зареєстрованими); пробні шлюби – експериментальна і проблемна форма нелегальної сім'ї, але яка, судячи з практики інших країн, з часом стає звичайною і звичною; сюди ж можна віднести і дистантну сім'ю (члени якої живуть окремо через певні побутові умови).

З метою аналізу психологічного клімату сім'ї також класифікуються за різними критеріями. За ознакою узгодженості зусиль подружжя класифікують як колективістські сім'ї, в яких партнери вважають успіх у роботі, навчанні та самоствердженні однаково необхідними і можуть при необхідності пожертвувати власними інтересами заради партнерства [16].

Традиційні сім'ї, в яких інтереси чоловіка як голови сім'ї вважаються пріоритетними.

Індивідуалістичні сім'ї, де кожен з подружжя переймається насамперед власною кар'єрою та успіхом у бізнесі.

Залежно від типу лідерства або головування в сім'ї можна виділити авторитарні сім'ї, в яких один з подружжя явно лідирує і демонструє свій авторитет, а другий з подружжя в більшості випадків погоджується з цією позицією; егалітарні або оксамитові сім'ї, в яких існує досить рівний розподіл

сфер лідерства і немає явної боротьби за владу; і сім'ї з невизначеними сферами лідерства, в яких спостерігається конфлікт.

Для соціальної та психотерапевтичної роботи з сім'ями важливу роль відіграє класифікація за параметрами стану, відомого як психічне здоров'я сім'ї. До них відносять здорові сім'ї, невротичні сім'ї, в яких є постійні конфлікти на один і той же предмет, застарілі невирішені проблеми взаємин, незадоволеність члена сім'ї репутацією своєї сім'ї, загальна атмосфера напруженості, і вітемогенні сім'ї, в яких є тенденція до того, що один з членів сім'ї виступає в ролі цапа-відбувайла, експлуатуючи слабкі сторони членів сім'ї, в яких немає надійного захисту для кожного з них.

У деяких роботах, переважно психотерапевтичних, сім'ї поділяються на два типи: нормально функціонуюча сім'я, в якій більш-менш нормально забезпечуються всі сімейні функції; і неблагополучна сім'я, в якій певні функції виконуються незадовільно, що призводить до проблем у сімейних стосунках.

Існують і більш художні класифікації, наприклад, письменниця Т. Афанасьева поділяє сім'ю на такі категорії [3].

- «Дім – фортеця», в якій повсякденний побут налагоджений і між членами сім'ї існують теплі, здорові стосунки.

- «Дім – служба», де немає реальної близькості між подружжям, а ілюзія гармонії і повсякденного життя підтримується за рахунок почуття відповідальності.

- «Дім – готель», де немає міцних подружніх стосунків, де сім'я існує формально, а основні інтереси подружжя лежать поза домом.

Описавши категоріальні ознаки сімейних стосунків, варто зазначити, що кожен пункт цієї класифікації відіграє важливу роль у сучасних сімейних стосунках і впливає на взаєморозуміння та підтримку подружжя, їхнє ставлення один до одного.

Слід також зазначити, що любов до сім'ї є найчастішою і найсильнішою з усіх благородних людських емоцій і що вона має надзвичайно благотворний вплив на життя кожного з нас [16].

## 1.2 Основні функції сім'ї в суспільстві.

Основні функції сімейного життя безпосередньо пов'язані із задоволенням певних потреб її членів. У сучасній соціальній психології співіснує багато варіантів функціональних характеристик сім'ї, при цьому важливу роль відіграють різні чинники: етап сімейного життя, кількість дітей, рівень добробуту сім'ї, місце проживання, характер професійної діяльності подружжя тощо. Звичайна сім'я характеризується певною кількістю важливих функцій, виключення яких позбавляє існування сім'ї сенсу. Більше того, не існує єдиної класифікації, яку можна було б застосувати до всього життєвого циклу сім'ї, оскільки функції сім'ї з часом змінюються: деякі з них зникають, деякі пристосовуються до нових соціальних умов, а деякі стають допоміжними функціями [37].

Водночас, протягом усього життєвого циклу зрілої сім'ї деякі функції зберігаються в тій чи іншій формі, як актуальні або потенційні. Найважливішими з них є такі: виховання, ведення домашнього господарства, інтелектуальний обмін і психологічний комфорт, сексуальні стосунки і продовження роду. Ці функції різняться за обсягом і змістом, але вони становлять цілісну психосоціальну систему, в якій реалізація будь-якого з цих елементів тісно пов'язана з якісними параметрами інших. Розглянемо кожен з них.

Виховна функція сім'ї – це формування особистості дитини, систематичний виховний вплив сімейного колективу на кожного його члена протягом усього життя, а також постійний психолого-педагогічний вплив батьків та інших дорослих членів сім'ї на дитину. Він здійснюється через такі психологічні механізми, як вимоги, очікування, порівняння, досягнення,



взаємовпливи та задоволеність власною роллю. Сім'ї мають більш жорстку рольову структуру, ніж більшість малих груп. Хоче член сім'ї (чоловік, дружина, дитина чи батько) чи ні, але від нього очікується певна поведінка (наприклад, виконання ролі батька - чоловіка, лідера; сина - розумної людини; дружини – домогосподарки і т.д.). Те, як виконується ця роль, є основою для оцінки інших, що може призвести до їхнього осуду, якщо вони побачать, що реальність не відповідає їхнім очікуванням. У свою чергу, в малій соціальній групі визначаються і постійно уточнюються «верхні» і «нижні» межі рольових очікувань. Таким чином, у певних межах поведінка батьків і дітей у сім'ї («виконання ролей») вважається соціально прийнятною. Виконуючи виховну функцію, сім'я забезпечує соціалізацію не лише молодого покоління, а й старшого, особливо в умовах реформування всіх сфер сучасного суспільного життя [15].

Функція економічних та сімейних відносин полягає у суспільному відтворенні засобів до існування, веденні власного домогосподарства, формуванні власного бюджету та організації споживчої діяльності для задоволення різноманітних потреб людини. У цьому процесі формуються і внутрішньосімейні відносини, зміст яких переважно визначається видом економічної діяльності («домашня» сфера): організація харчування в сім'ї; придбання та утримання домашнього майна, одягу, взуття; благоустрій домашнього середовища і створення комфорту; організація сімейного побуту і домашніх справ; формування і витрачання сімейного бюджету.

В силу доцільності, необхідності вирішення нагальних проблем або схильності до цих проблем кожен член сім'ї виконує певну соціальну роль. «Заробітчанин», «кухар», «виконавець», «майстер на всі руки», «споживач», «ініціатор» тощо. Розподіл ролей у цьому процесі є звичним для будь-якого домогосподарства, і з часом відбуваються певні зміни: окремі члени сім'ї (чоловік або дружина, дорослі діти, які надмірно зайняті професійною діяльністю або з інших причин) стають значно менш залученими до ведення домашнього господарства. Таким чином, протягом тривалого періоду часу (від

періоду молоді сім'ї до етапу зрілості) розвивається поляризація сімейних відносин – часткова автономія чоловіка (дружини) над іншими членами сім'ї. Сім'я також організовує побутове обслуговування людей, підтримуючи житло, предмети домашнього вжитку, одяг, взуття, різні побутові прилади та інструменти в певному стані. Вона створює умови для відпочинку і сну, для відновлення сил і духу. А спільне приймання їжі як форма спілкування відновлює і зміцнює емоційні та інтелектуальні зв'язки (спільні погляди, думки, судження, емоції, стани буття тощо), організація спільної діяльності з ведення побуту і житла сприяє зближенню інтересів, прагнень, цілей, одним словом, розвиває мотиваційну і волюву складові кожної людини і створює необхідні передумови для згуртованості сім'ї. За таких умов вдається краще зрозуміти можливі зони конфліктності у стосунках і знайти більш зручні форми відходу від них [40].

Вирішення проблем заробляння та витрачання грошей, поповнення сімейного бюджету, матеріального становища вимагає певного терпіння, зусиль та взаєморозуміння з боку подружжя, особливо в часи реформування національної економіки. Саме цей аспект сімейного життя часто деформує стосунки, думки та установки, особливо серед молодого подружжя з освітою та кар'єрою. Дослідження цього питання в молодих сім'ях підтверджують той факт, що чоловік відіграє провідну роль у формуванні сімейного бюджету, оскільки лише до 45% молодих дружин, які проживають у містах, мають можливість робити внесок у сімейний бюджет, а в невеликих населених пунктах – лише 25%. Ці низькі показники ще більше знижуються неможливістю дружини знайти роботу за фахом, очікуванням дитини, проблемою оформлення дитини в ясла, відсутністю власного житла тощо. Однак у сучасних домогосподарствах, особливо в міських, спостерігається й інша тенденція – дружина бере на себе провідну роль у формуванні бюджету домогосподарства відносно можливостей голови домогосподарства. Кількість таких випадків за останні роки зросла в кілька разів, до кожної восьмої нуклеарної сім'ї. Виникаючі комплекси «залежності», «неповноцінності» та

інші наслідки травми негативно впливають на розвиток стосунків між подружжям та оточенням. У таких ситуаціях від подружжя потрібні адекватні навички, стриманість, терпляче спілкування та усвідомлення «крихких кордонів» близької людини. Таким чином, найсуттєвіша функція господарсько-сімейних відносин передбачає ретельне вивчення подружжям усіх сфер сімейних справ, забезпечення суб'єктом сприятливих і конфліктних умов для кожної своєї дії з урахуванням акцентуації характеру особистості [52].

Функція інтелектуальної комунікації є найбільш проблемною через брак духовної близькості, емоційного контакту, спільних життєвих поглядів та цінностей між подружжям через брак часу та темп сучасного життя. Основна мета функції інтелектуальної комунікації – забезпечити взаєморозуміння, яке є найміцнішим фундаментом сім'ї. Характерною рисою багатьох сімей є те, що протягом певного періоду часу їхні члени або зовсім не спілкуються, або спілкуються дуже мало, або спілкуються вибірково (частіше між подружжям або між подружжям і дітьми). Там, де перші дві функції посилені в усіченому вигляді, але все ще присутні в сім'ї, і через їхню присутність функція спілкування є особливо крихкою. Велике значення для сучасної сім'ї має багатство інформації та емоцій, що передаються; розуміння особливого значення жестів, пауз, стриманості або інтенсивності мови; творче відкриття і пошук компромісних рішень і дій; плинність, що руйнує стереотипи «відчуження» і забезпечує безперервність сімейного взаєморозуміння; сильна і стійка тенденція до вироблення загальних поглядів, суджень, установок і оцінок, а також до усвідомлення залучення членів сім'ї до участі в мотивації в тому чи іншому питанні [33].

На розвиток інтелектуального спілкування в сім'ї значною мірою впливає рівень освіти подружжя і потреба в постійному самовдосконаленні, в тому числі в галузі музики, культури, мистецтва, літератури, педагогіки, психології, техніки тощо. Це відбувається з часом: у міру появи нового життєвого досвіду батьки методично передають свої численні і різноманітні

знання і навички дітям. У деяких сім'ях, наприклад, утворилася своєрідна школа-студія: шахів, авіамоделювання, суднобудування, автомобілебудування, радіотехніки, народної творчості тощо. Тому не випадково нащадки багатьох родин митців, науковців, музикантів, моряків і військових успадкували традиції своїх предків. Все це становить важливу основу для формування сучасної сім'ї та її духовного потенціалу. Однак до 70% сільських російських сімей вважають, що вони мали значно менше можливостей для культурного зростання, ніж міські сім'ї. З цієї та низки інших причин деякі сім'ї, особливо молоді, переживши місцеві труднощі і роз'їдаючий вплив найгірших сторін соціальної перебудови, не змогли піднятися над пороками особистої психології або подружніх стосунків. Як наслідок, функція інтелектуальної комунікації залишається для них нереалізованою. За таких обставин проблема є виправданою «Чи може бути стабільною мала соціальна група, якщо її частина є дисфункціональною?» Висновок нашої роботи на думку, що зміцнення сім'ї означає забезпечення її позитивної функції в будь-якій ситуації, а також навчання людей культурі взаємовідносин, розвиток їхніх ментальних стратегій, духовності та людяності [15].

Функції інтелектуального спілкування притаманний принцип людяності – формування і прояв ставлення до інших так само, як і до себе, включаючи взаємну щедрість і доброту, повагу і точність. Це одна з умов сприятливого соціально-психологічного клімату в родині. Кожен член сім'ї потребує комфорту, довірливих стосунків, відчуття захищеності та спокою. Але найбільше людина потребує, щоб її розуміли, а повне взаєморозуміння виражається у взаємній готовності і здатності співпереживати і співчувати, бачити емоції один одного; розуміти, що подобається і не подобається дружині чи чоловікові, чого він хоче і чого не хоче. Таке взаєморозуміння неможливе без особливої психологічної близькості між подружжям, яка з часом змінюється і стає міцним фундаментом для довголіття шлюбу і сім'ї.

Велике значення для зміцнення зв'язків у сім'ї має функція психологічного розвантаження: наявність психологічних моделей психологічного розвантаження в сім'ї, емоційно-психологічна підтримка між подружжям, можливість урізноманітнити дозвілля, загальний переважаючий емоційний стан і загальна інтерактивність сім'ї.

Окрім звичайних фізичних навантажень, яких зазнає кожен член сім'ї у своїй сфері діяльності, що прямо чи опосередковано впливає на сім'ю, існують різні нервово-психічні чинники, які можуть завдавати так званих невидимих ударів по сім'ї. Людина не може перебувати в тривалому напруженні та психічному стресі і, природно, потребує психологічного розвантаження в надії знизити рівень переживань до емоційного фону. У цьому випадку сама сім'я відіграє величезну роль, але з однією умовою – очікуванням бажання зустрітися з нею. Причому ні житло, ні меблі, ні інші атрибути сім'ї самі по собі не можуть створити умови для такого психологічного розвантаження, як безпосереднє (або хоча б опосередковане) спілкування з членами сім'ї [40].

На думку дослідників Мічиганського університету, наприклад, дозвілля як «життя поза роботою» є одним з головних чинників загального благополуччя людини. Вони вважають, що спільне дозвілля пов'язане зі щасливим шлюбом (особливо на початку шлюбу і після того, як діти вирости і покинули дім). Водночас, сьогодні переважна більшість сімей, зайнятих суспільно корисною працею в різних сферах або приватним виробництвом, торгівлею і вимушених займатися кількома видами діяльності одночасно, не надають особливого значення збільшенню робочого часу дорослих членів сім'ї. Вони вважають, що спільне дозвілля має важливу роль у забезпеченні благополуччя сім'ї. Для них стає очевидною проблематична роль дозвілля в профілактиці психічних розладів, і все більшого значення набувають різні компенсаторні заходи, що вживаються для підтримки їхнього здоров'я і психічного здоров'я їхніх родин [36].

Неоціненною є роль вільного часу кожної людини у підвищенні ефективності обраної нею діяльності. З огляду на те, що цінність праці

виростає з життєвого досвіду дозвілля, а не навпаки, турбота про підвищення рівня працездатності людини не може бути вищою або важливішою за турботу про її дозвілля та дозвілля членів її сім'ї. Ці та інші обставини роблять особливо важливою роль функцій психологічної підтримки в соціальній роботі з сім'єю та зусиль самої сім'ї щодо організації дозвілля.

Функції народжуваності та сексуальних стосунків – сексуальні потреби, які в кінцевому підсумку забезпечують цілісність продовження роду, і любов як найвище почуття – практично неможливо розділити. Однак, з точки зору таких галузей, як психологія чи психофізіологія, кожна з них має свої позитивні аспекти для шлюбу. Важливою цінністю для молодих людей, які вступають у шлюб, є їхня орієнтація на сексуальні стосунки; сам шлюб - це передусім засіб досягнення об'єкта сексуального потягу. Пізніше цей потяг переростає в подружнє кохання.

Любов – це сильне, інтенсивне і відносно стійке почуття суб'єкта, фізіологічно обумовлене статевою потребою, виражене як соціально сформоване прагнення бути представленим своїми особистісно значущими характеристиками в житті іншої людини, пробуджуючи тим самим в ній потребу у взаємних почуттях такої ж інтенсивності, сили і стійкості.

Подружня любов є найвищим почуттям, притаманним сім'ї, а її зміст і структуру вдало розкрив російський філософ В. С. Соловйов. Він говорив, що в сім'ї існує три види любові: висхідна, спадна і рівна. Висхідна любов - це любов дітей до батьків, яка більше віддає, ніж бере; спадна любов - це любов батьків, яка більше дає, ніж бере; а рівна любов - це любов дорослих у шлюбі, яка дає і бере в рівній мірі. Людська любов, за своєю природою, прагне до балансу «давати» і «отримувати», навіть якщо вона не є зразковою і нестабільною. Це прагнення, поєднане з насолодою від прихильності, є сутністю любові, її природною психологічною субстанцією [51].

Кохання та шлюб – це велика таємниця, до якої психологи тільки-но доторкнулися. У психологічній практиці один з механізмів «сили тяжіння» описується так: у розмовах з подружніми парами, які приходять на прийом,

психологи часто думають про те, що якби якимось дивом вдалося поєднати особистості чоловіка і дружини в одній людині, то ця нова людина була б майже ідеальною. У такій парі чоловік і дружина з дивовижною точністю вибирають собі в супутники життя людину з характеристиками, яких їм самим не вистачає для того, щоб стати повноцінними. Основна мета шлюбу - завершити себе як людину і набути нових психологічних якостей.

В умовах дуальної системи, яка приходить на зміну патріархату (примат батька), чоловіки більш схильні до браку психологічних якостей. Подружня любов значною мірою залежить від характеру задоволення сексуальної потреби, специфіки її регуляції, а також від ставлення подружжя до питання продовження роду і самої дитини. Питання продовження роду є надзвичайно важливим у будь-якій сім'ї. У сучасному контексті воно пов'язане з часто невирішеним конфліктом. Наприклад, з одного боку, діти – це фактор стабільності в сім'ї, а з іншого – неминуча маса проблем: від неприйнятних умов безпеки життєдіяльності дітей до давно сформованих ненормальних стосунків подружжя.

Реальна допомога чоловіка дружині до і після пологів настільки фрагментарна, що серйозно впливає на стосунки між подружжям, часто з часом. За даними опитування, від 34% до 72% чоловіків у різних регіонах в особі голови домогосподарства - важка професія (дистантна сім'я) – не змогли супроводжувати дружину до пологового будинку, а потім забрати її з дитиною. Понад 40% чоловіків, які мають двох і більше дітей, взагалі не були залучені до цієї процедури. З них 24% вперше побачили їх через два місяці і більше після народження дитини [48].

Порівняння даних за останні 20 років дослідження показує тенденцію до зниження рівня народжуваності майже для всіх сімей. Якщо у 1980-х роках середня (умовно) міська сім'я в центральній Росії мала 2,5 дитини на подружню пару, на рівні зміни поколінь, то зараз цей показник становить менше двох дітей, і лише 3% опитаних сімей висловили бажання мати більше двох дітей. Дослідження, проведені серед молодих сімей, підтверджують цю

тенденцію: лише 60% опитаних чоловіків були налаштовані на народження однієї-двох дітей у родині. Більше того, для третини з них верхня межа цих установок не була підтверджена їхніми супутницями життя. Зниження народжуваності та відомий егоїстичний симптом наявності однієї дитини в сім'ї створюють нові проблеми для сім'ї та суспільства і свідчать про зниження значущості сексуальних стосунків та репродуктивної функції [18].

Ряд авторів (А. І. Антонов, В. М. Медков, Г. Навайтіс, А. Г. Харчев) розрізняють специфічні та несоціальні функції сім'ї. До специфічних функцій сім'ї належать: продовження роду (репродуктивна функція), народження дітей (функція виживання) та їх виховання (функція соціалізації). Неспецифічні функції сім'ї пов'язані з накопиченням і передачею власності, статусу, організацією виробництва і споживання, відпочинку і дозвілля, турботою про здоров'я і благополуччя членів сім'ї та створенням мікроклімату, який допомагає зняти напругу і захистити себе. Всі ці функції відображають історичний характер взаємовідносин між сім'єю і суспільством, розкриваючи історично мінливу картину того, як народжуються, утримуються і виховуються діти в сім'ї [31].

Що стосується країн Європи та США, то тут можна з упевненістю сказати, що традиційна сім'я відійшла в минуле. Американська сім'я зазнала впливу настільки потужних і стійких сил, що відродження традиційної сім'ї неможливо було передбачити. Історія американської сім'ї супроводжувалася поступовою втратою її функцій. Сучасні тенденції свідчать про те, що монополія американської сім'ї на регулювання інтимних стосунків між дорослими, дітонародження та догляд за маленькими дітьми збережеться і в майбутньому. Однак навіть ці відносно стабільні функції схильні до часткової дезінтеграції. Репродуктивні функції, притаманні сім'ї, виконуватимуться також незаміжніми жінками. Функції соціалізації, які виконувала сім'я, будуть більшою мірою розподілені між сім'єю та сторонніми особами (вихователями дитячих груп, центрами догляду за дітьми). Доброзичливе середовище та емоційну підтримку можна буде знайти не лише в сім'ї.



Таким чином, сім'я займе своє місце серед інших соціальних структур, які регулюють відтворення, соціалізацію та регулювання інтимних стосунків. У міру того, як руйнування сімейної функції продовжуватиметься, сім'я втрачатиме колись притаманну їй святість, але вона, безумовно, не зникне з американського суспільства. Спроби лідерів провідних держав відновити функцію сім'ї та підкреслити її важливість активно підтримуються засобами масової інформації. Тривалий час тема сім'ї та сімейних відносин перебувала під своєрідною мовчазною забороною і вважалася приватним, суто особистим актом. В останнє десятиліття телевізійні програми, журнали і газети активно пропагують досвід сімейного життя, приділяючи особливу увагу психоемоційній та соціокультурній сфері сім'ї.

### **1.3 Психологія сімейного спілкування.**

Сімейне життя не може бути без спілкування, між чоловіком і дружиною, між батьками і дітьми у їхніх щоденних стосунках. Сімейне спілкування – це стосунки між членами сім'ї та взаємодія між ними, обмін інформацією між ними та їхній духовний контакт. Спектр спілкування в сім'ї може бути дуже різноманітним. Окрім розмов про роботу, домашні справи, здоров'я та життя друзів і знайомих, це також обговорення питань, пов'язаних з вихованням дітей, мистецтвом, політикою тощо.

Задоволеність чоловіків спілкуванням залежить від того, наскільки їхні погляди та цінності сумісні. Безсумнівно, що напруженість, неврівноваженість, ізолюваність та інші негативні риси особистості є поганими партнерами у сімейному спілкуванні.

Психологічні дослідження показали, що в нормальних стосунках дружині сім'ї зазвичай завжди діляться один з одним своїм дискомфортом і отримують моральну та психологічну підтримку, тоді як у неблагополучних сім'ях цього не відбувається.

Однак у сім'ях не буває ідеальної комунікації, тобто спілкування складається лише зі згоди. У подружніх стосунках неминуче виникають конфлікти: суперечки, сварки, конфлікти тощо. У цих ситуаціях дуже важливо, щоб обоє з подружжя розуміли позицію один одного і ставили себе на місце один одного. Я вважаю, що під час суперечки один з партнерів повинен говорити тільки про предмет суперечки і не повинен нагадувати іншому про минулі помилки або нападати.

У сімейному спілкуванні дуже важливими є етичні принципи, головним з яких є повага до іншої людини та її «Я». Часто після важкого робочого дня дружини намагаються зігнати свої погані почуття на близьких, щоб виплеснути накопичену злість. Вони починають лаятися, звинувачувати, коментувати і кричати. В результаті такого виплеску людина може отримати тимчасове полегшення, хоча наслідки можуть бути важкими. Одних мучать докори сумління за свої вчинки і неконтрольовану поведінку. Інші відчують образу через те, що їх несправедливо звинувачують і засуджують. В результаті це сприяє руйнуванню сім'ї [43].

Іноді корисно йти на компроміси, тобто йти на поступки іншій людині. Також важливо вміти визнавати свої помилки, адже інші теж мають право на них.

Важливо частіше ділитися своїми думками і не скупитися на компліменти та добрі слова.

Як і дорослі, діти також можуть страждати від нестачі спілкування в сім'ї. Спілкування – один з головних чинників формування особистості дитини. Потреба у спілкуванні виникає у дітей з моменту їх народження. У віці 2 місяців, коли дитина бачить маму, її обличчя осяює посмішка.

Спілкування між батьками і дітьми дуже важливе для їхнього загального розвитку. Доведено, що діти, які позбавлені спілкування з батьками, мають низький рівень саморегуляції своєї поведінки, більш чутливі до поводження дорослих і мають труднощі у спілкуванні з однолітками [5].

У багатьох сім'ях діти частіше спілкуються з матір'ю, ніж з батьком. Розмови з батьком є короткими. Деякі діти взагалі не мають довірливих стосунків з батьком чи матір'ю. Найчастіше це трапляється між чоловіками і в сім'ях, де не встановлено тісного духовного зв'язку між батьком і дитиною. У таких сім'ях воля одного з чоловіків є первинною, а стосунки з іншими членами сім'ї будуються на наказах, послуху та образах. Це впливає на розвиток здатності дитини до адекватної

Тому саме батько несе відповідальність за розвиток комунікативних навичок своїх дітей, адже саме в сім'ї діти пізнають природу спілкування. Крім того, від комунікативних навичок чоловіка значною мірою залежить моральне та психологічне благополуччя всіх членів сім'ї.

Сьогодні мало хто заперечує той факт, що жінка відіграє ключову роль у родині. Саме її свідомість, її поведінка, її роль як дружини, матері та працівниці ставить до неї високі вимоги.

Вплив цієї подвійності жіночої професійної зайнятості безпосередньо переноситься на процес виховання дітей. Однак позитивні і негативні аспекти цього впливу залежать від морально-психологічного клімату в сім'ї, а також від особистості матері, рівня її освіти, загальної культури та авторитету в житті дитини. Так, є сім'ї і професії, де цей вплив є позитивним, але є також багато сімей і професій (мова йде про малокваліфіковану працю), де професійна діяльність матері приносить більше шкоди, ніж користі [14].

Роль жінки як організатора сім'ї, як берегині сімейного вогнища величезна в найкращому розумінні цього слова. В. А. Сисенко зазначає, що «не слід забувати про те, що хлопчики і дівчатка успадковують від батьків не тільки темперамент і характер, але й стилі поведінки, форми спілкування і реагування. Тут діють закони соціального успадкування» [12, с.45].

Здатність будувати сім'ю – це особливий дар жінки. Наразі дослідження показують, що лише близько чверті сімей ніколи не сваряться. Однак відносно висока частота суперечок і конфліктів показує, наскільки важливим для функціонування сім'ї є вміння долати суперечки, а не

загострювати їх, тобто створювати і формувати культуру подружніх стосунків, чому необхідно цілеспрямовано навчати вдома і в школі. Культура також визначає ставлення чоловіків до виховання дітей, в тому числі розуміння ними змісту і значення морального виховання у формуванні характеру.

Нині з метою забезпечення раціонального поєднання ролей матері, працівниці та домогосподарки держава вжила низку заходів, спрямованих на полегшення становища жінок, які поєднують професійну діяльність з материнством, надання їм допомоги у вихованні дітей та виконанні батьківських обов'язків, посилення психолого-педагогічної допомоги. Це призвело до певних позитивних зрушень. Однак питання зайнятості матерів на умовах неповного робочого дня або скороченого робочого тижня ще не вирішено, як і питання сімейної опіки не отримало повного розвитку. Можливість надання оплачуваної відпустки по догляду за дитиною до досягнення нею дво- або трирічного віку, а також кількість оплачуваних днів у зв'язку з дитячими хворобами все ще обговорюється. Попит на дошкільні заклади все ще недостатньо задоволений. Водночас, як міжнародний, так і вітчизняний досвід показує, що збільшення виплат не призводить до автоматичного підвищення ефективності сімейного виховання. Більше того, збільшення матеріальних можливостей сімей часто використовується, особливо матерями, на шкоду моральному розвитку дітей, посилюючи у них утриманські настрої та формуючи зневажливе ставлення до праці, яка є основною сферою контакту людини з суспільством, а отже, головним джерелом трудової етики, що визначає весь спосіб життя. Іншими словами, мати також повинна бути підготовлена до самотійного життя [20].

Ключовим моментом є перетворення сім'ї з такої, в якій лише одна жінка є об'єктом постійної турботи, на тісний союз людей, кожен з яких робить свій внесок у розбудову сім'ї.

Під психологічною сумісністю розуміється досить ефективна співпраця шлюбних партнерів у всіх видах сімейної діяльності, з узгодженим розподілом праці, прав і обов'язків. Психологічна сумісність шлюбних

партнерів ґрунтується на взаємному позитивному психологічному сприйнятті таких якостей, як характер, темперамент, розум, звички і потреби. Психологічна сумісність також ґрунтується на взаємній повазі, симпатії, дружбі, любові, єдності поглядів і уявлень. Це поняття включає в себе взаємне прийняття і взаємну згоду щодо внеску кожного члена сімейного партнерства. Психологічна сумісність – це сукупність позитивних емоцій і позитивних взаємних оцінок шлюбних партнерів. Психологічна сумісність ґрунтується на всебічній взаємній оцінці спрямованості думок, поведінки, намірів і бажань шлюбного партнера.

Єдність думок, емоційний настрій, взаєморозуміння, загалом схожа оцінка життєвих ситуацій, потреба у співпраці – все це тією чи іншою мірою входить у поняття психологічної сумісності. Перш за все, вона передбачає, що інша людина не викликає як мінімум негативних емоцій при спілкуванні, співпраці або спільній роботі. Психологічна сумісність є повноцінною психологічною категорією, оскільки поєднує в собі цілу низку якостей, рис особистості, темпераменту, способу мислення людини, її точки зору тощо. Поняття психологічної сумісності включає в себе здатність психологічно пристосовуватися до іншої людини.

Можливо, психологічна сумісність пов'язана з готовністю людини йти на багато поступок заради досягнення певних цілей і результатів спільної діяльності.

При аналізі подружніх стосунків на перший план виходять якості та риси характеру чоловіка, які заважають встановленню нормальних стосунків у сім'ї та слугують пусковим механізмом для конфліктів і сварок. Такими рисами характеру зазвичай є сварливість, дріб'язковість, злопам'ятність, мстивість, егоїстичність, егоцентризм, жорстокість, підозрілість, залежність, ворожість до людей, недовірливість, брак чуйності і теплоти, надмірна гордість і марнославство, надмірна озлобленість, похмурість, владність і емоційна холодність.

Наявність вищезгаданого поєднання рис і якостей характеру свідчить, як правило, про те, що в психологічній біографії людини (починаючи з дитинства) є багато випадків порушення міжособистісних відносин з близькими людьми (матір'ю, батьком, братами, сестрами, іншими родичами), а також конфліктів з друзями, товаришами, вихователями в дитячому садку, шкільними вчителями. У цих випадках виникають негативні емоції, які закріплюються в психіці індивіда в період становлення і розвитку. Часто це пов'язано з відсутністю в сім'ї справжньої любові до дитини, реальної турботи про неї, розуміння конкретних проблем дитини, батьківською жорстокістю, байдужістю, несправедливістю, надмірними і суперечливими вимогами.

Суперечки щодо виховання дітей, сексу, стосунків з родичами, бюджету, релігійні та політичні розбіжності також можуть бути іншими можливими причинами невдач у шлюбі [7].

Шлюби є нестабільними, якщо стосунки чоловіків з родичами стають головною проблемою, що підриває їхнє життя. Найсерйозніші конфлікти виникають між чоловіками щодо виховання дітей. Багато розбіжностей можуть бути пов'язані з рольовим конфліктом, але вони рідше призводять до нестабільності шлюбу, ніж інші проблеми (Рольовий конфлікт виникає через роботу дружини і розподіл домашньої праці. Дружини часто скаржаться, що їхні чоловіки недостатньо заробляють, а чоловіки звинувачують своїх дружин у тому, що вони не вміють виконувати хатню роботу) [39].

Очевидно, що найнебезпечніші конфлікти спричинені особистісними відмінностями між чоловіками. Звички, які засуджує один з партнерів, такі як вживання алкоголю або куріння, часто призводять до конфлікту. Вони можуть серйозно ускладнити подружнє життя.

Що спричиняє конфлікт у сімейних стосунках?

А.І. Кочетов виділяє сім основних причин, в порядку частоти виникнення [27]:

- Порушення моральних норм подружніх стосунків (зрада, ревності).
- Фізіологічна несумісність.

- Неналежні стосунки між чоловіком (одним з них) і тими, хто його оточує - родичами, друзями, колегами тощо.
- Несумісність інтересів і потреб.
- Різні позиції щодо виховання дітей.
- Наявність особистих або негативних недоліків
- або негативних рис особистості; відсутність взаєморозуміння між батьками і дитиною.

Відмінності в системах цінностей подружжя можуть бути основою для багатьох сімейних конфліктів, включаючи конфлікти з приводу сімейних ролей, суперництва за лідерство в сім'ї, як засіб зняття напруженості і як засіб самозахисту. В основі кожного з цих конфліктів лежить розбіжність між дошлюбними уявленнями подружжя про цінність рольових функцій чоловіка і дружини в сім'ї та способами їх виконання. Конфлікти також можуть виникати через протиріччя між способами і засобами задоволення звичних соціокультурних, інтелектуальних, естетичних та інших потреб обох з подружжя, прагнення відстояти свою індивідуальність, спроби узгодити уявлення про себе з думкою партнера.

Конфліктні ситуації у сфері цінностей перешкоджають створенню взаємоприйнятної системи сімейних цінностей, яка була б ширшою за індивідуальні цінності, заважає сім'ї інтегруватися, а отже, виконувати свої обов'язки і загрожує дому, в якому вона існує. Це викликає напругу в сімейних стосунках, а конфлікт цінностей дезінтегрує сім'ю.

Для забезпечення психологічного комфорту та успішного функціонування сім'ї важливо розуміти, як розвиваються стосунки та взаємодії, що мають щонайменше три складові: між подружжям, між батьками та дітьми і, якщо в сім'ї двоє чи більше дітей, між братами та сестрами. Основними факторами, що визначають характер стосунків і взаємодій у всіх сімейних одиницях, є ставлення подружжя один до одного і ставлення батьків до своїх дітей. У працях з сімейної психології виділяють чотири типи ставлення: прийняття – неприйняття; взаємодія – уникнення контакту;

визнання свободи пересування – надмірна опіка; повага до прав кожного в сім'ї – надмірна вимогливість. Позитивні типи ставлення – прийняття, взаємодія, свобода діяльності, повага до прав кожного – забезпечують партнерське та рівноправне сімейне життя. Порушення в сімейних стосунках зазвичай спричинені видимою дистанцією між членами сім'ї через їхнє прагнення уникнути контакту, неприйняттям особистості партнера або надмірною емоційною увагою до нього, що проявляється в опіці, захисті, надмірних вимогах і намаганнях включити його в уявний образ чоловіка, дружини чи дитини. На першому етапі сімейного життя стосунки між подружжям часто бувають проблемними через надмірну емоційну увагу до партнера, пильну турботу про нього та суворі вимоги до образу чоловіка/дружини, що часто трапляється в сім'ях з однією дитиною, на якій зосереджуються всі емоції та увага батьків. На пізніх етапах подружнього життя та в його кризові періоди емоційні розбіжності частіше стають джерелом сімейних сварок. Реалізація певних установок подружжя у сімейних стосунках створює певну психосоціальну картину сімейного життя, яка проявляється в їхньому особливому способі життя. Прийнято вважати, що кожна сім'я має свій унікальний стиль сімейних стосунків (систему способів взаємодії тощо). Вивчення стилів сімейних стосунків передбачає їх категоризацію з метою надання цілеспрямованої психологічної допомоги при побудові сімейних стосунків.

Більшість існуючих типологій сімей ґрунтуються на виявлених особливостях спілкування та міжособистісних стосунків у сім'ях, які визначають певні взаємодії між членами сімейної групи та способи впливу подружжя один на одного і на своїх дітей. За цією ознакою сім'ї умовно поділяють на полярні типи.

Залежно від ступеня залученості членів сім'ї в сімейні стосунки, їхньої емоційної та духовної єдності розрізняють згуртовані (інтегровані) та роз'єднані (деінтегровані) сім'ї. У перших сім'ях кожен член сім'ї відчуває себе повноцінним членом сім'ї. У перших кожен член сім'ї відчуває себе



повноправним учасником сімейної взаємодії. Такі сім'ї характеризуються духовною та емоційною близькістю, відповідальністю один за одного, довірою, тобто психологічною безпекою. Сепаративні сім'ї характеризуються відокремленістю членів сім'ї один від одного. Кожна людина живе ніби незалежно, майже не маючи психічного чи емоційного контакту з іншими членами сім'ї. Звичайно, існують умови для такої класифікації сімей за ступенем згуртованості. Наприклад, є сім'ї з досить високим ступенем інтимності. Це так звані суперінтегровані сім'ї. У більшості випадків такий тип стосунків характерний для неповних сімей (мати-дитина). Залежно від ступеня роз'єднаності виділяють частково дезінтегровані сім'ї. Вони складаються з невеликих сімейних груп, до яких входять не тільки члени конкретної сім'ї, а й родичі з боку чоловіка або дружини. У таких сім'ях один з членів є ізольованим та ігнорованим сімейною групою [5].

Гармонійні та дисгармонійні сім'ї розрізняють за єдиним характером психологічних та ціннісних орієнтацій. Перші можна поділити на природну гармонію та штучну гармонію. Природно гармонійні сім'ї характеризуються збігом цілей, мотивацій, емоцій та когнітивних установок членів сімейної групи, що забезпечує їхню психологічну сумісність. У штучно гармонійних сім'ях гармонія є результатом свідомих зусиль з боку членів сім'ї. У таких сім'ях спостерігається чітке прагнення пристосуватися один до одного, іноді ціною обмеження власних потреб до потреб інших членів сімейної групи і приведення їх у відповідність з потребами і запитами сімейної групи.

Дисгармонійні сім'ї характеризуються відмінностями в ціннісних орієнтаціях, потребах, мотиваціях і системах цілей членів сімейної групи. Адаптація між ними є ситуативною, перманентною і навіть декларативною. Рольові обов'язки в таких сім'ях часто виконуються з примусу, що створює психологічну напругу в сімейному спілкуванні. Емоційна дистанція між чоловіком і жінкою та іншими членами сім'ї створює сприятливі умови для психологічної несумісності, що призводить до міжособистісних конфліктів.

Залежно від комунікативних установок членів сім'ї розрізняють сім'ї підприємницькі (прагматичні) та альтруїстичні. У першій комунікація відбувається на договірних і корпоративних засадах. У такій сім'ї кожен виконує свої обов'язки лише тоді, коли інші виконують свої. Зазвичай існує суворий контроль за поведінкою кожного члена сім'ї, а також система позитивних і негативних санкцій, які заохочують до виконання ролевих обов'язків. Сімейна група може мати схожі цінності, бути психологічно сумісною та емоційно пов'язаною, але її членам бракує готовності пожертвувати власними інтересами заради спільного блага. Прагматичний принцип співжиття («що ти робиш для мене, я роблю для тебе») поширюється як на подружні стосунки, так і на стосунки з дітьми та іншими родичами. Відбувається постійний підрахунок того, хто доклав зусиль для поліпшення добробуту сім'ї і що отримав натомість. Така психологічна рівновага в сім'ї є дуже хиткою. Цінність кожної людини визначається тим, наскільки вона може задовольнити прагматичні установки інших. На цій основі легко розвинути егоїстичний тип особистості «жити для себе» [57, с. 41].

Спілкування в альтруїстичних сім'ях ґрунтується на свідомому усвідомленні кожним членом сім'ї своєї відповідальності за благополуччя інших. Члени сім'ї часто діють всупереч власним потребам і вимогам – за принципом «жити заради інших» [57, с. 41]. У такій сім'ї кожна людина цінується сама по собі, а не тому, що вона приносить якусь користь, тобто створює матеріальні блага для сім'ї, забезпечує її високий соціальний статус тощо. Навіть до членів сім'ї, які порушують прийняті норми поведінки, не ставляться як до ізгоїв, навпаки, їм надають всіляку допомогу, щоб знайти правильний шлях.

Різниця між відкритою та закритою сім'єю полягає в кількості та характері комунікативних зв'язків. У відкритій сім'ї орієнтація особистості не обмежується колом сімейних інтересів і цілей. Члени сім'ї залучені в різні соціальні відносини. Особливістю відкритих сімей є прагнення до нових зв'язків. Це підвищує їхній соціальний та захисний потенціал. Вони мають

можливість компенсувати невдачі в одній соціальній сфері за рахунок перенесення своїх інтересів в іншу.

Закриті сім'ї самодостатні в плані спілкування. Вони мають дуже обмежену кількість позасімейних соціальних контактів і, як правило, не прагнуть їх розширювати. Головне – твоя сім'я і родинні зв'язки, все інше - це контекст, в якому відбувається життя. В ієрархії сімейних цінностей на першому місці стоїть власна сім'я [61].

За адаптаційними ресурсами, здатністю пристосовуватися до мінливих умов життя можна виділити гнучкі та інертні (консервативні) сім'ї. Гнучкі сім'ї характеризуються здатністю швидко змінювати свою орієнтацію, якщо цього вимагають нові умови життя. На відміну від них, інертні сім'ї є ригідними та консервативними в плані переоцінки та зміни усталених стандартів поведінки.

Залежно від характеру розподілу влади сім'ї можна поділити на одноосібні (авторитарні) та демократичні. У перших влада зосереджена в руках однієї особи – чоловіка, дружини тощо. Відповідно, найважливіші рішення можуть бути прийняті лише за згодою цього члена сім'ї. На основі цього показника соціологи поділяють сучасні сім'ї на неопатріархальні та неоматріархальні.

Демократичний тип сім'ї характеризується рівністю всіх членів сім'ї у прийнятті рішень або функціональним розподілом влади: в одних сферах життя головну роль відіграє чоловік, в інших – жінка, в третіх – один з батьків подружжя або старша дитина.

Розрізнення авторитарного та демократичного типів сімей має важливе значення для оцінки ресурсів сімейного догляду, але тільки тоді, коли відомі інші особливості комунікації та міжособистісних стосунків. Наприклад, в інтегрованих, гармонійних, емоційно згуртованих та альтруїстичних сім'ях питання розподілу влади взагалі не виникає. Існуюча сімейна ієрархія вважається членами сім'ї природною і оптимальною, незалежно від того, авторитарна вона чи демократична. У сім'ях, що дезінтегруються, одноосібне

правління може бути джерелом постійної психологічної напруги в сімейних відносинах [11].

Класифікація сімей за цими шістьма полярними характеристиками є дещо умовною. Віднесення сім'ї до того чи іншого типу враховує універсальність однієї з характеристик стосунків у сімейній групі та абстрагується від усіх інших. Тому чистий тип сім'ї - це наукова абстракція, необхідна для розуміння природи явища. У реальному житті зазвичай зустрічаються змішані типи, в яких стосунки характеризуються поєднанням різних характеристик у певній пропорції. Тому для діагностики сімейних стосунків і надання психологічної допомоги сім'ям найкраще визначати типи сімей за домінуючими характеристиками, наприклад, так: інтеграція, а не роз'єднаність тощо.

### **Висновки до першого розділу**

Сім'я завжди була найкращим колективним вихователем, носієм найвищих національних ідеалів. В Україні завжди панував культ родини, культ рідної домівки, культ глибокої пошани до батьків та свого роду. Але зараз все помітнішими стають прояви родинної кризи.

Саме зараз час звернутися до неоціненної скарбниці народного педагогічного досвіду, до історично складених тенденцій формування та розвитку української сім'ї. Варто згадати те, що традиційно виховання було першочерговою справою сім'ї, а не школи, чи оточуючого середовища. Глибоке дослідження історичного розвитку та устрою традиційної української родини неодмінно призводить до розуміння її значного педагогічного потенціалу.

Тому все більшої актуальності набуває звернення до невичерпної скарбниці народної педагогіки та дослідження історично складених засобів виховання в українській родині, які реалізуються у народних традиціях, звичаях та обрядах. Лише досконале їх вивчення допоможе у розв'язанні сьогоденних сімейних проблем та завдань батьківської педагогіки, формуванні національної системи родинно-шкільного виховання, наукового прогнозування перспектив зміцнення сім'ї й піднесення її ролі у вихованні дітей та молоді.

## РОЗДІЛ 2.

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ І ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ СУЧАСНОЇ СІМ'Ї В УКРАЇНІ

#### 2.1. Методи дослідження сучасної сім'ї в Україні

Дослідження проблем сім'ї є актуальними, оскільки педагоги, психологи, соціологи та демографи констатують загальну кризу сім'ї. Ця криза є досить поширеною і проявляється як у кількісних (зниження народжуваності, велика кількість розлучень, проблемних сімей), так і в якісних показниках (зміна суспільних та сімейних цінностей, послаблення виховної функції сім'ї, психологічні проблеми членів сім'ї тощо). Очевидно, що за таких умов необхідно провести ґрунтовне дослідження сучасної сім'ї та знайти ресурси для подолання негативних явищ.

Водночас, як зазначають деякі дослідники, сім'я як система, як соціальний інститут нині переживає своєрідну «вікову кризу»: сім'я як функціонуюча система переходить на якісно інший рівень. Відбувається закономірний перехід від одного етапу розвитку (патріархату) до іншого (дуалізму), оскільки матеріальні чинники перестають бути єдиною відповідальністю чоловіка за виживання сім'ї в сучасних умовах. Водночас функція задоволення вищих емоційних, інтелектуальних і духовних потреб стала домінуючою [41].

Крім того, в останні десятиліття відбулося усвідомлення того, що сім'я є одним з визначальних чинників формування і розвитку особистості. Як наслідок, багато психологів і психотерапевтів розглядають психологічні проблеми і навіть психічні розлади особистості та соматичні захворювання як функцію взаємодії в сім'ї. Ці ідеї розвивали переважно представники сімейної системної психотерапії. Так, В. Сатир стверджує, що подружні стосунки є центральними для формування інших стосунків у сім'ї; дисгармонійні стосунки між батьками неминуче позначаються на їхньому батьківському функціонуванні [14].

К. Вітакер стверджує, що той факт, що сім'я зазвичай приходиться до терапевта з проблемами одного з її членів, слід розглядати лише як «вхідний квиток» [34, с. 72]. У терапевтичному процесі необхідно розширити розуміння того, в чому насправді полягає проблема, і представити проблему як функцію взаємодії всередині сім'ї [34].

Сьогодні дослідження сім'ї та практична робота з сім'єю в Україні є досить популярними напрямками психологічної науки та практики, особливо в порівнянні з попередніми роками, коли ця проблематика все ще перебувала на периферії наукової думки. Як наслідок, кількість установ та організацій, що займаються питаннями сім'ї на державному рівні, зростає - як кількісно, так і якісно. Переважно це установи, які реалізують державну політику допомоги сім'ї (центри соціальних служб для молоді, відділи у справах сім'ї та молоді, молодіжні служби).

Діяльність неурядових фондів та організацій (Альянс захисту сім'ї та особистості, Центр екології сім'ї та ін.) також робить важливий внесок у практичну сферу допомоги сім'ї та наукових досліджень. Провідні наукові установи, такі як Національний інститут проблем сім'ї та молоді, Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України, Інститут соціальної та політичної психології АПН України, Інститут проблем сім'ї та молоді АПН України, Український інститут соціальних наук, також роблять важливий внесок у дослідження проблем сім'ї.

Аналіз показує, що психологічні дослідження сім'ї проводилися переважно в таких напрямках:

1. Батьки-дитина: аспекти сімейного виховання (в тому числі сучасні тенденції сімейного виховання, батьківські установки, гендерні стереотипи в сімейному вихованні), міжпоколінні впливи. Поширеним є вивчення впливу сім'ї на розвиток певних характеристик та якостей дітей. Наприклад, деякі дослідження показали, що підліткова злочинність, девіантна або адиктивна поведінка та інші проблеми значною мірою зумовлені несприятливими сімейними умовами - асоціальним способом життя батьків, бездоглядністю,

конфліктами або домашнім насильством, емоційним відторгненням дитини, незадоволенням її базових потреб.

2. Взаємовідносини між шлюбними партнерами, їх розвиток на різних етапах подружнього життя та вплив на динаміку сім'ї в цілому: адаптація шлюбних партнерів у молодих сім'ях, подружні конфлікти, ресурси сім'ї у кризові періоди та їх подолання, розвиток стосунків між подружжям, дослідження нетипових сімей (цивільний шлюб у порівнянні з традиційним, різновікові шлюби, проблемні сім'ї тощо).

Дослідження в цій галузі показують, що природа і розуміння різних явищ сімейно-шлюбного життя сьогодні трансформуються і розширюються. Зокрема, дослідження психологів показують, що 80-85% сімей перебувають у постійному конфлікті, а 15-20% сімей сваряться з різних причин. Водночас доведено, що подружні конфлікти відіграють ключову роль у сімейних стосунках, оскільки вони є способом вираження та подолання конфліктів і є основою такої складної системи, як сім'я. Змінюється також ставлення до розлучення - події, яка має виключно негативну конотацію.

Окремої уваги заслуговує висвітлення та вивчення питання домашнього насильства, якому наразі приділяється велика увага з боку громадськості та наукової спільноти. Слід зазначити, що це питання потребує подальшого поглибленого дослідження різних чинників насильства, в тому числі психологічних, передумов та можливостей запобігання цьому явищу.

3. Сім'я як цілісна система: порушення поведінки, схильності дітей, психологічні та психосоматичні проблеми члена сім'ї як функція взаємодії всередині сім'ї. У цьому напрямі активно розробляються практичні методи допомоги сім'ї та вивчається ефективність різних методів і технік психокорекційної роботи.

4. Сім'я як соціальний інститут: функція трансляції соціальних цінностей, норм, передача соціокультурного досвіду, етнопсихологічний характер сім'ї. Цей напрям включає переважно філософські, культурологічні, соціальні та психологічні аспекти.



5. Сучасна трансформація інституту сім'ї: демократизація гендерних ролей (переважно за рахунок розширення гендерних ролей жінок), поступовий перехід від патріархального до дуалістичного устрою, зміна домінуючої функції сім'ї. Менше досліджень присвячено сім'ї в контексті соціальної стратифікації та її впливу на суспільство.

Існує кілька психологічних підходів до вивчення сім'ї [24].

1) Дослідницькі методи, які мають на меті зробити теоретичні узагальнення отриманих даних і збагатити професійний кругозір практикуючих психологів.

2) Діагностичні методи, які допомагають отримати конкретну інформацію, необхідну для роботи з даною сім'єю.

3) Корекційно-діагностичні, або психотерапевтичні, підходи, спрямовані на визначення форми і змісту корекційної роботи з сім'єю. При цьому психологічна діагностика сім'ї складається з вирішення наступних завдань [8].

З'ясування того, чи є сімейна проблема предметом впливу психолога або іншого фахівця (психіатра, юриста, дефектолога тощо).

4) Визначення об'єкта психологічної допомоги (діти, батьки, сім'я в цілому).

5) Вибір методу впливу (індивідуальна робота з дитиною, її батьками, подружньою парою, дитиною і батьками, групою дітей, батьків, сім'єю в цілому).

6) Психологічна діагностика під час корекційного процесу з метою визначення стратегії корекційного процесу (реакції членів сім'ї на психолога та один на одного, особливості їхньої поведінки тощо).

Серед існуючих теоретичних концепцій виділяють два підходи до вивчення сім'ї: індивідуальний та системний. При індивідуальному підході сім'я розглядається як стресовий фактор, який необхідно подолати членам сім'ї, що звертаються за консультацією до практичного психолога.

Основним завданням психолога є виявлення індивідуальних особливостей кожного члена сім'ї, які так чи інакше впливають на сімейну адаптацію. В

рамках індивідуального підходу використовуються діагностичні методики, які ітеративно досліджують певні сфери сімейного життя, такі як подружні стосунки, дитячо-батьківські стосунки, стилі виховання та їх вплив на особистість дитини.

Діагностика подружніх стосунків використовується насамперед для демонстрації ознак зниження задоволеності сімейним життям і, як наслідок, дестабілізації сімейного життя. Так, показники рівнів подружньої сумісності та подібності на основі структурно-функціонального підходу (коли сумісність виражається в здатності подружжя утворювати цілісну, стриману сімейну установку з узгодженими сімейними ролями) передбачають вивчення унікальних характеристик сімейного подружжя:

- психофізіологічних та особистісних особливостей членів сім'ї.
- визначення сумісності типів вищої нервової діяльності подружжя, їх темпераменту з можливим використанням методів експресії (тест-опитувальник Айзенка, Строу та ін.).
- співвідношення психологічного функціонування сім'ї (методика А. Волкової та Г. Трапезникової, методика визначення функціонально-рольової узгодженості С. Ковальова, методика «соціально-рольової адекватності» В. Торохті та ін.). [69, с. 71].

Діагностика подружніх стосунків на основі адаптивного підходу полягає у вивченні особливостей міжособистісних стосунків між подружжям, внутрішньосімейного спілкування та взаємодії між чоловіком і жінкою, виявленні тих чинників, які можуть призводити до непорозумінь і конфліктів з метою пошуку адаптаційного резерву між подружжям.

У цьому випадку правильним підходом є звернення до шкал подружньої адаптації: (тест-опитувальник «Задоволеність шлюбом», шкала суб'єктивної задоволеності шлюбом Г. Трапезникової та ін.), методика «репертуарна сітка» В. Поколко та О. Федотової, метод семантичних відмінностей, тест Лірі, методика В. Левковича та О. Зуськової, методика методика МСК, задачні та

ігрові методи (наприклад, гра «Інтрига» О. Хронік та О. Кроніка, моделювання суб'єктивних конфліктних ситуацій. [16, с. 89].

Для вивчення особливостей проблем у сімейному житті у даній бакалаврській роботі ми використовували три види тестів-опитувальників. Це здійснено для оцінки проблеми з різних сторін конфлікту та вирішення конкретної проблеми, яка зустрічається у родині. Дане емпіричне дослідження проводилось на базі вибірки із 20 людей. Відбір респондентів здійснювався на основі індивідуального запиту на платформі «Instagram», бажаючи взяти участь у дослідженні заповнювали анкету за посиланням у Google формах. Участь у дослідженні приймали 10 подружніх пар, віком 21-31 рік, які перебувають у подружніх відносинах до 5 років. Така категорія пар вибрана саме тому, що вона підпадає під категорію молодих сімей, які стикнулись із конфліктами через їхню незрілість та становлення професійного розвитку подружжя.

Перший вид діагностики, використаний у даній роботі : тест суб'єктивної оцінки міжособистісних відносин (COMB), або методика С.В. Духновського

Даний метод використовується для діагностики та корекції подружніх взаємовідносин. Він дозволяє нам оцінити, наскільки гармонічні стосунки у парі чи будь-які інші взаємовідносини, виявляє проблемні моменти у структурі відносин та надає можливість їх подальшого вирішення.

Результати даного тесту оцінюються за такою шкалою:

- бали від 0-3 – низьке значення
- бали від 4-7 – середнє значення
- бали від 8-10 – високе значення

Відносно даних результатів ми можемо зробити такі висновки:

– Низьке значення показує надмірно вираженні зближуючі почуття, такі як дружелюбність, єдинство, повага, любов, що може свідчити про дисгармонію у стосунках. Даний результат може свідчити про те, що

людина не звертає увагу на труднощі у стосунках, або не бажає їх визнавати.

– Середнє значення свідчить про здорові та гармонічні стосунки

– Високе значення виражає наявність дисгармонії взаємовідносин, а саме послаблення позитивних емоційних зв'язків, відсутність єдинства, небажання вдосконалення стосунків та пошуку спільного вирішення негараздів.

Другий вид діагностики – тест-опитувальник вдоволення шлюбом.

Даний метод розроблений В.В. Століним, Т.Л. Романовою та Г.П. Бутенко. Він направлений на експрес-діагностику ступеню вдоволеності або невдоволеності шлюбом.

Опитувальник являє собою школу, яка складається з 24 тверджень, які, в свою чергу, відносяться до різноманітних сфер, наприклад сприйняття себе та партнера, оцінки, думки, т.д..

Значення результатів інтерпретуються таким чином:

- 0-16 балів – повна невдоволеність
- 17-22 бали – значна невдоволеність
- 23-26 балів – вірогідніше невдоволеність ніж вдоволеність
- 27-28 балів – часткова вдоволеність та невдоволеність
- 29-32 бали – вірогідніше вдоволеність ніж невдоволеність
- 33-38 балів – значна вдоволеність
- 39-48 балів – фактично повна вдоволеність.

Результати опитувальника в діапазоні балів від 0 до 28 свідчить про наявність конфліктів у молодій сім'ї, що вказує на невдоволеність шлюбом. Чим нижче значення результату, тим яскравіше виражений конфлікт в родині.

Третій метод, використаний у роботі – тест «Чи розумієте ви один одного?».

Даний тест розроблений Л.В. Ісаєвою, він несе ціль виявити, наскільки добре учасники тесту розуміють один одного та чи являється відсутність

взаєморозуміння у стосунках однією із головних причин виникнення конфліктів у відносинах.

Методика являє собою опитувальник із 10 питань, на кожне з яких є 3 вірогідних варіанта відповіді. Текст тесту і ключі до нього представлені в Додатку А. Обидві сторони повинні вибрати один із трьох поданих варіантів відповіді і підрахувати суму балів, отриманих при проходженні даного тесту.

## **2.2. Результати досліджень сучасної сім'ї в Україні.**

Ні для кого не секрет, що сучасна сім'я переживає кризу. Проявами цієї кризи є зниження народжуваності, нестабільність сім'ї, зростання кількості розлучень, поява великої кількості бездітних людей, які свідомо відмовляються мати єдину дитину; масові відмови від дітей, влаштування їх у пологові будинки, дитячі будинки, будинки дитини, прийомні сім'ї, втечі дітей з дому; жорстоке поводження з дітьми аж до суїциду.

Особливе занепокоєння викликають молоді сім'ї. Багато говориться про інфантильність молодих людей, зниження їхнього почуття відповідальності та залежність від батьків, що послаблює сім'ю. Актуальною для молодих сімей є також проблема дозвілля. Молодий чоловік не має права самоусунути від догляду за дитиною після її народження, він повинен допомагати дружині в її нескінченних турботах про дитину, інакше він позбавить себе багатьох задовольень. Залишаючи всю роботу по догляду за дитиною дружині на самоті, чоловік сам не дає їй можливості займатися чимось іншим, в тому числі домашніми справами і собою. У такій ситуації в сім'ї неминуче виникає дискомфорт. Чоловік починає відчувати себе зайвим, непотрібним і нелюбимим, не усвідомлюючи, що винен у цьому цілком і повністю. І з причин, згаданих вище, чоловік все частіше починає думати, що він може все змінити за своїм бажанням. А як можна змінити? Розлучившись! Тоді - знову свобода, ніяких турбот, ніяких криків.

Для проведення тесту COMB ми використовували електронний варіант даного опитувалька. Після проходження тесту система видає нам результат, який зображається у вигляді шкали від 0 до 10 , а також стисле розподілення результатів по категоріям.

Після проходження даного тесту всіма респондентами, ми отримали такі результати, які можна побачити у таблиці для їх подальшого опрацювання (таблиця 2.1)

Таблиця 2.1

| №  | Стать | Відчуженість | Інтерпретація | Напруженість | Інтерпретація | Конфліктність | Інтерпретація | Агресія | Інтерпретація |
|----|-------|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------|---------------|
| 1  | Ч     | 3            | Низька        | 4            | Середня       | 6             | Середня       | 2       | Низька        |
| 2  | Ж     | 1            | Низька        | 3            | Низька        | 5             | Середня       | 3       | Низька        |
| 3  | Ч     | 4            | Середня       | 5            | Середня       | 8             | Висока        | 3       | Низька        |
| 4  | Ж     | 2            | Низька        | 6            | Середня       | 8             | Висока        | 6       | Середня       |
| 5  | Ч     | 4            | Середня       | 4            | Середня       | 6             | Середня       | 4       | Середня       |
| 6  | Ж     | 8            | Висока        | 4            | Середня       | 5             | Середня       | 5       | Середня       |
| 7  | Ч     | 3            | Низька        | 5            | Середня       | 7             | Середня       | 3       | Низька        |
| 8  | Ж     | 4            | Середня       | 8            | Висока        | 7             | Середня       | 6       | Середня       |
| 9  | Ч     | 7            | Висока        | 7            | Середня       | 3             | Низька        | 1       | Низька        |
| 10 | Ж     | 4            | Середня       | 6            | Середня       | 4             | Середня       | 3       | Низька        |
| 11 | Ч     | 3            | Низька        | 5            | Середня       | 8             | Висока        | 1       | Низька        |
| 12 | Ж     | 8            | Висока        | 5            | Середня       | 6             | Середня       | 4       | Середня       |
| 13 | Ч     | 1            | Низька        | 4            | Середня       | 5             | Середня       | 5       | Середня       |
| 14 | Ж     | 2            | Низька        | 8            | Висока        | 6             | Середня       | 8       | Висока        |
| 15 | Ч     | 9            | Висока        | 9            | Висока        | 8             | Висока        | 3       | Низька        |
| 16 | Ж     | 3            | Низька        | 8            | Висока        | 8             | Висока        | 4       | Середня       |
| 17 | Ч     | 7            | Висока        | 7            | Середня       | 5             | Середня       | 6       | Середня       |

|    |   |   |         |   |         |   |         |   |         |
|----|---|---|---------|---|---------|---|---------|---|---------|
| 18 | Ж | 4 | Середня | 6 | Середня | 4 | Середня | 3 | Низька  |
| 19 | Ч | 5 | Середня | 8 | Висока  | 7 | Середня | 7 | Середня |
| 20 | Ж | 3 | Низька  | 5 | Середня | 6 | Середня | 4 | Середня |

Ця методика дозволяє виявити такі показники, як відчуженість, напруженість, конфліктність та агресія.

Згідно з діаграмою (ДОДАТОК Б), приблизно однакова кількість людей мають низький та середній рівень відчуженості. Це може бути пов'язано з показником залежності, комфортності з метою уникнути самотності та «непотрібності».

Середні значення – людина добре почувається серед людей, прагне до встановлення близьких, чуттєвих відносин з іншими.

Низькі значення можуть показувати залежність, бажання уникнути самотності. Можливо, прагнення наголосити на своїй причетності до інтересів більшості.

Згідно з діаграмою (ДОДАТОК В) більшість людей мають середній рівень напруженості у відносинах. Це може свідчити про те, що людина не замислюється над тим, як складаються її відносини, можливо, вона не помічає справжнього ставлення щодо неї інших людей. Середні значення можуть свідчити про велику кількість соціальних контактів, що не мають для людини жодних глибоких цінностей, відносини частіш за все поверхневі.

Згідно з діаграмою (ДОДАТОК Г), більшість людей мають середній рівень конфліктності у відносинах. Це може говорити про те, що людині притаманна компромісна поведінка, безмірна дружелюбність, нерішучість. Також, таким людям притаманне уникнення конфронтації між людьми, можливо, зі страху бути відкинутим.

Згідно з діаграмою (ДОДАТОК Д), рівень агресії серед респондентів розподілився приблизно однаково. Низькі значення – це демонстрація доброти, альтруїзму. Високі значення - прагнення підкорити собі інших, домінувати над ними, експлуатувати їх. Середні значення — у відносинах

висловлено бажання зайняти однакову позицію.

Підсумковий бал за тестом СОМВ вираховується як сума балів, набраних за чотирма шкалами і інтерпретується таким чином: 4-16 балів – низьке значення, 17-28 балів – середнє значення, 29-40 балів – найвище значення.

Як видно з діаграми (ДОДАТОК Е) переважна більшість респондентів мають середнє та високе значення підсумкового бала. З даних результатів можна зробити такий висновок: у половини опитаних пар є наявність дисгармонії у відносинах: відсутність цілісності, взаєморозуміння один з одним, послаблення емоційної підтримки. Також притаманна перевага видаляючих почуттів (вина, агресивність, каяття, ворожість, заздрість, самотність, сором) над почуттями, що зближують. За високими показниками методики СОМВ можна побачити, що на першому місці знаходиться індикатор агресії (30%), на другому місці відчуженість (15%), третє місце розділили між собою напруженість і конфліктність (5%). Відштовхуючись від цих результатів, можна зробити висновок, що ці індикатори дисгармонії ймовірно і є причинами конфліктів у молодих сім'ях.

На наступному етапі нашої роботи ми звернулися до статистичної обробки інформації, а саме до кореляційного аналізу Спірмена. Отриманий аналіз дає можливість зробити висновок про наявність позитивного статистично достовірного взаємозв'язку між відчуженістю та напруженістю ( $r = 0.595$  при  $p < 0,001$ ), тобто, чим вищі показники відчуженості, тим вищі показники напруженості (ДОДАТОК Є).

Це може бути пов'язано з тим, що травматичні події вказують на втрату емоційного зв'язку між неприйнятними подіями та почуттями по відношенню до них, хоча реальність цих подій усвідомлюється. Відчуження свідчить про зростання напруженості у відносинах, прагнення закриватися та відокремлюватися від чоловіка (дружини), необхідність внутрішньої дистанції між прийнятною чи непринятною частиною «свого Я». Відчуження розширює можливості людини, створюючи їй умови для осмислення своїх



вчинків.

За іншими показниками статистично достовірного взаємозв'язку виявлено не було, тобто, відчуженість, конфліктність та агресія не пов'язані один з одним. Для проведення опитувальника на вивчення вдоволеності шлюбом було використано онлайн-опитувальник.

Результати опитувальника зображені в *таблиці 2.2*

*Таблиця 2.2*

Вдоволенність шлюбом

| №  | Стать | Бал | Інтерпретація                                 |
|----|-------|-----|---|
| 1  | Ж     | 30  | Вірогідніше вдоволенність ніж невдоволенність |
| 2  | Ч     | 28  | Часткова вдоволенність та невдоволенність     |
| 3  | Ж     | 32  | Вірогідніше вдоволенність ніж невдоволенність |
| 4  | Ч     | 35  | Значна вдоволенність                          |
| 5  | Ж     | 43  | Фактично повна вдоволенність                  |
| 6  | Ч     | 34  | Значна вдоволенність                          |
| 7  | Ж     | 21  | Значна невдоволенність                        |
| 8  | Ч     | 34  | Значна вдоволенність                          |
| 9  | Ж     | 26  | Вірогідніше невдоволенність ніж вдоволенність |
| 10 | Ч     | 37  | Значна вдоволенність                          |
| 11 | Ж     | 38  | Значна вдоволенність                          |
| 12 | Ч     | 36  | Значна вдоволенність                          |
| 13 | Ж     | 32  | Вірогідніше вдоволенність ніж невдоволенність |
| 14 | Ч     | 30  | Вірогідніше вдоволенність ніж невдоволенність |
| 15 | Ж     | 43  | Фактично повна вдоволенність                  |
| 16 | Ч     | 45  | Фактично повна вдоволенність                  |
| 17 | Ж     | 18  | Значна невдоволенність                        |
| 18 | Ч     | 17  | Значна невдоволенність                        |
| 19 | Ж     | 19  | Значна невдоволенність                        |
| 20 | Ч     | 24  | Вірогідніше невдоволенність ніж вдоволенність |

Дивлячись на результати тестів, ми робимо висновок, що приблизно третя частина респондентів невдоволена шлюбом або скоріше невдоволена чим вдоволена, якраз ця вибірка людей нас цікавить.

Для того, щоб з'ясувати зв'язок між рівнем вдоволеності шлюбом та індикатором дисгармонії, було виконано статистичну обробку даних нам результатів за допомогою коефіцієнта рангової кореляції Спірмена (ДОДАТОК Ж).

Коефіцієнт кореляції між даними «рівень вдоволеності шлюбом» та «фінальна оцінка по індикаторам дисгармонії» дорівнює – (-0.495). Для роз'яснення результату переглянемо *таблицю 2.3*

*Таблиця 2.3*

| Значення коефіцієнта кореляції $r$ | Інтерпретація         |
|------------------------------------|-----------------------|
| $0 < r \leq 0,2$                   | Дуже слабка кореляція |
| $0,2 < r \leq 0,5$                 | Слабка кореляція      |
| $0,5 < r \leq 0,7$                 | Середня кореляція     |
| $0,7 < r \leq 0,9$                 | Сильна кореляція      |
| $0,9 < r \leq 1$                   | Дуже сильна кореляція |

Розкривши результат, ми побачили, що кореляційний зв'язок є середнім та зворотнім. Виходячи з цього, можемо сказати про негативний зв'язок між вдоволеності шлюбом та індикатором дисгармонії. Тобто, наявність високих показників таких характеристик як: конфлікт, відчуження та агресія знаходиться в зворотньому зв'язку зі ступенем вдоволеності шлюбом в молодих сім'ях.

Важливо помітити, зв'язок являється негативним, тобто, чим вище показник дисгармонії, тим менше вдоволенні чоловік та жінка в родині, Саме ці емоції, як негативні так і позитивні надають сім'ям можливість відчувати взаємоповагу.

Після проведення та аналізу теста «Чи розумієте ви один одного?»

(Таблиця 2.4), лише в 1 з 15 випадків, в сім'ях прийнято розповідати про всі свої проблеми. В такій родині кожний з подружжя ділиться один с одним, про те, що його турбує, а партнер його уважно вислуховує. В таких родинах не прийнято розмовляти про свої проблеми родичами, друзями, вони здатні вирішити проблему разом. Саме це і робить їх союз міцним та незламним.

Таблиця 2.4

| №  | Стать | Бал | Ступінь взаєморозуміння |
|----|-------|-----|-------------------------|
| 1  | Ж     | 22  | Задовільнююча           |
| 2  | Ч     | 13  | Середня                 |
| 3  | Ж     | 16  | Задовільнююча           |
| 4  | Ч     | 26  | Низька                  |
| 5  | Ж     | 16  | Задовільнююча           |
| 6  | Ч     | 17  | Задовільнююча           |
| 7  | Ж     | 10  | Середня                 |
| 8  | Ч     | 25  | Низька                  |
| 9  | Ж     | 5   | Висока                  |
| 10 | Ч     | 10  | Середня                 |
| 11 | Ж     | 11  | Середня                 |
| 12 | Ч     | 15  | Середня                 |
| 13 | Ж     | 19  | Задовільнююча           |
| 14 | Ч     | 20  | Задовільнююча           |

|    |   |    |               |
|----|---|----|---------------|
| 15 | Ж | 13 | Середня       |
| 16 | Ч | 13 | Середня       |
| 17 | Ж | 25 | Низька        |
| 18 | Ч | 17 | Задовільнююча |
| 19 | Ж | 10 | Середня       |
| 20 | Ч | 12 | Середня       |

Виходячи з результатів, 5 із 10 чоловіків та 4 із 10 жінок, відділяють, про що можна розповідати, а про що не варто.

Також, 3 із 10 чоловіків та 4 з 10 жінок відчують, що в їх сім'ях присутня нехватка взаєморозуміння. Тобто, існує певна кількість проблем, які варто біло би обговорити, але, нажаль, це не відбувається. Дуже часто вони тримають все в собі та не відкриваються своєму партнеру.

2 чоловіка та 1 жінка опинилися в дуже проблемному становищі, тобто, в їх сім'ях майже повністю відсутня взаємоповага. Існує велика кількість питань, які вони взагалі не бажають обговорювати, що все більше й більше призводить до відчуження, тому що у кожного є потреба відчувати поруч людину, яка буде його розуміти та підтримувати.

Таким чином, тест показав, а подальша бесіда з респондентами тільки підтвердила недостачу взаєморозуміння в більшості сімей, які прийняли участь в опитуваннях.

Навіть при цьому всьому, варто пам'ятати що сімейне щастя та благополуччя базується на взаємоповазі, коханні, повазі. Дуже гарним показником являється те, що виходячи з результатів можна зробити висновки, що всі респоденти були щирими в своїх відповідях, а це слідчить про бажання знайти та вирішити проблеми в їх стосунках.

### 2.3. Рекомендації щодо вирішення сімейних проблем

Сім'я – це мала соціальна група з історично визначеною організацією, члени якої пов'язані шлюбом або спорідненістю, спільністю побуту і взаємною моральною відповідальністю, соціальна необхідність якої зумовлена потребою суспільства в матеріальному і духовному відтворенні його населення.

В Україні існує низка проблем, які перешкоджають нормальному розвитку сім'ї: низький рівень доходів, низький матеріальний рівень, брак вільного часу, погані житлові умови, нестабільність життя, труднощі, пов'язані з народженням і вихованням дітей тощо.

Сучасні українські сім'ї стикаються з проблемою нестабільності життєвих планів в умовах економічної нестабільності, що призводить до сильної орієнтації подружжя на менші сім'ї. Питання про те, скільки дітей матиме сім'я – це, звичайно, справа кожного з подружжя.

Частота сімейних конфліктів є важливим показником стабільності шлюбу. Нестабільні подружні стосунки характеризуються системними конфліктами та емоційною напруженістю.

У нещасливих сім'ях у партнерів розвивається емоційна нестабільність, занадто багато проблем один з одним, прагнення до лідерства, дистанціювання, підозрілість, недовіра і жадібне вираження почуттів і думок.

Криза є об'єктивною причиною розвитку сім'ї. Кризи, які виявляють склад працівників протягом існування сім'ї, більш-менш гостро виявляються у всіх сім'ях. Інший тип сімейних криз є необов'язковим і залежить від сімейної історії людини. (Причини цієї кризи: світські характеристики партнера, раптова зміна життєвих обставин, потрясіння, заняття спортом, хвороба, скорочення бюджету, смерть, народження дитини). Розробляється багато пропозицій щодо нормалізації стосунків, щоб запобігти ескалації конфліктних суперечок.

Відповідно до отриманих результатів емпіричного дослідження з вибірки в 20 людей, було обрано експериментальну та контрольну групи по 10

людей.

Було розроблено корекційну програму у форматі тренінгів направлених на подолання проблем в міжособистісних відносинах.

Тренінги розраховані на 5 годин по 1 години в тиждень, на протязі п'яти тижнів.

Корекційна програма має такий напрямок:

1. Інформація про соціальний статус сім'ї.
2. Ознайомлення зі способом життя сім'ї.
3. З'ясування спільних проблем в сім'ї.
4. З'ясування особливостей сімейного виховання.

Цілі корекційної програми :

1. Згуртування членів сім'ї
2. Організація внутрішніх сімейних стосунків
3. Розвиток комунікативних навиків партнерів
4. Позитивна оцінка ставлення партнерів один до одного

Корекційна програма проводилась у формі тренінгів, направлених на з'ясування внутрішніх засад кожного з партнерів конфліктних пар, які заважають їм розвивати свої відносини, оптимальному розвитку їх цілісності як родини, розширення зони взаєморозуміння та взаємодопомоги, усвідомлення та сприйняття особливостей характеру партнерів.

*Таблиця 2.5*

### *Заняття №1*

| Тема                                     | Структура заняття | Час проведення  | Методи і прийоми психокорекційного впливу   |
|--|-------------------|-----------------|---|
| <i>Знайомство з групою, згуртування.</i> | <i>Привітання</i> | <i>1 година</i> | <i>«Побажання»<br/>Учасники по черзі виражають побажання на сьогоднішнє заняття. Побажання може бути будь-яке, головне щоб воно</i> |

|  |                 |  |
|--|-----------------|--|
|  |                 | було позитивне.  |
|  | Основна частина | <p>«Ім'я»</p> <p><i>Мета: розвиток моральних взаємин, знайомство з особливостями характеру учасників групи, підкреслення індивідуальності кожного.</i></p> <p><i>Кожному учаснику пропонується назвати своє ім'я та охарактеризувати себе словом, яке починається на першу літеру свого імені.</i></p> <p><i>Наприклад, Женя - життєрадісний, Лілія - ласкава, Тетяна - тиха.</i></p> <p><i>Після цього учасники за бажанням повторюють усі імена із характеристиками по колу.</i></p> |
|  | Рефлексія       | <p>«Пора року моєї душі»</p> <p><i>Мета: допомогти колективу зблизитись.</i></p> <p><i>Учасникам пропонується продовжити фразу : «Пора року моєї душі - ...», покладаючись на особисті відчуття та сприйняття своєї особистості кожного.</i></p>   |

Таблиця 2.6

## Заняття №2

| Тема  | Структура заняття | Час проведення  | Методи і прийоми психокорекційного впливу  |
|---|-------------------|-----------------|--|
| <p><i>Ознайомлення із терміном «конфлікт» та що він представляє для кожного з учасників</i></p> | <i>Бесіда</i>     | <i>1 година</i> | <p><i>Вправа «Асоціативний ряд»</i></p> <p><i>Мета : ознайомитись зі словом конфлікт, зрозуміти його зміст та основні характеристики.</i></p> <p><i>Учасникам надається альтернативне розшифрування аббревіатури терміну «конфлікт» (додаток 3)</i></p> <p><i>Учасники повинні обговорити даний асоціативний ряд, виразити свої почуття відносно цих слів та обговорити власні почуття з групою.</i></p> |
|   | <i>Тестування</i> |                 | <p><i>Тест «Чи конфліктна ви людина?»</i></p> <p><i>Мета : дане тестування дає нам змогу з'ясувати рівень конфліктності кожного учасника і відповідає на питання : «Наскільки ви конфліктна людина?», «Як часто вам</i></p>  |



|  |                    |  |
|--|--------------------|--|
|  |                    | <p>доводиться перебувати в ситуації конфлікту?»,<br/>«Наскільки дана тема є актуальною для вас?».</p>  |
|  | Рефлексія-дискусія | <p>Обговорення між учасниками результатів тесту, усвідомлення кожним із учасників рівня конфліктності та обговорення шляхів вирішення даної проблеми.<br/>Так чи інакше всім нам досить часто доводиться бути самим учасником конфліктної ситуації чи допомагати іншим вирішувати конфлікти між дітьми та іншими учасниками навчально-виховного процесу.</p> |

Таблиця 2.7

## Заняття №3

| Тема   | Структура заняття  | Час проведення | Методи і прийоми психокорекційного впливу   |
|--|--|----------------|---|
| Оцінка рутинності кожної із сімей, розуміння особистих конфліктів, | Методика, спрямована на оцінку рівня проінформованості про проблему кожної із сімей. | 1 година       | Вправа «Чим ми схожі, і чим різні»<br>Мета - дати можливість членам групи відчутти подібність і різницю сімей кожного.<br>За допомогою даної вправи |

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p><i>причин їх виникнення та шляхів вирішення негараздів</i></p> |  | <p><i>учасники ближче познайомляться один з одним.</i></p> <p><i>Учасникам пропонується для заповнення опитувальник із формування здорового способу життя в сім'ї (додаток І) .</i></p> <p><i>Після відповіді на усі поставленні запитання, учасники обмінюються відповідями один одного, обговорюють побут та стиль життя кожного.</i></p> <p><i>Дана методика дає змогу оцінити схожість сімей, їхні розбіжності, позитивні та негативні звички та обговорити їх.</i></p> |
|   | <p><i>Інтерактивна вправа для демонстрації особистого побуту кожної із сімей</i></p> | <p><i>Вправа «Німе кіно».</i></p> <p><i>Сюжети фільму «Вихідний день в сім'ї».</i></p> <p><i>Протягом п'яти хвилин учасникам слід придумати сюжет фільму про те, як проходить їх класичний вихідний день і побут у</i></p>  |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | <p>ньому. Кожна група обирає для себе, яку частину дня представить. Потім, по черзі, сім'ї демонструють свій фільм за допомогою жестів та міміки. Слова вживати не можна. Після того як «фільм» буде показаний, глядачам пропонується озвучити картину. В кінці ведучий обговорює із групою негативні та позитивні аспекти побуту кожної із сімей, пропонує варіанти того, як можливо провести вільний час з користю для сімейного життя (додаток Й)</p> |
|  | <p><i>Пошук шляхів розв'язання проблеми на думку учасників</i></p> | <p><i>Після того, як учасники зрозуміли причини конфліктів за допомогою минулих завдань, їм надається можливість запропонувати методи їх вирішення. Кожна із сімей по черзі проговорює конфліктні ситуації, після</i></p>  |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  |  |  | <p><i>цього висловлює власну думку, як дані ситуації можливо вирішити або навіть запобігти їх виникненню. Інші учасники вносять корективи до варіантів вирішення, висловлюють думку, як би вони діяли в даній ситуації. В кінці ведучий обговорює плюси та мінуси варіантів вирішення конфліктів кожної із сімей, пропонує професійні та дієві шляхи подолання негарздів.</i></p> |
|--|--|--|---|

Таблиця 2.8

## Заняття №4

| Тема                                 | Структура заняття | Час проведення  | Методи і прийоми психокорекційного впливу  |
|--------------------------------------|-------------------|-----------------|--|
| <i>«Я відчуваю, а значить існую»</i> | <i>Дискусія</i>   | <i>1 година</i> | <i>Обговорення власних почуттів<br/>Мета: вираження особистих переживань кожного із учасників, надання психологічної підтримки учасникам групи, розширення знань про почуття та емоції, способи саморегуляції та</i> |

|  |                               |  |
|--|-------------------------------|--|
|  |                               | <p><i>вираження своїх почуттів прийнятними в сім'ї способами.</i></p>  |
|  | <p><i>Основна частина</i></p> | <p><i>Вправа «Злість»</i></p> <p><i>Ціль: навчитись реагувати на негативні емоції.</i></p> <p><i>Інструкція: учасники займають комфорту позу, розслабляються, роблять глибокий подих для того щоб абстрагуватись від зовнішніх подразників. Третер : «Уявіть собі, що ви потрапили на невелику виставку. На ній демонструються фотографії людей, серед них і той, до кого ви маєте сильні негативні почуття. Розгляньте виставку, постарайтеся згадати якусь конфліктну ситуацію, пов'язану з цією людиною. Уявіть, що ви висловлюєте почуття цій людині. Не стримуйте своїх почуттів, не соромтеся у висловлюваннях, кажіть йому все, що хочете сказати.»</i></p> <p><i>Учасник повинні відзначити, які саме почуття виникли: злість, ненависть, зневага, образа, гнів, безвихідь, жаль, сором, роздратування, лют, обурення,</i></p> |

|  |                         |   |
|--|-------------------------|---|
|  |                         | <p><i>огида, страх, розчарування, спустошеність, розпач, жаль, вино, горе, збентеження, незручність, страх, тривога жах, переляк та ін.)</i></p> <p><i>Психолог показує учасникам необхідність наявності в людині негативних емоцій, їх позитивну роль і важливість розширення спектра як позитивних, так і негативних емоцій. За допомогою даної вправи показується спосіб регулювання негативних переживань, не пов'язаних із конкретною ситуацією. Учасники повинні розуміти, що негативні емоції – це нормально, але з ними необхідно жити і не перенасичувати ними своє життя.</i></p> |
|  | <p><i>Рефлексія</i></p> | <p><i>Психолог пропонує підсумувати заняття так: подружжю необхідно закінчити фразу «Сьогодні важливим для мене було...». Учасники по черзі діляться враженнями, що важливого для себе вони дізнались, як змінилось їхнє ставлення до негативу у житті.</i></p>   |

Таблиця 2.9

**Заняття №5**

| Тема | Структура заняття | Час проведення  | Методи і прийоми психокорекційного впливу  |
|------|-------------------|-----------------|--|
|      | <i>Дискусія</i>   | <i>1 година</i> | <p><i>Вправа «Особисті недоліки»</i></p> <p><i>Мета: розкрити негативні сторони характеру кожного з учасників тренінгу. Оцінка даних характеристик іншими учасниками.</i></p> <p><i>Кожному з учасників пропонується по черзі розказати про особисті негативні звички та риси характеру, ґрунтуючись на минулі заняття. Після вираження думки, інші учасники виражають особисті враження, чи погоджуються вони з цими твердженнями, що вони не вважають притаманним людині, а на що навпаки б пропонували звернути увагу. Ведучий проводить особистий аналіз кожного з учасників, пропонуючи варіанти вирішення проблеми для</i></p> |

|  |                               |  |   |
|--|-------------------------------|--|---|
|  |                               |  | <p>покращення життя кожного з учасників.</p>  |
|  | <p><i>Основна частина</i></p> |  | <p><i>Вправа «Управління поведінкою»</i></p> <p><i>Мета: підвищення усвідомленості наслідків своїх дій у спілкуванні.</i></p> <p><i>Учасникам пропонується взяти аркуш паперу та поділити його на дві колонки. Насамперед учасникам пропонується виписати ті якості, які він хотів би бачити у партнері. Після заповнення першої колонки, психолог просить кожного написати у другій колонці його особисті дії для того, щоб ці якості у партнері підтримати, ті дії, які стимулюватимуть розвиток у сім'ї.</i></p> |
|  | <p><i>Рефлексія</i></p>       |  | <p><i>Фінальне обговорення.</i></p> <p><i>Ведучий тренінгу робить висновки відносно минулих занять, проговорює з кожним з учасників негативні сторони характеру, дає особисті рекомендації для вирішення даних проблем.</i></p> <p><i>Учасникам (парам) дається можливість проговорити особисті конфліктні ситуації у їхніх подружніх стосунках та їхні</i></p>   |



|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | <p><i>варіанти вирішення даних ситуації. Проводиться конструктивне обговорення висновків 5 занять, що вони надали кожному з учасників, на які проблеми звернули увагу. Учасники діляться рекомендаціями щодо вирішення проблем інших, як би вони діяли у тих чи інших ситуаціях. Ведучим проводиться оцінка та корегування даних методів. Тренінг закінчується підсумовуванням усіх занять, наданням додаткової літератури для ознайомлення з проблемами у стосунках та повідомленням ведучого про подальшу онлайн-допомогу учасникам за потребою.</i></p> |
|--|--|--|

Об'єктивною причиною подружніх розбіжностей є криза в розвитку сім'ї. Існують природні кризи, які залежать від тривалості існування сім'ї і протікають більш-менш гостро у всіх сім'ях. Інший тип сімейних криз є необов'язковим і залежить від особистої історії сім'ї. Причинами цієї кризи є: віковий профіль партнерів, раптові зміни життєвих обставин, потрясіння (переїзд, хвороба, скорочення бюджету, смерть, народження дитини).

Існує п'ять основних способів поведінки в конфліктній ситуації.

1. Ухилення – ігнорувати конфлікт, мовчати і відкладати рішення на «потім». Фізично піти з місця, де відбувається конфлікт, переконати себе та інших, що нічого не відбувається (переосмислення ситуації). Цей стиль

реагування часто поєднується з переконанням, що конфлікт сам по собі є злом, що він непотрібний і принизливий. Цей стиль характерний для людей, чий емоційний стрес, викликаний конфліктом, настільки великий, що вони вважають за краще вийти з нього, ніж вирішити його. Уникнення є розумною стратегією в ситуаціях, коли предметом конфлікту є щось неприйнятне і шансів вирішити його мало.

2. Деескалація – це дії в інтересах іншої людини, відкладання власних цілей через страх втратити добрі стосунки з іншими або страх залишитися на самоті. Деескалація – це хороший спосіб впоратися з ситуацією, коли ми дійшли висновку, що помилилися і хочемо виправити свою позицію по відношенню до іншої людини, а також коли предмет суперечки пов'язаний з іншою людиною. Вона також виправдана, коли партнер має певну перевагу над нами.

3. Конкуренція – підхід до конфлікту як до «гри у виграші», де перемога – це успіх. Часто такий підхід супроводжується очікуванням перемоги, тому людина буде використовувати багато заходів, які не обов'язково є справедливими, щоб досягти цієї мети. Вибір цього стилю пов'язаний із захистом самооцінки.

4. Компроміс – пошук можливих рішень супроводжується думкою про те, що треба бути готовим поступитися власними цілями і проявити більше розуміння інтересів партнерів. Залежно від цього способу реагування на конфлікт, обоє з подружжя можуть щось отримати або щось втратити. Цей спосіб реагування досить ефективний, коли обидва партнери мають рівну владу; компроміс корисний, коли немає часу, а збереження ситуації, як вона є, дозволяє більш всебічно проаналізувати проблему.

5. Співпраця – це реакція, при якій ви приймаєте бажання інших учасників конфлікту досягти своїх цілей без шкоди для власних; вона виходить з припущення, що завжди можна знайти рішення, яке задовольнить обох партнерів; навіть якщо неможливо знайти рішення, яке задовольнить обидві сторони конфлікту, партнери вважають, що таке рішення повинно бути

знайдено. Це ефективний стиль вирішення конфлікту і корисний, зокрема, коли подружжя має різні цілі, оскільки він може призвести до виявлення причин суперечок, якими часто є нерозуміння або брак комунікації.

Важливо проаналізувати власний стиль управління конфліктами, особливо на початку вирішення конфлікту – це має стати початком процесу вирішення всіх конфліктів.

Вирішення конфлікту – це не тільки пошук конкретних способів дій (застосовних до ситуації, що виникла), але й уміння працювати з партнерами та знаходити спільне задоволення. Досягнення згоди вимагає спільних дій з усіх конфліктних питань, а також конкретних договорів, узгоджених між сторонами та реалізованих на практиці.

8 порад, як подолати кризу у стосунках:

1. Дайте собі більше свободи. Пари часто думають, що повинні проводити весь вільний час один з одним. Від цього страждає кохання.

Проводьте багато часу разом, культивуйте спільну пристрасть, але також визнавайте право бути наодинці, зі своїми вподобаннями, інтересами, звичками.

2. Не створюйте тихих днів. Не уникайте делікатних тем, але будьте обережні у висловлюваннях, коли ви розлючені. Не засинайте посеред суперечки. Намагайтеся помиритися ввечері і почати день у мирі та спокої.

3. Боріться з нудьгою в спальні. Не вірте, що у зрілих стосунках у спальні на вас не чекає нічого цікавого. Частіше думайте про секс (бажання створюється в мозку). Дивіться разом популярні фільми, щоб урізноманітнити ваші еротичні ігри. Цей аспект вашого життя повинен бути важливим для вас!

4. Не дозволяйте батькам бути на першому плані. Пам'ятайте, що ви вже дорослі. Батьки не зобов'язані знати про вас все, а ви не зобов'язані постійно їм підкорятися. Захищайте свою приватність. Наприклад, вирішіть, скільки приватності ви хочете зберегти.

5. Не забувайте бути ніжними. Досвідчене подружжя помилково вважає, що оскільки вони так довго разом, їм не потрібно робити компліменти, робити

сюрпризи або тримати один одного за руку. Це велика помилка, адже саме так будується близькість! Тому висловлюйте свої почуття якомога більше. Тому висловлюйте свої почуття якомога більше!

6. Намагайтеся організувати своє життя і не мати рутини. Кохання може легко згаснути, коли кожен день здається однаковим, а в житті пари немає спільних розваг, спільних задоволень чи мало часу разом. Тому намагайтеся завжди дивувати себе чимось приємним. Пам'ятайте, що рутини - ваш ворог, тому боріться з нею щодня!

7. Знаходьте час для спілкування. Доведено, що найуспішніші стосунки – це ті, в яких партнери регулярно спілкуються. Хоча це нелегко, намагайтеся, щоб ваші розмови не обмежувалися сухими командами («купи хліба», «винеси сміття»). Діліться з партнером своїми думками та мріями, розповідайте про свій день за вечерею. Це дає вам відчуття спільності!

8. Певна розсудливість є доречною. Партнери часто вважають, що в шлюбі немає місця для таємниць. Однак правда іноді може бути настільки жорстокою, що надовго залишається в серці, як болючий удар. Тому будьте обережні зі словами, які не розлучать вас. Кожному дозволено мати свої маленькі секрети.

У сімейній терапії рекомендується поєднувати різні техніки і способи роботи, які є найбільш ефективними. Залежно від глибини подружньої кризи і способу її розуміння, терапевт повинен вміло підбирати методи і техніки терапевтичної роботи, щоб допомогти парі знайти вихід з пастки.

У поведінковій терапії з поведінковим фокусом терапевт намагається визначити поведінку, яка може бути причиною кризи, і зосереджується на симптомах або проблемах, усуваючи або модифікуючи терапевтичні цілі.

1) Підхід, спрямований на укладання контрактів, тобто взаємний обмін позитивною поведінкою (так звана контрактна терапія, інструментальна міжособистісна терапія або тренінг взаємного обміну). Цей підхід базується на теорії соціального обміну Тібо і Келлі, згідно з якою серед усіх людей існує закономірність, що полягає в тому, що учасники взаємодії завжди прагнуть

отримати найбільшу «віддачу» або вигоду за найменші витрати.

Існує дев'ять підходів до консультування пар, які довели свою ефективність. Конфліктів у стосунках не завжди можна уникнути, оскільки немає двох абсолютно однакових людей, тому навчання конфіденційності може забезпечити успішний і здоровий союз. Існує багато різних способів спілкування, і вміння спілкуватися зі своїм партнером є невід'ємною частиною здорових стосунків. Функціональна комунікація призведе до кращого взаєморозуміння між вами і вашим партнером, а взаєморозуміння – це ключ до успішної комунікації. Ознайомлення з різними формами терапії допоможе вам визначити, який тип шлюбного консультування найкраще відповідає вашим потребам [22, с. 77].

### Висновок до другого розділу

Відповідно до проведеного емпіричного дослідження:

1. Третя частина опитаних пар має невдоволеність шлюбом або скоріше невдоволеність, ніж вдоволеність.

2. Половина пар – це присутність дисгармонії у відносинах: відсутність єдності та солідарності один з одним, зниження позитивних емоційних зв'язків, перевага таких почуттів, як ворожість, гнів, почуття провини, каяття, ревності, сором, обурення з приводу закриття почуттів.

3. Провівши кореляційний аналіз між ступенем задоволеності шлюбом та показниками дисгармонії, було виявлено, що вони негативно зв'язані між собою. Таким чином, дисгармонія у відносинах молодих сімей справді може бути причиною невдоволення шлюбом і призводити до конфліктів у сім'ї.

4. За значними показниками методики СОМВ можемо дійти невтішного висновку, що на першому місці знаходиться індикатор агресія (30%), на другому місці відчуженість (15%), третє місце розділили між собою напруженість і конфліктність (5%)

5. Тест «Чи розумієте один одного?» виявив та позначив проблеми в подружньому житті. Гіпотеза нашого дослідження загалом підтвердилася. Емпіричне дослідження та отримані результати дозволили розробити рекомендації для молодого подружжя, спрямовані на запобігання конфліктам та ефективної поведінки у конфліктних ситуаціях, що є практичною значимістю даної роботи.

## ВИСНОВОК

Сім'я – це форма спільності людей, яка складається з чоловіка і жінки, поєднаних шлюбом, їх дітей (власних або усиновлених). Єдність сім'ї забезпечується взаємною любов'ю та повагою, моральними, економічними, правовими та іншими видами взаємної відповідальності всіх членів сім'ї, взаєморозумінням та емоційним зв'язком. Особливе місце в соціології сім'ї посідає студентська сім'я. За статистикою, з 10 молодих людей, які навчаються в ВНЗ і технікумах, одружуються під час навчання 7 дівчат і 6 юнаків. Як правило, студентські шлюби – це союз людей з близькими дошлюбними соціокультурними характеристиками. Це дає можливість прогнозувати більшу вірогідність успішності шлюбів цієї соціальної групи. Таким сім'ям притаманні певні особливості та проблеми. Сім'я становить для студентів унікальне мікро середовище, де задовольняються такі життєві потреби, як любов, відпочинок, інтелектуальне спілкування, психологічний комфорт. Сім'я – головний осередок суспільства. Вона відіграє надзвичайну роль у його життєдіяльності – через фізичну і соціокультурну зміну поколінь забезпечують можливість існування суспільства. У сім'ї створюється найбільше суспільне багатство – людина. Тут вона народжується і формується як особистість. Це та клітина, з котрої розпочинається будь-яка держава. Немає країни без сім'ї, сімейно-родинних відносин.

Включаючись у ціннісно-нормативну систему суспільства, сім'я виступає як соціальний інститут, своєрідний ціннісно-нормативний комплекс, за допомогою якого регулюється й контролюється поведінка членів сім'ї, визначаються їхні соціальні ролі та статуси.

Отже, сім'я – це надзвичайно важливий елемент соціальної структури суспільства. Зміни, які відбуваються в сім'ї, впливають на характер суспільних відносин, на стан і розвиток самого суспільства. Сімейна діяльність регулюється і спрямовується традиціями, звичаями, нормами, що панують у суспільстві за певних історичних умов.

Як складова суспільства, сім'я зазнає впливу всіх тих змін, що в ньому відбуваються. Економічна та соціальна криза, спад виробництва, безробіття, соціальна незахищеність – усе це справляє негативний вплив на сім'ю, зумовлює її сучасну кризу в Україні.

Криза інституту сім'ї проявляється в утраті орієнтації молоді на створення власної сім'ї, у низькій народжуваності, малодітній сімейній орієнтації, збільшенні кількості розлучень, зростанні кількості позашлюбних дітей тощо.

Сучасна сім'я помітно відрізняється від сімей 1950-х, 1970-х, 1980-х і навіть 00-х років. Сім'я – це соціальний інститут, основний осередок суспільства, який характеризується, зокрема, добровільним шлюбом; об'єднанням членів сім'ї в результаті спільного проживання; вступом до шлюбу; бажанням мати дітей. Сьогодні термін «сім'я» втратив своє глобальне значення. Поняття сім'ї сьогодні стало набагато простішим.

Сьогодні основою сімейної солідарності все частіше стають спільні цілі та психологічна потреба людей один в одному. Із соціально-економічної одиниці сім'я перетворилася на психологічний простір, в якому люди можуть рости і розвиватися. Швидше за все, сьогодні сім'ю можна описати як групу людей, які вважають себе сім'єю.

На сучасному етапі досліджень поняття «сім'я» трактують як специфічну малу соціально-психологічну групу, підкреслюючи, що вона має особливу систему міжособистісних стосунків, засновану значною мірою на власних законах, моральних нормах і традиціях. Визначено критерії та ознаки сім'ї як малої соціальної групи. Встановлено, що сім'я має певну структуру. Розглянуто векторну теорію блокової структури сім'ї. Виявлено, що поняття «сім'я», «батьківство» та «сімейне виховання» нерозривно пов'язані між собою.

Аналіз психологічної структури сімейних стосунків. На основі психологічного клімату розрізняють сім'ї зі сприятливим і несприятливим психологічним кліматом. На основі психологічного благополуччя в сім'ї



виділяють дві основні типології сімей: благополучна сім'я і неблагополучна сім'я.

Категоріальною ознакою типології сімей може бути характер шлюбу. За цією класифікацією сім'ї поділяються на моногамні та полігамні. На основі внутрішньої структури дослідники розрізняють розширені сім'ї, що складаються з різних поколінь, нуклеарні сім'ї, що складаються з подружжя і дітей (незалежні, прості), неповні сім'ї, в яких відсутній один з подружжя, і повні сім'ї (і батько, і мати).

Також виділяють сім'ї з різним виховним потенціалом: виховно сильні; виховно стабільні; виховно слабкі. Залежно від типу сімейного лідерства виділяють егалітарні (рівні), авторитарні та ліберальні сім'ї. В елітарних сім'ях ролі розподіляються відповідно до наявних посад.

Провівши кореляційний аналіз між ступенем задоволеністю шлюбом та індикаторами дисгармонії, ми встановили, що кореляційна зв'язок середній та зворотний.

Отриманий аналіз за методикою СОМВ дозволяє зробити висновок про наявність позитивного статистично достовірного взаємозв'язку між відчуженістю та напруженістю, тобто, чим вищі показники відчуженості, тим вищі показники напруженості. Це може бути пов'язано з тим, що травмуючі події свідчать про втрату почуття емоційної зв'язки між неприйнятними подіями та переживаннями з їх приводу, хоча дійсність цих подій усвідомлюється. Відчуженість свідчить про зростання напруженості у відносинах, прагненні відмежуватися від чоловіка (дружини), необхідності внутрішньої дистанції між прийнятною чи непринятною частинами «свого Я». Відчуження розширює можливості людини, створюючи йому умови осмислення своїх вчинків.

Для успішного вирішення конфлікту в кінцевому підсумку потрібно, щоб обидві сторони висловили бажання вирішити конфлікт. Однак, якщо хоча б одна сторона готова це зробити, це дасть іншій стороні більше можливостей для контратаки. Перший крок до вирішення конфлікту завжди складний:

кожна сторона вважає, що інша повинна поступитися. Тому готовність однієї зі сторін вирішити конфлікт може зіграти вирішальну роль у вирішенні конфлікту в цілому. Основний спосіб запобігти конфлікту – будувати сімейні стосунки на засадах рівності, взаємної відповідальності, довіри та поваги. Більшості криз можна уникнути завдяки чесному обговоренню, чітким очікуванням і відкритості до потреб і почуттів чоловіка/дружини. Це складний процес, який вимагає багато навчання, але може бути досягнутий завдяки взаємній любові, повазі та прагненню до спільного щастя.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексєєнко Т. Ф. Проблема цінностей в інтерпретації конфлікту батьків і дітей у теорії поколінь. Педагогіка і психологія: Науково-теоретичний та інформаційний журнал Академії педагогічних наук України. Київ: Педагогічна преса, 2018/2. №3. С. 68 - 76.
2. Бабій В. Сімейні традиції та їх виховне значення. Позакласний час. 2004. № 7-8. С. 27 - 31.
3. Бєвз Г. М. Дитина в прийомній сім'ї: Нотатки психолога. Київ: Український інститут соціальних досліджень, 2001. 101 с.
4. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка в схемах і таблицях. Навчальний посібник. Київ: Держкомстат, 2003. 187 с.
5. Бєссонова Т. Застосування методів практичної психокорекції у системі психологічно-педагогічного захисту соціально-занедбаних дітей і підлітків. Педагогіка і психологія професійної освіти. Львів. 2002. № 6. С. 310 - 316.
6. Бєх І. Д. Виховання особистості. Сходинки до духовності. Київ: Либідь, 2006. 271 с.
7. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї: курс лекцій. Київ: МАУП, 2001. 96 с.
8. Буленко Т. В. Соціально-психологічні основи функціонування сучасної студентської сім'ї. Науковий вісник ВДУ. Луцьк: Вежа, 2008. №9.
9. Буленко Т. В. Тенденції розвитку української сім'ї та її проблеми на сучасному етапі. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. За ред. Максименка С. Д. К., 2001. Т.3. Ч.4. С.20 - 24.
10. Вашниця Л. С. Права дитини в Україні: Проблеми та перспективи. Київ: Вища школа, 2002. 203 с.
11. Веселова Н. П. Психологічні особливості комунікативних процесів у сім'ї. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Психологічні науки. 2013. Вип. 114. С. 21 - 24.

12. Власова О. І. Педагогічна психологія. Київ: Либідь, 2005. С. 273-287.
13. Вовчик-Блакитна О. О. Міжпоколінна взаємодія як ресурс. Актуальні проблеми психології. 2019. Вип. 47. Том 7. С. 80 - 91.
14. Войтко В. І. Етика сімейних відносин. Київ: Політвидав України, 2001. 70 с.
15. Гендерні аспекти усвідомленого батьківства: навч. посіб. Т. В. Говорун, В. П. Кравець, О. М. Кікінежді, О. Б. Кізь. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2004. 144 с.
16. Георгадзе Т. О. Традиційна сім'я та її роль в сучасному українському суспільстві. SCIENCE, RESEARCH, DEVELOPMENT. PEDAGOGY. 2018. № 12. С. 27 - 29.
17. Горецька О.В. Психологія сім'ї : навчальний посібник для студентів
18. Діденко С. В. Психологія сексуальності. Київ: Академвидав, 2009. 304 с.
19. Дуткевич Т. В. Конфліктологія з основами психології управління: навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2005. С. 105 - 113.
20. Заброцький М. М. Основи вікової психології. Тернопіль: Богдан, 2005. С.34-70.
21. Зозуль Т. В. Психологічні особливості розподілу сімейних ролей у подружніх парах із суттєвою різницею у віці. Психологія і особистість. 2016. № 1(9). С. 129 - 138.
22. Інститут сім'ї в Україні: стан, проблеми та шляхи їх вирішення. О. О. Козлова. Херсон : ХДУ, 2019. 61 с.
23. Кісарчук З. С. Психологічна допомога сім'ї. Київ: Главник, 2006. 244 с.
24. Кісарчук З. С., Єрмусевич О. І. Психологічна допомога сім'ї: навч. посіб. Київ: Главник, 2006. 127 с.
25. Кондратюк Т. В. Характеристика сфери сімейних відносин

суспільств сучасного типу як об'єкта державного управління. Економіка та держава. Київ, 2009. № № 8. С. 52 - 55.

26. Корольчук М. С. Психологія сімейних взаємин. Київ: Ніка-центр, 2011. 296 с.

27. Кошонько Г. Соціально-психологічні особливості сучасної сім'ї. Науковий вісник Ужгородського національного університету. 2009. Вип. 16 - 17. С. 53 - 55.

28. Лакуста Т. Причини появи неповних сімей в сучасному суспільстві. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота. 2011. Вип. 22. С. 88 - 90.

29. Литвинчук Л. М. Проблема співзалежності як брак почуття внутрішнього власного значення. Технології розвитку інтелекту. 2016. Т. 2 Вип.4. URL:

[https://psytir.org.ua/upload/journals/2.4/authors/2016/Lytvynchuk\\_Lesja\\_Myh\\_ajlivna\\_Problema\\_spivzalezhnosti\\_jak\\_brak\\_pochuttja\\_vnutrishnogo\\_vlasnogo\\_znachennja.pdf](https://psytir.org.ua/upload/journals/2.4/authors/2016/Lytvynchuk_Lesja_Myh_ajlivna_Problema_spivzalezhnosti_jak_brak_pochuttja_vnutrishnogo_vlasnogo_znachennja.pdf)

30. Ліпич Л. Сім'я та сімейні цінності в умовах трансформації традиційних соціальних інститутів. Релігійна свобода. 2018. № 21. С. 14 - 27.

31. Літвінова О. В. Психологічні особливості стратегій поведінки в конфлікті між представниками різних поколінь в сім'ї. О. В. Літвінова, Д. В. Коломойчук. Наука і освіта : наук.-практ. журнал. 2016. № 2 - 3. С. 138 - 144.

32. Лукашевич М. П. Соціологія сім'ї: теорія і практика: навчальний посібник. Київ: ІПК ДСЗУ, 2012. 186 с.

33. Любар О. О., Стельмахович М. Т. Історія української школи і педагогіки. Київ: Знання, 2006. С.7-34.

34. Ляшенко Н. О. Соціологія сім'ї: конспект лекцій для студентів спеціальності 054 «Соціологія» у 2-х частинах. Ч. I. Сім'я як соціальний інститут. Н.О. Ляшенко, Н.М. Семке. Харків: ХПІ, 2018. 96 с.

35. Максимова Н. Ю. Сімейне консультування : навч. посіб. Київ: Персонал, 2011. 304 с.

36. Маннапова К. Р. Неповна сім'я як чинник, що впливає на формування життєздатності підлітків. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : Психологія. 2011. № 959. Вип. 46. С. 105 - 108.
37. Молода сім'я: проблем та умови її становлення. За ред. проф. А. Й. Капської. Київ: ДЦССМ, 2003. 184 с.
38. Молодіжна сімейна політика в Україні / За заг. ред.. Ничипоренко С.В. Умань: Сочінський, 2011. 217 с.
39. Мудрак С. Психологічні особливості взаємин молодого подружжя у кризовий період. Науковий вісник ВДУ. Луцьк: Вежа, 2016. №9.
40. Муляр Н. Актуальні проблеми сучасної української сім'ї у контексті морально-етичного виховання. Актуальні питання гуманітарних наук. 2016. Вип. 16. С. 359 - 364.
41. Орбан-Лембрик Л. Е., Лембрик С. П. Шлюбно-сімейні взаємини і стабільність родинного життя. Збірник наукових праць. Івано-Франківськ: ВДВ ЦІТ, 2006. Вип. 11. Ч.1. С.120-136.
42. Помиткіна Л. В. Психологія сім'ї: навч. посіб. Київ: Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с.
43. Посвістак О. А. Біхевіористський підхід до сім'ї: специфіка та основні концепції. Наука і освіта. 2015. № 7. С. 111 - 117.
44. Потапчук Є. М. Психологічна діагностика сімейних ролей як моделей поведінки подружжя. Науковий вісник Херсонського державного університету. 2016. Вип. 4. С. 41 - 45.
45. Проблеми і перспективи української сім'ї. Галицькі контракти. 2001. №11.
46. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі: навчально-наочний підручник / за заг. ред. О. М. Цільмак. Київ: Ліра-К, 2020. 266 с.
47. Психологія сім'ї: конспект лекцій. І. Ушакова. Харків: НУЦЗУ, 2019. 90 с.
48. Психологія сім'ї: навчальний посібник. В. М. Поліщука. Суми:

Університетська книга, 2008. 238 с.

49. Психологія сім'ї: навчально-методичний посібник з дисципліни для студентів денної та заочної форми навчання ступеню «Бакалавр» спеціальності 6.030103 «Практична психологія»/ укладач М. О. Марценюк. Мукачево: МДУ, 2017. 76 с.

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

51. Рогів К. Боротьба за лідерство у сім'ї: матриархат проти патріархату на прикладі української сім'ї. Психологічні виміри культури, економіки, управління. 2016. Вип. 8. С. 46 - 50.

52. Седих К. В. Психологія сім'ї: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2015. 192 с.

53. Сім'я та сімейні відносини в Україні: сучасний стан і тенденції розвитку. Київ: Основа-Принт, 2009. 248 с.

54. Словник-довідник для соціальних педагогів та соціальних працівників. А. Й. Капської. Київ: Освіта, 2010. 304 с.

55. Смахов В. А. Досвід психологічної діагностики і корекції конфліктного спілкування в сім'ї. Питання психології. 2017. №4. С.83-92.

56. Сосніхіна С. Є. Психологічний аналіз сучасних шлюбно-сімейних стосунків студентської сім'ї. Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. 2019. Вип. 52. С. 134 - 142.

57. Столярчук О. А. Вплив сім'ї на формування самооцінки дитини // Розвиток особистості в умовах трансформаційного суспільства: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 13 грудня 2012 року). Київ: Київський університет імені Бориса Грінченка. 2012. С. 423-426.

58. Столярчук О. А. Родинні настанови студентської молоді //International scientific professional periodical journal «The unity of science». 2015. (V. 2). P. 106-109.

59. Сушко Д. Співзалежна поведінка особистості у контексті наукових

досліджень. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова . Серія 12. Психологічні науки. Зб. наукових праць. Випуск 8 (53). 2019. С. 107 - 112.

60. Терещенко Н. М., Долгополова О. В. Трансгенераційні моделі шлюбу: досвід роботи із генограмами. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія. 2020. № 68. С. 57 -61.

61. Ткаченко В. Є. Благополуччя подружніх відносин і його психологічні детермінанти: теоретичний аналіз. Наука і освіта. 2018. № 3. С. 113- 116.

62. Циба В. Г. Соціологія особистості: системний підхід: навчальний посібник. Київ: МАУП, 2010. 152 с.

63. Цьомик Х. Б. Психологічна сутність подружніх взаємин у зарубіжних та вітчизняних дослідженнях. Габітус. 2021. Вип. 24. С. 177 - 183.

64. Чемпен Г. Взаємоотношения с родственниками супругов. Київ: Брайт Стар Паблішінг, 2015. 88 с.

65. Чепмен Г. П'ять ознак доброї сім'ї. Львів: Свічадо, 2014. 270 с.

66. Швалб Ю. М. Еколого-психологічні детермінанти суб'єктивного благополуччя особистості. Київ - Львів: Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 234 с.

67. Щербань П. Психологія сучасної сім'ї та педагогіка сімейних взаємин. Рідна школа. 2005. №5. С.14-15.

68. Юрченко І. Основні психолого-педагогічні особливості неповних сімей в сучасній Україні. Педагогічні науки. 2016. Вип. 65. С. 57 - 64.

69. Ярощук А. А. Поняття сім'ї та шлюбу як основа формування матримоніальних настанов у старших школярів. Молодий вчений. 2017. № 10. С. 737 - 741.

70. Яцина О. Ф. Методичні рекомендації до практичних занять з курсу «Психологія сім'ї» для студентів за напрямом підготовки 6.030102 Психологія. Ужгород, 2016. 31 с



## ДОДАТКИ

### ДОДАТОК А

#### Тест «Чи розумієте один одного?»

1. Чи є у вас відчуття, що необхідно серйозне з'ясування відносин:
  - а) так – 1 очко;
  - б) ні, такої необхідності у з'ясуванні стосунків немає – 0;
  - в) таке з'ясування відносин марно – 2.
2. Коли ви хочете поставити якесь делікатне питання, чи можете ви зробити це прямо, без натяків?
  - а) так - 0 очок;
  - б) так, але мені потрібна для цього сприятлива обстановка – 1;
  - в) про це не може йтися – 2.
3. Чи вважаєте ви, що ваш партнер багато чого замовчує з того, що його обтяжує?
  - а) так – 1 очко;
  - б) не маю уявлення – 2;
  - в) я знаю всіх його проблем – 0.
4. Чи можете ви розмовляти зі своїм партнером про серйозні речі в будь-який час?
  - а) так - 0 очок;
  - б) який завжди, треба почекати відповідний момент – 1;
  - в) здебільшого немає, тому що він не має часу – 2.
5. Коли ви розмовляєте один з одним, то стежите за тим, щоб ваші формулювання були точними?
  - а) так, я обмірковую, зважую свої слова – 1 очко;
  - б) ні, ми говоримо прямо те, що думаємо – 2;
  - в) висловлюю свою думку, але прислухаюся і до чужого – 0.
6. Коли ви ділитесь з партнером своїми проблемами, немає у вас такого почуття, що ви тим самим обтяжуєте його?

а) так, так часто буває – 2 очки;

б) він просто не вникає у мої проблеми – 1;

в) він виявляє участь – 0.

7. Чи приймає хтось із вас важливе рішення, яке стосується його самого, не радячись з іншим?

а) трапляється і так – 2 очки;

б) ми разом обговорюємо це, але останнє слово кожен залишає за собою – 1;

в) ми вирішуємо та обговорюємо всі разом – 0.

8. Чи не замислювалися ви над тим, що волієте частіше ділитися з друзями, чим із своїм супутником життя?

а) іноді це трапляється – 1 очко;

б) ні, свої проблеми я обговорюю зі своїм чоловіком - 0;

в) друзі мене краще розуміють - 2.

9. Чи не буває так, що коли партнер розмовляє з вами, ви думаєте про щось інше?

а) буває і так - 2 очки;

б) ні, я слухаю уважно – 0;

в) якщо відчуваю, що неуважна, то прагну зосередити своє увага - 1.

10. У розмові ви намагаєтеся насамперед висловитися самі?

а) неодмінно - 2 очки;

б) зазвичай даю можливість партнеру висловити все, що його турбує - 0;

в) вважаю, що ми обидва маємо ділитися своїми проблемами — 1.

Потім обоє повинні підрахувати і скласти ті бали, які у них набрані.

Ключ до тесту:

| Кількість набраних балів | Степіть взаєморозуміння |
|--------------------------|-------------------------|
| 0-8                      | Висока                  |
| 9-15                     | Середня                 |
| 16-22                    | Задовільна              |
| 23-29                    | Низька                  |

ДОДАТОК Б  
Показники відчуженості в відносинах



ДОДАТОК В  
Показники напруженості у стосунках



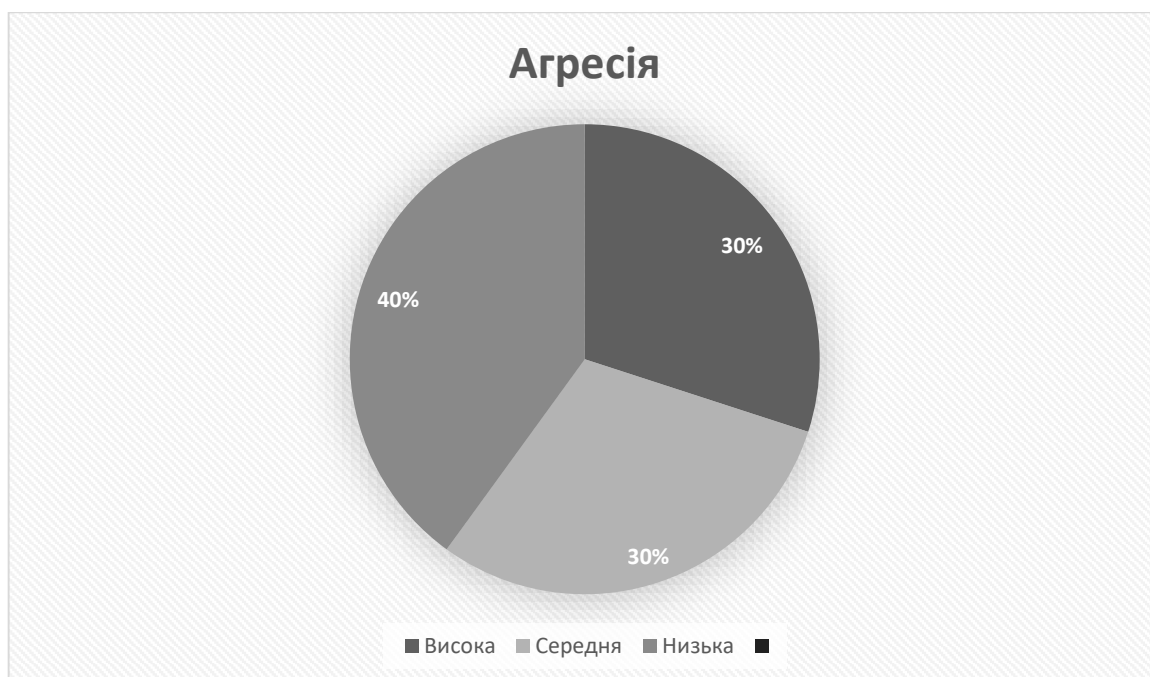
## ДОДАТОК Г

## Показники конфліктності у стосунках



## ДОДАТОК Д

## Показники агресії у стосунках



## ДОДАТОК Е

## Фінальний результат





## ДОДАТОК Ж

Підрахунок рангової кореляції між показниками відчуженості та напруженості:

Було виконано:

- 1) Ранжування значень А та В. Їх ранги занесені до колонок «Ранг А» та «Ранг В»;
- 2) Здійснено підрахунок різниці між рангами А та В (колонка d);
- 3) Зведення кожної різниці d квадрат (колонка d<sup>2</sup>);
- 4) Підраховано суму квадратів;
- 5) Здійснено розрахунок коефіцієнта рангової кореляції r<sub>s</sub> по формулі

$$: r_s = 1 - 6 * \frac{\sum d^2}{N*(N^2-1)}$$

- б) Визначено критичні значення

| N | Значення А | Ранг А | Значення В | Ранг В | d (ранг А ранг В) | d <sup>2</sup> |
|---|------------|--------|------------|--------|-------------------|----------------|
| 1 | 3          | 5.5    | 4          | 5      | 0.5               | 0.25           |
| 2 | 2          | 2      | 5          | 9.5    | -7.5              | 56.25          |
| 3 | 5          | 15.5   | 4          | 5      | 10.5              | 110.25         |
| 4 | 1          | 1      | 3          | 1.5    | -0.5              | 0.25           |
| 5 | 3          | 5.5    | 4          | 5      | 0.5               | 0.25           |
| 6 | 8          | 21     | 4          | 5      | 16                | 256            |
| 7 | 3          | 5.5    | 7          | 18.5   | -13               | 169            |
| 8 | 4          | 11     | 6          | 14     | -3                | 9              |

|       |   |      |   |      |      |         |
|-------|---|------|---|------|------|---------|
| 9     | 5 | 15.5 | 8 | 23   | -7.5 | 56.25   |
| 10    | 4 | 11   | 7 | 18.5 | -7.5 | 56.25   |
| 11    | 8 | 21   | 4 | 5    | 16   | 256     |
| 12    | 5 | 15.5 | 7 | 18.5 | -3   | 9       |
| 13    | 5 | 15.5 | 7 | 18.5 | -3   | 9       |
| 14    | 3 | 5.5  | 6 | 14   | -8.5 | 72.25   |
| 15    | 8 | 21   | 3 | 1.5  | 19.5 | 380.25  |
| 16    | 4 | 11   | 6 | 14   | -3   | 9       |
| 17    | 3 | 5.5  | 5 | 9.5  | -4   | 16      |
| 18    | 3 | 5.5  | 5 | 9.5  | -4   | 16      |
| 19    | 4 | 11   | 6 | 14   | -3   | 9       |
| 20    | 4 | 11   | 5 | 9.5  | 1.5  | 2.25    |
| Суммы |   |      |   |      | 0    |         |
|       |   | 216  |   | 219  |      | 1541.25 |

Результат:  $r_s = 0.595$

Критичне значення для  $N = 30$

| N  | p           |             |
|----|-------------|-------------|
|    | 0.05        | 0.01        |
| 30 | <b>0.36</b> | <b>0.47</b> |

**Відповідь:**  $H_0$  зрікається. Кореляція між А і В статистично значима.

ДОДАТОК 3  
«КОНФЛІКТ»

**К** – клопіт, крик

**О**- образа, опір

**Н**- неподобство, неповага

**Ф** - фінал

**Л** – лицемірство, лайка

**І**- істерика

**К** - кривдник

**Т**- тривога

## ДОДАТОК И

## Тест «Чи конфліктна ви людина?»

1. У громадському транспорті почалася суперечка, Ви:

- а) не втручаєтесь;
- б) висловлюєтеся коротко;
- в) активно втручаєтесь.

2. Чи часто ви виступаєте з критикою до своїх колег:

- а) не виступаю;
- б) рідко, маю підстави;
- в) часто, з будь-якого приводу.

3. Чи часто сперечаєтесь з друзями:

- а) не сперечаюсь;
- б) лише з принципових питань;
- в) часто

4. Як ви реагуєте на порушення у черзі?

- а) мовчу
- б) роблю зауваження;
- в) проходжу вперед і спостерігаю за порядком

5. Недосолена страва, Ваша реакція:

- а) промовчите;
- б) досолите самі;

в) відмовитися від їжі

6. Вам, наступили на ногу, Ви:

а) промочите;

б) зробите зауваження;

в) висловіте всі свої емоції

7. Вам не подобається подарунок, Ви:

а) промовчите;

б) тактовно прокоментуєте;

в) влаштуєте скандал

8. Не пощастило в лотарії, Ви:

а) байдужі;

б) не приховуєте досаду;

в) надовго втратите настрої.

Після підбиття балів:

А)– 4 бали; Б) – 2 бали; В) – 0 балів .

Ключ до тесту:

21- 32 бали – Ви тактичні та миролюбні, уникаєте суперечок і конфліктів, намагається не встрягати у критичні ситуації. Можливо, іноді вас називають пристосуванцем або безхарактерним . Наберіться сміливості, якщо обставини вимагають висловлюватися принципово, незважаючи на особи.

10- 20 балів. Ви відомі, як людина конфліктна. Але насправді ви конфліктуєте лише тоді, коли немає іншого варіанту і інші засоби безкорисні. Ви впевнено відстоюєте свою думку, не думаючи про те, як це вплине на вашу кар'єру або стосунки. При цьому не виходите за рамки конкретності, не принижуетесь до образ. Все це викликає до вас повагу.

До 10 балів. Конфлікти – це повітря, без якого ви не можете дихати. Любите критикувати інших, але якщо чуєте зауваження на свою адресу, «можете з'їсти живцем». Ваша критика – заради задоволення. Чи не тому у вас немає справжніх друзів? Словом постарайтеся перебороти свій безглуздий характер.

## ДОДАТОК І

## Методика «Чим ми схожі, а чим ні?»

1. Чи є у вашої сім'ї спільні хоббі? Якщо так, то які?
2. Як проходить ваш будній вечір?
3. Чим ви займаєтесь у вихідні дні?
4. Чи ведете ви здоровий спосіб життя?
5. Які шкідливі звички вам притаманні?
6. Ваше ставлення до спорту?
7. Що б ви обрали: вечір вдома за переглядом фільму зі своєю другою половинкою, чи спільне відвідування ресторану із друзями?
8. Чи притаманні вашій сім'ї побутові сварки (приготування їжі, прибирання, т.д.)
9. Яке місце у вашому сімейному житті посідають ваші батьки?
10. Що б на вашу думку, розбавило вашу сімейну рутину та додало до життя нових емоцій?

## ДОДАТОК Й

Питання, на які варто звернути увагу при роботі з даною вправою:

- Що це за сім'я?
- Як проводять свій вихідний день члени сім'ї?
- Які стосунки, кого і з ким у сім'ї?
- Що робить життя сім'ї цікавим і здоровим, а що не сприяє цьому?
- Які резерви та можливості, на вашу думку, характерні саме для цієї сім'ї?

Фізичний аспект здорового способу життя включає різні складові. Залежно від актуальності для групи проблеми дається коротка інформація тренера для подальшого завдання за можливими напрямками:

- дотримання в сім'ї гігієнічних норм і правил;
- режим - відповідно до віку й індивідуальних можливостей організму дитини;
- організація раціонального харчування;
- розумне й систематичне загартування;
- системність і послідовність використання фізичних вправ;
- протидія шкідливим звичкам;
- модель життя сім'ї у вихідний день.