

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

**Кваліфікаційна робота на тему:  
«Стратегії вирішення конфліктних ситуацій як чинник стабільності  
шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї»**

**Виконала здобувачка М 231 групи  
Другого магістерського рівня  
Негруца Тетяна Віталіївна**

Керівник: канд. психол. наук, доцент  
Крупник Іван Романович

Рецензент: канд. психол. наук, доцентка  
Александрова Ольга Григорівна

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ СТРАТЕГІЙ ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ У ШЛЮБІ ТА ХАРАКТЕРИСТИКА ЧИННИКІВ СТАБІЛЬНОСТІ ШЛЮБУ</b> .....	6
1.1 Поняття та предмет стратегій вирішення конфліктних ситуацій у шлюбі.....	6
1.2 Характеристика чинників стабільності шлюбу в залежності від різних етапів життєвого циклу сім'ї .....	16
<b>РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРАТЕГІЙ ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ ЯК ЧИННИК СТАБІЛЬНОСТІ ШЛЮБУ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ЖИТТЄВОГО ЦИКЛУ СІМ'Ї</b> .....	22
2.1 Характеристика вибірки та методів дослідження стратегій вирішення конфліктних ситуацій як основа емоційної стабільності подружжя .....	22
2.2 Аналіз та інтерпретація результатів стратегій вирішення конфліктних ситуацій в залежності від життєвого циклу сім'ї.....	24
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	33
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	34
<b>ДОДАТКИ</b> .....	38
Додаток 1.....	38
Додаток 2.....	43

## ВСТУП

**Актуальність обраної теми дослідження.** Стабільність шлюбу та задоволеність сімейним життям є однією з ключових складових щастя людини. Однак, конфлікти та проблеми в сім'ї можуть виникати на будь-якому етапі життя сімейного циклу та, якщо не вирішувати їх своєчасно та ефективно, можуть призвести до розриву шлюбу та розпаду родини. Тому, вивчення стратегій вирішення конфліктних ситуацій у сім'ї є актуальним та важливим завданням для психології сім'ї.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Робота досліджує стратегії вирішення конфліктів у сім'ї та їх вплив на стабільність шлюбу на різних етапах життя сімейного циклу. Така тема дослідження пов'язана з науковими програмами, що спрямовані на вивчення родинних взаємин та побудову стійких та задовільних стосунків у родині.

Робота виконувалась у межах науково-дослідної теми кафедри психології «Особистісні та ситуаційні ресурси особистості в умовах життєвої та суспільної кризи» (державний реєстраційний номер 0119U103458).

### **Мета дослідження:**

Метою кваліфікаційної роботи є вивчення стратегій вирішення конфліктів у сім'ї та їх впливу на стабільність шлюбу на різних етапах життя сімейного циклу.

Для досягнення мети дослідження, будуть розглянуті наступні **завдання**:

1. проаналізувати основні підходи до визначення конфліктів у сім'ї;
2. визначити стратегії вирішення конфліктів у сім'ї, висвітлити вплив стратегій вирішення конфліктів на стабільність шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї;
3. дослідити особливості вирішення конфліктів на різних етапах життя сімейного циклу та проаналізувати взаємозв'язок між стратегіями вирішення конфліктів та задоволеністю сімейним життям;
4. визначити чинники, які сприяють або заважають використанню

ефективних стратегій вирішення конфліктів у сім'ї.

**Об'єктом дослідження** є психологічні чинники стабільності шлюбу. **Предметом дослідження** є вивчення взаємозв'язку між стратегіями вирішення конфліктів у сім'ї та стабільністю шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї.

#### **Наукова новизна одержаних результаті.**

Результати дослідження дозволять поглибити розуміння того, які стратегії вирішення конфліктів у сім'ї сприяють стабільності шлюбу та задоволеності сімейним життям на різних етапах життєвого циклу сім'ї.

Відомості, отримані в результаті дослідження, можуть бути використані для розробки програм психологічної підтримки для пар та сімей.

#### **Практична значущість дослідження.**

Дослідження має практичне значення для психологічної підтримки пар та сімей, оскільки дозволяє виявити ефективні стратегії вирішення конфліктів у сім'ї, які сприяють стабільності шлюбу та задоволеністю від стосунків між партнерами. Результати дослідження можуть бути використані для розроблення програм психологічної підтримки пар та сімей, які сприяють вивченню та вдосконаленню навичок ефективного вирішення конфліктів. Крім того, дане дослідження може бути корисним для сімейних консультантів та психотерапевтів, які працюють з парами та сім'ями, щоб допомогти їм уникнути розривів відносин та зберегти стабільність шлюбу на різних етапах життєвого циклу. Загалом, це дослідження має значний потенціал для практичного застосування в сімейній психології та може сприяти поліпшенню якості життя пар та сімей.

**Апробація роботи.** Результати емпіричного дослідження обговорювалися на засіданні кафедри психології (протокол від 30.11.23 № 6).

**Публікації.** За матеріалами магістерської роботи опубліковано статтю: «Стратегії вирішення конфліктних ситуацій як чинник стабільності шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї». (Збірник матеріалів VIII Усеукраїнської

науково-практичної конференції «Соціально-психологічні технології розвитку особистості» Херсон – Івано-Франківськ: ХДУ, 2023)

**Структура роботи.** Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загального висновку, списку використаних джерел і додатків.

## **РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ СТРАТЕГІЙ ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ У ШЛЮБІ ТА ХАРАКТЕРИСТИКА ЧИННИКІВ СТАБІЛЬНОСТІ ШЛЮБУ**

### **1.1. Поняття та предмет стратегій вирішення конфліктних ситуацій у шлюбі**

Стратегії вирішення конфліктів є важливим аспектом будь-якого стосунку, включаючи шлюб. Конфлікти можуть виникати з різних причин, таких як різні погляди на виховання дітей, розбіжності в фінансових питаннях, різниці в потребах та бажаннях партнерів і т.д. У таких випадках важливо мати знання про різні стратегії вирішення конфліктів, які можуть допомогти партнерам знайти компроміс і вирішити проблему.

Вирішення конфлікту та досягнення компромісу є істотним завданням для партнерів. Забезпечення благополуччя та стабільності в шлюбі обумовлено численними факторами, і ключовим серед них є готовність молодих людей до вступу в сімейне життя, зокрема їх духовно-психологічна відповідність. Для досягнення щасливого сімейного життя необхідно, щоб кожен з подружжя володів певними духовними цінностями. Під цим терміном зазвичай мають на увазі такі аспекти, як кохання, відповідальність, почуття власної цінності та повагу до членів власної родини.

Поняття стратегій вирішення конфліктних ситуацій у шлюбі грає ключову роль на різних етапах життєвого циклу сім'ї, а його предметом є конфлікт. Отже, конфлікт – це зіткнення між протилежними цілями, інтересами, позиціями, думками партнерів [3].

Основним структурними елементами шлюбу є спільне ведення господарства, відповідальність за народження і виховання дітей, участь у спільних відпочинках та інші аспекти. Оцінка будь-яких порушень у

взаєминах між подружжям може мати різні форми, включаючи як вербальні висловлення, так і невербальні вияви (міміка, жести, дії), що залежать від біосоціальних особливостей сторін, а також їхніх особистих інтересів і потреб. Взаємні порушення у подружжі є достатньо поширеним явищем [4].

Компроміс полягає в тому, щоб обидва партнери знайшли спільний шлях вирішення проблеми, де кожен з них повинен дещо поступитися. Співробітництво передбачає спільну роботу над вирішенням проблеми, де кожен з партнерів має рівні права і можливості висловлювати свої погляди та ідеї. Згладжування передбачає пошук компромісу, за яким один партнер відмовляється від своїх позицій, щоб зробити крок назустріч іншому партнеру.

Проте, існують і такі стратегії, як ухилення від конфлікту та примусове вирішення, які можуть привести до подальшого збільшення напруження в стосунках між партнерами. Ухилення від конфлікту полягає в тому, щоб уникати проблеми та не висловлювати своїх поглядів, що може призвести до накопичення негативних емоцій та виснаження партнерів. Примусове вирішення полягає в тому, щоб один з партнерів нав'язував свою волю і свої рішення іншому, що також може призвести до подальшого погіршення стосунків. [11].

Вирішення конфліктів у шлюбі є важливим елементом збереження та покращення стосунків між партнерами. Знання різних стратегій вирішення конфліктів та їх вміле застосування може допомогти партнерам знайти компроміс та досягти спільної згоди щодо важливих питань у шлюбі.

Також важливим елементом вирішення конфліктів у шлюбі є вміння слухати один одного та вислуховувати думки та почуття партнера. Відкритість та чуйність до потреб іншої людини може допомогти уникнути багатьох конфліктних ситуацій.

Крім того, важливо дотримуватися засад взаємної поваги та взаєморозуміння у шлюбі. Науковці підкреслюють, що здорові стосунки

ґрунтуються на взаємному довірі, повазі та підтримці один одного.

Однією з найбільш поширених проблем, з якими стикаються подружжя, є конфлікти. Конфлікти можуть виникати через різницю у поглядах, цінностях, очікуваннях та потребах. Незалежно від того, які причини конфлікту, важливо мати стратегії вирішення конфліктів, які допоможуть зберегти взаємну повагу та взаєморозуміння у шлюбі. [20].

Поняття стратегії вирішення конфліктів у шлюбі включає в себе різноманітні методи та підходи, що застосовуються подружжями для досягнення взаємопорозуміння та вирішення конфліктів. Важливим аспектом при використанні стратегій є те, що подружжя має зрозуміти, що конфлікти є невід'ємною частиною будь-якого стосунку та що важливо навчитися їх вирішувати шляхом співпраці та взаємопідтримки.

Однією з основних стратегій вирішення конфліктів є компроміс. Компроміс передбачає, що обидві сторони пожертвують деякими своїми позиціями та знаходять компромісне рішення. Наприклад, якщо одна сторона хоче провести вихідний день в музеї, а інша - на природі, то можна домовитися про відвідування парку зі стародавніми руїнами, який знаходиться на околиці міста [16].

Також можна використовувати стратегію розвитку співпраці. Це означає, що обидві сторони працюють разом, щоб знайти рішення, яке б задовольнило потреби обох. Наприклад, якщо подружжя має різні погляди на те, як витрачати гроші, вони можуть створити бюджет, який враховуватиме їхні погляди та потреби [2].

Отже, стратегії вирішення конфліктів у шлюбі є важливою складовою збереження здорового та щасливого стосунку між подружжям. Їх використання дозволяє побудувати більш збалансований та взаємовигідний стосунок. Для успішного вирішення конфлікту необхідно використовувати різні стратегії, залежно від конкретної ситуації, та навчитися співпрацювати та підтримувати один одного.



В цілому, вивчення та розвиток стратегій вирішення конфліктів у шлюбі є важливою темою для психології сімейних взаємин та може допомогти багатьом подружжям у побудові здорового та щасливого стосунку.

Іншою важливою стратегією вирішення конфліктів є активне слухання. Це означає, що кожен партнер повинен намагатися зрозуміти позицію і потреби іншого та вислухати його думки та почуття. Активне слухання включає в себе зосередженість на співрозмовнику, показ відкритості до його позиції та запитання для уточнення інформації [13].

Крім того, важливо навчитися виражати свої почуття та думки без образ та агресії. Для цього можна використовувати "Я-повідомлення", які передають інформацію про власні почуття та думки, а не звинувачення або критику.

Ще одна ефективна стратегія - це розмірковування про те, що може бути позаду думок, почуттів та поведінки партнера. Це допомагає побачити проблему з різних сторін та зрозуміти, що насправді трапляється у стосунках.

Отже, стратегії вирішення конфліктів у шлюбі включають в себе різноманітні методи та підходи, що допомагають досягнути взаєморозуміння та вирішити конфліктну ситуацію. Важливо зрозуміти, що конфлікти є невід'ємною частиною будь-якого стосунку та вміти навчитися вирішувати їх шляхом співпраці та взаємопідтримки.

Загалом основні стратегії вирішення конфліктів можна коротко і змістовно описати.

Компроміс – це часткове врегулювання інтересів обох сторін під час конфлікту.

Переваги та недоліки цієї стратегії: хоча компроміс дозволяє врахувати інтереси подружжя, його результат можна розцінити як відповідність принципу справедливості. Проте важливо усвідомлювати, що компроміс часто є лише проміжним кроком у пошуку вирішення конфлікту до повного задоволення обома сторонами.

Співпраця. При виборі цієї стратегії партнери прагнуть досягти виграшу

для всіх сторін. Вони не лише беруть до уваги позицію іншої сторони, а й намагаються задовольнити її потреби[12].

Переваги та недоліки цієї стратегії: Цей підхід сприяє розвитку взаємного уважіння, розуміння та довіри, що зміцнює стосунки. Якщо спірна тема важлива для обох партнерів, цей спосіб вирішення конфлікту можна вважати найбільш конструктивним.

Уникнення. Ця стратегія включає самоусунення однієї зі сторін. Обрання цієї стратегії призводить до того, що конфлікт може бути проігнорований або перетворитися на іншу суперечку.

Переваги та недоліки цієї стратегії: Уникнення може бути ефективним, коли тема конфлікту не важлива. Проте в довгострокових стосунках важливо відкрито обговорювати всі суперечливі питання, і уникнення може призвести до накопичення незадоволеності та напруги.

Протистояння. Це своєрідне змагання, де обидві сторони використовують всі можливі способи для досягнення своїх цілей у конфлікті. Вибір методу залежить від того, який спосіб найбільш ефективно впливає на партнера у даному конфлікті. Головна мета – перемогти у суперечці, незалежно від наслідків.

Переваги та недоліки цієї стратегії: Тверда захист власних інтересів може призвести до шкоди інтересам партнера, але допомогти одній стороні тимчасово виграти в конфліктних ситуаціях.

Пристосування. Ця стратегія використовується для вирішення "невигідних" конфліктних ситуацій під впливом реального або уявного тиску з боку іншої сторони. Після закінчення конфлікту відносини між партнерами залишаються [1].

Додаткові зауваження: Варіантами адаптації в цьому випадку є ухилення або пристосування.

Важливо уникати явища об'єктивної оцінки один одного у взаєминах подружжя. Варто розуміти, що застосування об'єктивності в контексті родини

часто призводить до формалізму у міжособистісних відносинах. Хоча об'єктивність може бути відомою на роботі чи серед друзів, вона не є відповідною в родинному оточенні [17]. Відносини між чоловіком і дружиною повинні акцентувати увагу на почуттях і взаєморозумінні. Чоловік повинен завжди відчувати, що в його дружині він знаходить підтримку, розуміння і повагу. Це сприяє покращенню духовного благополуччя чоловіка і, відповідно, він із задоволенням направлятиме свої зусилля на підтримку і процвітання своєї родини.

Додаткові фактори, які можуть впливати на сімейні конфлікти, включають побутову невлаштованість, зраду, неповагу один до одного, різні погляди на сімейне життя, невідповідність темпераментів, шкідливі звички одного з подружжя та їх наслідки, небажання допомагати один одному, матеріальні проблеми та розбіжності в духовних інтересах [22].

Застосування різних способів поведінки, таких як компроміс, співпраця, уникнення, протистояння та пристосування, може впливати на тривалість та хід подружніх конфліктів. Аналіз протиріч, які лежать в основі конфліктів, визначає загальний напрямок змісту, але конкретний характер конфлікту залежить від особливостей суб'єктів, процесу конфліктної взаємодії та умов його протікання. Зміст подружніх конфліктів визначається психологічними особливостями суб'єктів, причинами, специфікою ситуації, умовами виникнення та завершення конфлікту [2].

Тривалість розгортання подружніх конфліктів обумовлена суттєю протиріч, що закладені в їх основу, і функціями, які вони виконують. Важливо відзначити, що аналіз протиріч, що лежать в основі виникнення конфліктів, визначає лише загальний напрямок змісту подружніх конфліктів. Конкретне його наповнення обумовлено характеристиками суб'єктів, своєрідністю процесу конфліктної взаємодії і конкретними умовами його протікання [29].

Зміст подружніх конфліктів визначається не лише однією, а рядом його структурних компонентів: психологічними особливостями суб'єктів

конфлікту, причинами виникнення конфлікту, специфікою конфліктної ситуації, характеристиками конфліктної взаємодії, умовами виникнення, протікання і завершення конфлікту [25].

Сімейні конфлікти є складною і багатогранною проблемою, яка виникає у взаємодії сімейних членів і впливає на якість їхнього життя. У ході вивчення цієї проблеми було виявлено основні причини, що спричиняють виникнення сімейних конфліктів.

Однак варто зазначити, що тривалість і специфіка подружніх конфліктів залежить від змісту протиріч, які становлять основу цих конфліктів, а також функцій, які вони виконують. Аналіз цих протиріч дозволяє визначити загальний напрямок змісту конфліктів, але конкретне їх наповнення визначається психологічними особливостями суб'єктів, специфікою конфліктної ситуації та умовами його протікання.

Також слід зазначити, що конфлікт в сім'ї є гострим загостренням суперечностей, яке супроводжується інтенсивними емоційними переживаннями. Він виникає внаслідок протиріч, які виникають між суб'єктами конфлікту [30].

Таким чином, розуміння причин, що спричиняють сімейні конфлікти, та аналіз їх змісту дозволяють нам краще зрозуміти цю проблему. Це важливий крок у напрямку розв'язання конфліктів і покращення сімейних взаємин.

Конфлікт може бути визначений як різке загострення суперечностей, зауважуючи, що ця суперечність пов'язана з вираженими емоційними переживаннями [24].

Подружні конфлікти є складною проблемою, оскільки їх симптоми не завжди відразу очевидні, а справжні причини часто приховуються. Такі конфлікти призводять до тривалої напруженості відносин у сім'ї, відволікають увагу від нагальних проблем та руйнують встановлені роками форми співпраці, взаємодопомоги та підтримки. Вони супроводжуються негативними емоціями і діями, спрямованими на послаблення позицій один одного.

Фундаментом соціального здоров'я суспільства є здорова сім'я, в якій присутня любов, повага, взаєморозуміння та довіра. Сім'я є структурою, що зближує молоду пару духовно та фізично, об'єднує їх у шлюбі та вихованні дітей, надаючи комфорт та щастя в сімейному житті. Це сприяє формуванню повноцінної особистості та її самоутвердженню як у родині, так і в суспільстві [4].

Питання попередження сімейних конфліктів стають надзвичайно важливими. Згідно з В.В. Турбаном, основні шляхи попередження сімейних конфліктів залежать від потенційних суб'єктів конфліктної взаємодії, таких як подружжя, батьки, діти, родичі та інші. Розуміння особливостей цих суб'єктів та їх потреб, а також виявлення можливих причин конфліктів дозволяє розробляти ефективні стратегії попередження [35].

Проаналізувавши сучасні тенденції в інституті сім'ї та шлюбу, можна зробити висновок, що важливим завданням є не лише визначення правового статусу нових форм сім'ї, але й розробка адекватних механізмів попередження та управління конфліктами в них. Це допоможе забезпечити стабільність та гармонію у сімейних взаєминах, незалежно від їх форми.

Умови стійкості подружніх відносин включають наступне:

1. Взаєморозуміння: Розвиток навичок взаєморозуміння може відбуватися через використання ігрових методів активного спілкування для новоодружених. Сфера обговорення може охоплювати такі питання, як: "На що та чому ти витратив(ла) таку суму грошей?"
2. Сумісність на різних рівнях:
  - Фізіологічний рівень;
  - Діловий (спільна робота та функціональність);
  - Психоемоційний (взаємне зацікавлення та співпереживання);
  - Ціннісно-орієнтаційний;
  - Функціонально-рольовий.
3. Взаємна зацікавленість: Виявлення інтересу одне до одного є важливою

умовою для стійкості відносин.

4. Привабливість (симпатія): Рівень привабливості може впливати на сприйняття партнера, сприяючи перебільшенню позитивних рис та недооцінці негативних аспектів його особистості [27].

Часто, особистий внутрішній конфлікт особистості стосується її неусвідомлюваних внутрішніх протиріч, а внутрішньоособистісний конфлікт – внутрішніх протиріч, які вже усвідомлені людиною, але залишаються нерозв'язаними [28].

Сімейні конфлікти, що виникають в контексті побутових питань, часто є результатом кумулятивного накопичення протягом тривалого періоду, що ускладнює їх вирішення. В таких ситуаціях законодавство здебільшого не може забезпечити ефективну допомогу сторонам конфлікту. Коли морально-етичні аспекти грають роль у конфліктах, оптимальним рішенням може бути втручання «Третьої сторони» [34].

Ефективність вирішення конфліктів у сімейному оточенні значною мірою залежить від систематизації визначення проблем за їхнім значенням та терміновістю вирішення, а також від розрізнення головних та вторинних дій. Головні проблеми визначаються як ті, що потребують найперше вирішення і розв'язання яких впливає на вирішення інших супутніх питань [14].

У сімейних відносинах неодмінно виникають конфлікти через різницю в характерах, рівні емоційної культури, інтересах та духовних потребах подружжя.

Вирішення сімейних конфліктів вимагає упорядкованості та системності в підході до виявлення проблем та прийняття рішень. Одним з ключових аспектів є розподіл значення та терміновості вирішення проблем, а також визначення головних і другорядних дій, головними проблемами є ті, які потребують негайного вирішення та розв'язання їх сприятиме вирішенню інших проблем у сім'ї [37]. Це можуть бути питання, пов'язані з вихованням дітей, ефективним використанням сімейного бюджету, розподілом обов'язків у

домашньому господарстві та інші.

У сімейних стосунках можуть виникати напруженості, які зумовлені різноманітними факторами, від виховання дітей до фінансових питань [36].

Конфлікти є невід'ємною складовою частиною шлюбних відносин. Вони можуть виникати з різних причин, таких як різниці в цінностях, потребах, очікуваннях та комунікаційних стилів партнерів. Вирішення конфліктів у шлюбі є важливим аспектом для забезпечення здорових та стабільних відносин.

Стратегії вирішення конфліктних ситуацій у шлюбі - це планові дії та підходи, які партнери використовують для подолання розбіжностей та досягнення компромісу. Ці стратегії можуть бути прямими або косвенними, спрямованими на співпрацю або конкуренцію, а також на згладжування чи уникнення конфлікту[39].

Вибір стратегій вирішення конфліктів у шлюбі залежить від багатьох чинників, таких як характер особистості партнерів, рівень комунікаційних навичок, ситуація конфлікту та особисті цілі кожного з партнерів. Розуміння різних стратегій та їх можливих наслідків допомагає партнерам ефективно вирішувати конфлікти.

Навички комунікації та емоційний інтелект грають важливу роль у стратегіях вирішення конфліктів у шлюбі. Вміння слухати активно, висловлювати свої почуття та потреби, а також розуміти емоції партнера сприяють побудові конструктивних стратегій вирішення конфліктів[26].

Таким чином, розуміння поняття та предмета стратегій вирішення конфліктних ситуацій у шлюбі є важливим для здорових та стабільних відносин. Вибір правильних стратегій та навички ефективної комунікації можуть допомогти партнерам забезпечити згоду, взаєморозуміння та гармонію у шлюбних відносинах.

## 1.2 Характеристика чинників стабільності шлюбу в залежності від різних етапів життєвого циклу сім'ї

Сімейний шлюб є важливим і складним соціальним явищем, яке досліджується в багатьох галузях наук, зокрема психологією, соціологією та педагогікою. Розуміння факторів, що впливають на стабільність шлюбу, має велике значення для підтримання та зміцнення сімейних відносин. Одним із ключових аспектів є розгляд цих факторів у залежності від різних етапів життєвого циклу сім'ї[21].

Життєвий цикл сім'ї включає послідовні етапи, через які проходить сімейний колектив протягом свого існування. Розуміння і характеристика цих етапів має важливе значення для фахівців, які працюють з сім'ями, та для самої сім'ї, оскільки вони надають контекст і референцію для розвитку, адаптації та управління сімейними взаєминами. У цьому розділі будуть детально розглянуті різні етапи життєвого циклу сім'ї та їх характеристики[33].

Етап формування сім'ї є першим етапом життєвого циклу сім'ї. Цей етап починається з моменту одруження або створення стійкого партнерського зв'язку і триває до народження першої дитини, тривалість подружнього життя 1-5 роки. На цьому етапі формуються основні засади сімейних відносин і встановлюються основи для майбутнього розвитку сім'ї.

На цьому етапі розпочинаються процеси інтеграції та адаптації, які будуть впливати на розвиток сім'ї протягом усього її життя.

На початковому етапі формування сім'ї, коли партнери вступають у шлюб, існує ряд чинників, які можуть впливати на стабільність цих відносин. Згідно з дослідженнями Павелківа Р.В. (2015), одним з таких чинників є вікові особливості партнерів [23]. Молодий вік, нестабільність особистості та незрілість можуть впливати на можливість формування стабільних сімейних



зв'язків. Крім того, Колесникова Г. І. (2017) зазначає, що соціокультурний контекст та сімейне середовище також мають значення на цьому етапі [12]. Норми, цінності та очікування, що передаються від батьків до дітей, можуть впливати на формування стабільних відносин у шлюбі. Етап розширення сім'ї є другим етапом життєвого циклу сім'ї. Цей етап починається з народження першої дитини і триває до народження останньої дитини. На цьому етапі сім'я активно займається вихованням та розширенням свого складу. Розглянемо детальніше характеристики етапу розширення сім'ї, тривалість подружнього життя 5-10 років.

На етапі розширення сім'ї сім'я розвивається як соціальна система, в якій батьки вчаться відігравати свою роль у вихованні дітей, розширюють свої навички комунікації та співпраці. Крім того, формується структура сім'ї та забезпечуються матеріальні ресурси для здорового розвитку та добробуту дітей.

Стабільність шлюбу на етапі розширення сім'ї є важливим показником добробуту та гармонії в сімейних відносинах.

Спільні цінності і цілі в сім'ї є одним з фундаментальних чинників стабільності шлюбу на етапі розширення сім'ї. Згідно з Колесниковою (2017), спільні цінності визначають спосіб спілкування, вирішення проблем та прийняття рішень у сім'ї [13]. Наявність спільних цінностей створює основу для спільного розвитку та спільного вирішення проблем, що виникають у вихованні дітей. Цінності можуть включати важливі аспекти, такі як релігійні переконання, моральні принципи, спосіб життя та фінансові цілі.

## 2. Комунікація та взаєморозуміння

Якісна комунікація та взаєморозуміння між партнерами є ключовими чинниками, що сприяють стабільності шлюбу на етапі розширення сім'ї. Згідно з дослідженнями Лаптевої та Музики (2018), ефективна комунікація допомагає партнерам вирішувати конфлікти, встановлювати здорові взаємини та розвивати емоційну близькість [18]. Взаєморозуміння включає здатність

слухати, виявляти емпатію, розуміти та приймати почуття, потреби та думки партнера. Це сприяє зміцненню зв'язку між партнерами та розвитку взаємної підтримки.

### 3. Розподіл обов'язків

Ефективний розподіл обов'язків та відповідальностей, пов'язаних з вихованням та доглядом за дітьми, є важливим чинником стабільності шлюбу на етапі розширення сім'ї. Згідно з Ільєнко (2016), рівноправний та справедливий розподіл обов'язків сприяє взаємному співробітництву та розвитку взаємної підтримки між партнерами. Важливо, щоб розподіл обов'язків відповідав потребам та здатностям кожного партнера, що сприяє збалансованості і гармонії в сімейних відносинах [7].

### 4. Сприятливий психологічний клімат

Наявність сприятливого психологічного клімату в сім'ї є важливим чинником стабільності шлюбу на етапі розширення сім'ї. Згідно з Колесниковою (2017), сприятливий психологічний клімат характеризується емоційною підтримкою, взаємоповагою та позитивними взаєминами між партнерами [8;9]. Такий клімат сприяє створенню здорової сімейної атмосфери і сприймається як безпечне середовище для вираження емоцій, розмов та взаємодії.

Третій етап життєвого циклу сім'ї - етап "зрілості сім'ї" або "зайнятості сім'ї". Цей етап настає після етапу розширення сім'ї і характеризується відходом дітей від батьківського дому та зосередженням уваги на кар'єрі, відносинах між партнерами і самореалізації. Давайте розглянемо детальніше характеристики третього етапу життєвого циклу сім'ї, тривалість подружнього життя 10-15 років[40].

Третій етап життєвого циклу сім'ї - етап зрілості сім'ї - характеризується "пустим гніздом", зосередженням на кар'єрі, переосмисленням відносин, самореалізацією та стабільністю відносин. На цьому етапі сім'я має можливість зміцнити свої зв'язки, зосередитися на своїх індивідуальних

потребах та досягненнях, а також знайти нові способи взаємодії та взаєморозуміння[26].

На третьому етапі життєвого циклу сім'ї партнери мають зрозуміти та прийняти зміни, які відбуваються у їхніх ролях та відносинах. Згідно з Кузнецовою (2019), партнери повинні знайти новий баланс після відходу дітей з родинного дому і переглянути свої ролі в сім'ї. Розуміння та прийняття цих змін можуть сприяти стабільності шлюбу та збереженню гармонійних взаємин між партнерами [17].

## 2. Підтримка самореалізації

На третьому етапі життєвого циклу сім'ї важливим чинником стабільності шлюбу є підтримка самореалізації кожного з партнерів. Згідно з Гриневичем (2017), партнери повинні надавати підтримку один одному у реалізації своїх індивідуальних цілей, інтересів та амбіцій [5]. Сприяння саморозвитку та задоволенню особистих потреб може зміцнити самоповагу і задоволеність у партнерів, що, в свою чергу, сприяє стабільності шлюбу.

## 3. Комунікація та взаєморозуміння

Якісна комунікація та взаєморозуміння залишаються важливими чинниками стабільності шлюбу на третьому етапі життєвого циклу сім'ї. Згідно з Кравченком та Гаврилюком (2018), ефективна комунікація між партнерами сприяє розв'язанню конфліктів, виробленню спільних рішень та підтримці емоційного зв'язку [15]. На цьому етапі, коли сім'я зосереджена на взаємини між партнерами, важливо навчитися ефективно слухати один одного, висловлювати свої потреби та бажання, а також виявляти емпатію і розуміння.

## 4. Спільні інтереси та цілі

Спільні інтереси та цілі також впливають на стабільність шлюбу на третьому етапі життєвого циклу сім'ї. Згідно з Кузнецовою (2019), розвиток спільних інтересів та планів сприяє зміцненню партнерського зв'язку [17]. Партнери можуть займатися спільними хобі, спортом, подорожами або

іншими діяльностями, що допомагають підтримувати взаємний інтерес і залученість один до одного.

#### 5. Психологічна підтримка та довіра

Наявність психологічної підтримки та довіри є важливим чинником стабільності шлюбу на третьому етапі життєвого циклу сім'ї. Партнери повинні бути готові підтримати один одного в емоційних труднощах та важких ситуаціях. Довіра є основою для зміцнення взаємин та відкритого спілкування.

Чинники стабільності шлюбу на третьому етапі життєвого циклу сім'ї включають розуміння змін у ролях та відносинах, підтримку самореалізації, якісну комунікацію та взаєморозуміння, спільні інтереси та цілі, а також психологічну підтримку та довіру між партнерами. Розуміння цих факторів і їх впровадження у сімейне життя можуть сприяти стабільності та збереженню гармонії в шлюбі на цьому важливому етапі.

Етап пізньої зрілості сім'ї, також відомий як етап порожнини, настає після етапу зрілості сім'ї, коли діти вже вийшли з родинного гнізда та партнери залишаються сам на сам тривалість подружнього життя 15-20 і більше років. Цей етап характеризується новими викликами та можливостями для сім'ї, коли батьки мають знайти новий сенс і напрям у своєму житті[38].

Повага та взаємна прийнятність є іншим важливим чинником стабільності шлюбу на етапі пізньої зрілості сім'ї. Партнери повинні поважати один одного, враховувати індивідуальні потреби та бажання, а також встановлювати гармонійний баланс між особистим простором та спільними інтересами. Повага дозволяє партнерам відчувати себе цінними та підтримує взаємне відчуття безпеки та стабільності в шлюбній взаємодії [19].

Спільне планування майбутнього є ще одним чинником, який впливає на стабільність шлюбу на етапі пізньої зрілості сім'ї. Партнери повинні спільно визначати цілі та плани, розглядати майбутні перспективи, а також обговорювати і вирішувати можливі конфлікти, пов'язані з реалізацією цих

планів [20]. Спільне планування дозволяє створити спільний вектор розвитку сім'ї та сприяє взаєморозумінню та гармонії.

Життєвий цикл сім'ї включає різні етапи, такі як початок сімейного життя, народження та виховання дітей, перехід до підліткового та молодіжного віку дітей, пустота та народження онуків, а також пізній вік. Кожен з цих етапів має вплив на стабільність шлюбу та може викликати конкретні виклики та стресові ситуації [32].

В ранніх етапах сімейного життя, таких як початок шлюбу та народження дітей, основними факторами стабільності шлюбу є партнерська згода, взаємна підтримка та здатність пристосовуватися до нових ролей та відповідальностей.

Отже, різні етапи мають різні вимоги та виклики для стабільності шлюбу. Розуміння цих чинників допомагає партнерам адаптуватися до змін, вирішувати конфлікти та зміцнювати свої відносини на протязі усього життя.

### Висновки до розділу 1

Конфлікти є неодмінною частиною шлюбних відносин. Вони можуть виникати з різних причин, таких як різниці в цінностях, потребах, очікуваннях та комунікаційних стилів партнерів. Розуміння та прийняття цієї нормальності допомагає розвивати стратегії вирішення конфліктів.

Суттєвою характеристикою стабільного шлюбу є ефективна комунікація між партнерами. Взаєморозуміння, відкритість та вміння слухати іншу сторону є ключовими компонентами успішної комунікації. Було показано, що погана комунікація може сприяти накопиченню конфліктів та погіршенню стабільності шлюбу.

Індивідуальні чинники, такі як особистість, стиль прикріплення, самооцінка та впевненість у собі, також впливають на стабільність шлюбу.

## **РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРАТЕГІЙ ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ ЯК ЧИННИК СТАБІЛЬНОСТІ ШЛЮБУ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ЖИТТЄВОГО ЦИКЛУ СІМ'Ї**

### **2.1 Характеристика вибірки та методів дослідження стратегій вирішення конфліктних ситуацій як основа емоційної стабільності подружжя**

Для аналізу емоційної стабільності шлюбу та вирішення конфліктних ситуацій у подружжі на різних етапах життєвого циклу психологи застосовують різноманітні вітчизняні та зарубіжні методи психологічної діагностики. У даному дослідженні було використано один із таких методів, а саме – тести-опитувальники. Для отримання інформації, необхідної для

проведення аналізу взаємодії між подружжям, психолог використовує діагностичні опитувальники, які виявляють особливості спілкування та взаємодій, якість особистості членів подружжя, методи проведення сімейного дозвілля, взаємопоєднання інтересів та цінностей. Ці методи дозволяють розуміти морально-психологічні аспекти подружніх відносин, і при цьому психолог використовує різні методики для дослідження особливостей спілкування та взаємодії у подружній парі.

Згідно вікової періодизації етапів життєвого циклу сім'ї до нашої вибірки респондентів входитимуть особи, які передують у шлюбних стосунках на різних етапах, а саме:

1. Етап формування сім'ї (1-5 роки)
2. Етап розширення сім'ї (5-10 років)
3. Етап зрілої сім'ї (10-15 років)

Для проведення нашого дослідження необхідно обрати методики, що найкраще відповідають нашому напрямку дослідження, а саме вивченню взаємодії подружжя у конфліктних ситуаціях та визначенню рівня задоволеності подружжя шлюбом. Таким чином, слід аналізувати особливості кожної методики і обирати найбільш відповідні.

З метою дослідження рівня задоволеності подружжя шлюбом, наш вибір, на наш погляд, варто спрямувати на методику "Рівень благополуччя шлюбу" (Столін В.В., Бутенко Г.П., Романова Т.Л.), а також методику "Оцінка схильності особистості до конфліктної поведінки".

Методика "Рівень благополуччя шлюбу" призначена для визначення ступеня задоволеності-незадоволеності та узгодження-неузгодженості задоволеності шлюбом у конкретній подружній парі [31]. Цей опитувальник використовується як в індивідуальній консультативній практиці, так і в процесі дослідження соціальних груп.

Методика базується на шести типах сімейно-шлюбного змісту:

1. порівняння свого шлюбу з іншими;

2. припущення про оцінку власного шлюбу з боку;
3. констатація почуттів на адресу чоловіка в сучасності або минулому;
4. власна оцінка чоловіка за рядом параметрів;
5. установка на зміну характеру чоловіка;
6. думка - позитивна або негативна - щодо шлюбу загалом

Стабільність є основною складовою благополуччя шлюбу, оскільки вона гарантує тривалий та гармонійний спільний шлях партнерів. Порівнюючи стратегії поведінки в конфліктах, ми досліджуємо, як партнери взаємодіють під час виникнення негараздів, щоб зрозуміти, як ці стратегії впливають на стабільність та тривалість їхнього відношення.

Методика К. Томаса "Оцінка схильності особистості до конфліктної поведінки" дозволяє виявити ключові позиції та форми поведінки, які приймає особистість під час взаємодії, такі як конкуренція, співпраця, компроміс, уникнення та пристосування. Ця методика розглядає типові реакції людини на конфліктні ситуації, виявляє тенденції взаємодії у складних умовах. Крім того, вона допомагає визначити ступінь схильності особистості до суперництва та співпраці в рамках подружнього союзу, її нахил до укладення компромісів, уникнення конфліктів чи, навпаки, тенденцію до їх ескалації.

Обрані нами методики допоможуть дослідити зв'язок емоційної стабільності подружжя з рівнем благополуччя шлюбу та здатністю ефективно вирішувати конфлікти. Якщо партнери мають високий рівень емоційної стабільності, це може сприяти покращенню їхніх стосунків та зниженню ризику конфліктів.

Для аналізу стратегій вирішення конфліктних ситуацій в залежності від життєвого циклу сім'ї було проведено 2 анонімних опитування на платформі Google, в якому взяли участь 60 респондентів. Умовою участі в анонімному опитуванні було перебування у шлюбі, 20 респондентів належать до етапу формування сім'ї (1-5 роки), 20 – до етапу розширення сім'ї (5-10 років) та 20 до етапу зрілої сім'ї (10-15 років), згідно періодизації життєвого циклу сім'ї.



Важливо зазначити, що наведені дані є результатами опитування, і на них можуть впливати різні фактори, такі як культурні особливості, соціальний контекст, рівень комунікації та згоди між партнерами тощо. Також слід пам'ятати, що індивідуальний досвід кожної пари може відрізнятися, і результати опитування можуть відображати лише загальну тенденцію.

## 2.2 Аналіз та інтерпретація результатів стратегій вирішення конфліктних ситуацій в залежності від життєвого циклу сім'ї

Результати першого тесту, на визначення стратегій поведінки в конфліктах, за методикою К. Томаса «Оцінка схильності особистості до конфліктної поведінки» призначеної для діагностики ступеня задоволеності-незадоволеності, а також узгодження-неузгодженості задоволеності шлюбом в конкретній подружній парі (Додаток 1), наведено в табл. 2.1.

Таблиця 2.1

Стратегії вирішення конфліктних ситуацій в залежності від життєвого циклу сім'ї

Стратегії поведінки в конфліктах	Етап формування сім'ї (1-5 роки)	Етап розширення сім'ї (5-10 років)	Етап зрілої сім'ї (10-15 років)
Суперництво	5	2	1
Співпраця	3	5	8

Продовження табл.2.1

Компроміс	2	6	5
Уникнення	4	4	4
Пристосування	6	3	2
<b>Сума відповідей</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>

В ході нашого дослідження було виявлено, що на першому етапі сімейного життя (1-5 років) більшість респондентів – 6 із 20, обрали стратегію поведінки в конфліктах – пристосування. Вони можуть бути готові

пожертвувати своїми бажаннями та потребами на користь партнера, з метою збереження гармонії в стосунках і уникнення конфліктів. Це свідчить про їхню готовність пожертвувати своїми особистими бажаннями та потребами на користь партнера з метою підтримання гармонії в стосунках та запобігання конфліктам на цьому етапі сімейного життя.

На етапі розширення (5-10 років) ця стратегія займає 4 місце – її обрало 3 респонденти. Це може вказувати на те, що пристосування, хоча менш поширене на цьому етапі, все ще є значущою стратегією для деяких сімей, які намагаються підтримувати спільний баланс та гармонію під час вирішення конфліктів.

На етапі зрілої сім'ї (10-15 років) дана стратегія займає також 4 місце, її обрало 2 респонденти. Це може свідчити про те, що хоча інші стратегії можуть набувати більшої важливості на цьому етапі, пристосування залишається релевантною для деяких сімей, які намагаються зберегти рівновагу та згуртованість у відносинах після тривалого періоду спільного життя.

Лідуючу позицію на етапі розширення сім'ї (5-10 років) займає стратегія поведінки в конфліктах – компроміс, її обрало 6 респондентів з 20. На другому етапі сімейного життя більшість опитуваних використовують дану стратегію, щоб інколи жертвувати деякими своїми бажаннями або потребами, щоб досягти згоди та гармонії у стосунках. Це може вказувати на те, що партнери на цьому етапі активно шукають способи досягнення згоди та збалансованості, готові інколи відступити від своїх індивідуальних бажань, зокрема для забезпечення гармонії та зміцнення взаємин. На даному етапі більшість опитуваних використовують стратегію компромісу, щоб досягти згоди та гармонії у стосунках. Це може бути пов'язано з активним формуванням сімейного життя, коли партнери намагаються вирішити різноманітні питання та адаптуватися до нових ролей та відповідальностей.

На етапі формування (1-5 роки) стратегія компромісу займає останнє місце – 5, її обрало 2 респонденти. Це може вказувати на те, що на

початковому етапі партнери можуть бути більш нахильні до виявлення своїх індивідуальних позицій та переговорів, а також можливо, що їхня здатність до компромісу ще не повністю розвинена. На етапі зрілої сім'ї (10-15 років) дана стратегія займає 2 місце, її обрали 5 респондентів.

На етапі зрілої сім'ї (10-15 років) більшість респондентів – 8 з 20, обрали стратегію поведінки в конфліктах – співпраця. На етапі зрілої сім'ї (10-15 років) більшість респондентів – 8 з 20, обрали стратегію поведінки в конфліктах – співпраця. Це може свідчити про те, що після тривалого спільного життя партнери можуть вже більше розуміти один одного, розвивати взаємоповагу та довіру, і вони більше налаштовані на спільне досягнення взаємної вигоди. На третьому етапі сімейного життя більшість опитаних застосовують дану стратегію, адже з досвідом сімейного життя, краще розуміють партнера і їм легше обговорювати та розуміти погляди один одного, шукати компромісні рішення та діяти разом для вирішення конфліктних ситуацій. На етапі формування (1-5 роки) стратегія співпраці займає 4 місце, а на етапі зрілої сім'ї (5-10 років) дана стратегія займає 2 місце.

Згідно результатів опитування респондентів, на рис. 2.1 продемонстровано вибір стратегій вирішення конфліктних ситуацій у шлюбі в залежності від життєвого циклу сім'ї.

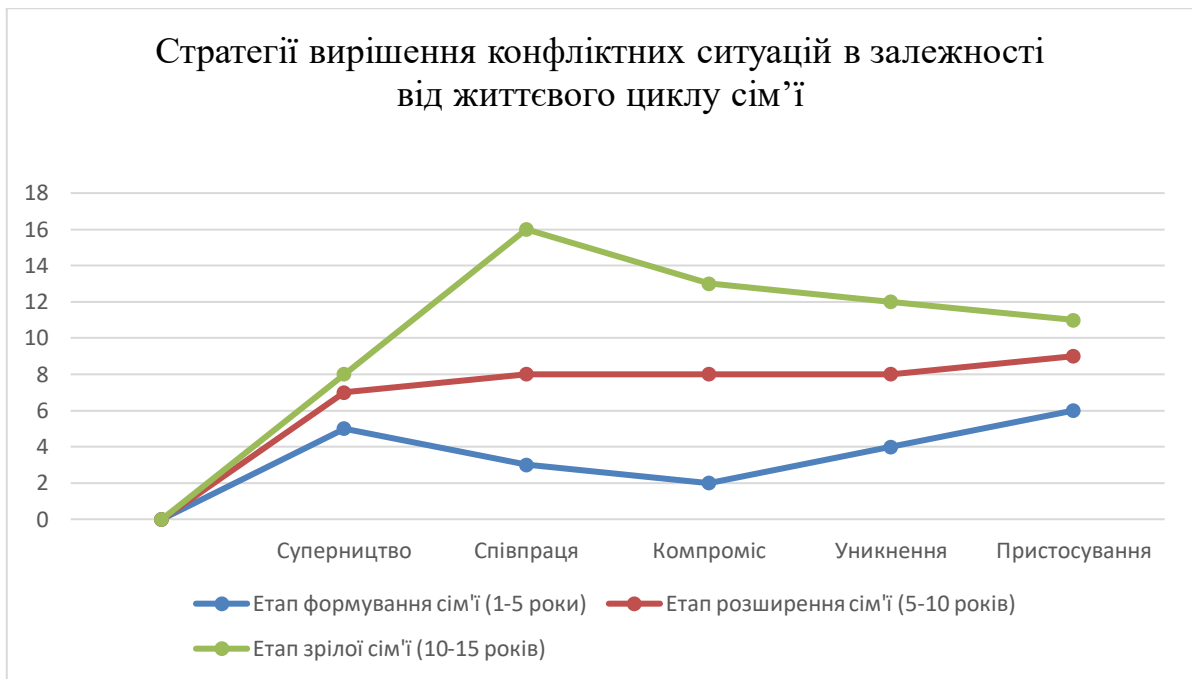


Рис. 2.1 Стратегії вирішення конфліктних ситуацій в залежності від життєвого циклу сім'ї

Результати, які представлені на діаграмі, відображають вибір різних стратегій поведінки в конфліктах на різних етапах життєвого циклу сім'ї, тоюто:

1. На етапі формування сім'ї (1-5 років), 30% пар обрали стратегію "пристосування", що може вказувати на їхню готовність жертвувати особистими бажаннями та потребами на користь гармонії в стосунках, що є характерним для цього періоду, коли пари намагаються забезпечити стабільність і взаєморозуміння.
2. На етапі розширення сім'ї (5-10 років), 15% пар також обрали стратегію "пристосування". Це може свідчити про те, що ця стратегія, хоча менш поширена, все ще важлива для деяких сімей, які намагаються зберегти баланс і гармонію, особливо у контексті зростаючих вимог та обов'язків.
3. На етапі зрілої сім'ї (10-15 років), 10% пар також обрали стратегію "пристосування". Це може вказувати на те, що деякі сім'ї вирішують питання конфліктів шляхом згоди та жертви індивідуальних бажань для спільної гармонії.
4. На етапі розширення сім'ї (5-10 років), 30% пар вибрали стратегію

"компромісу", що може свідчити про їхню готовність до вирішення конфліктів шляхом знаходження спільних рішень та досягнення компромісу для підтримання балансу у відносинах.

5. На етапі зрілої сім'ї (10-15 років), 40% пар вибрали стратегію "співпраці", що вказує на їхню здатність до взаємодії, співпраці та спільного розв'язання конфліктів на основі взаєморозуміння та довіри.

Загалом, цифри на рис.1 показують, як різні стратегії поведінки в конфліктах можуть бути більш або менш важливими на різних етапах життєвого циклу сім'ї. Це може бути пов'язано з зростанням досвіду, розвитком відносин та зміною пріоритетів у різних періодах сімейного життя.

Для дослідження рівня благополуччя шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї було використано тест-опитувальник «Рівень благополуччя шлюбу» (Столін В.В., Бутенко Г.П., Романова Т.Л.) (Додаток 2), зведені результати опитування представлено в табл. 2.2 призначений для діагностики ступеня задоволеності-незадоволеності, а також узгодження-неузгодженості задоволеності шлюбом в конкретній подружній парі.

Таблиця 2.2

Рівень благополуччя шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї

Рівень благополуччя шлюбу	Етап формування сім'ї (1-5 роки)	Етап розширення сім'ї (5-10 років)	Етап зрілої сім'ї (10-15 років)
АН - Абсолютно неблагополучний (0-16 балів)	2	1	0
Н - Неблагополучний (17-22 бали)	0	0	2
СН - Скоріш неблагополучний (23-26 бали)	4	3	0
П - Перехідний (27-28 бали)	0	0	1

СБ - Скоріш благополучний (29-32 бали)	2	3	3
Б - Благополучний (33-38 бали)	4	7	6
АБ - Абсолютно благополучний (39-48 бали)	8	6	8
<b>Сумма відповідей:</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>

Дані з таблиці представляють рівень благополуччя шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї. Кожен рівень благополуччя визначений за допомогою балів, які можуть бути набрані відповідно до відповідей у опитувальнику про стан шлюбу.

Загалом, можна помітити, що на етапі формування сім'ї (1-5 років) найбільше відповідей належать до категорії «Абсолютно благополучний шлюб»- 8 з 20. Це може свідчити про період великої спільної надії та оптимізму, коли пари стараються використовувати свої ресурси та усвідомлювати спільні цілі для забезпечення гармонії у відносинах.

На етапі розширення сім'ї (5-10 років) – найбільше відповідей належать до категорії "Благополучний шлюб"– 7 респондентів з 20. Це може вказувати на те, що пари на цьому етапі засвоюють навички спільної роботи, взаєморозуміння та здатність подолати виклики разом, що сприяє підтриманню гармонійних відносин.

На етапі зрілої сім'ї (10-15 років) більшість також належать до «Абсолютно благополучного шлюбу»– 8 з 20. Це може вказувати на те, що зріліші взаємини та спільний досвід допомагають парі зберігати взаєморозуміння та гармонію, незважаючи на можливі виклики.

Кількість пар у категорії «Абсолютно неблагополучний» і «Скоріш неблагополучний» зменшується на протязі етапів життєвого циклу сім'ї, тоді як кількість пар у категоріях «Неблагополучний» та «Скоріш благополучний»

збільшується.

Зменшення кількості пар у категоріях «Абсолютно неблагополучний» та «Скоріш неблагополучний» на протязі етапів життєвого циклу сім'ї може свідчити про те, що пари в цілому розвивають навички спільної роботи та вирішення конфліктів, що допомагає зменшити ризик глибоких конфліктів із часом.

Збільшення кількості пар у категоріях «Неблагополучний» та «Скоріш благополучний» може свідчити про те, що пари на етапах життєвого циклу сім'ї набувають більше досвіду та ресурсів для ефективного вирішення конфліктів та збереження гармонії у відносинах, що сприяє їхньому благополуччю.

На рис. 2.2 продемонстровано результати опитування респондентів стосовно рівня благополуччя шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї з табл.2.2

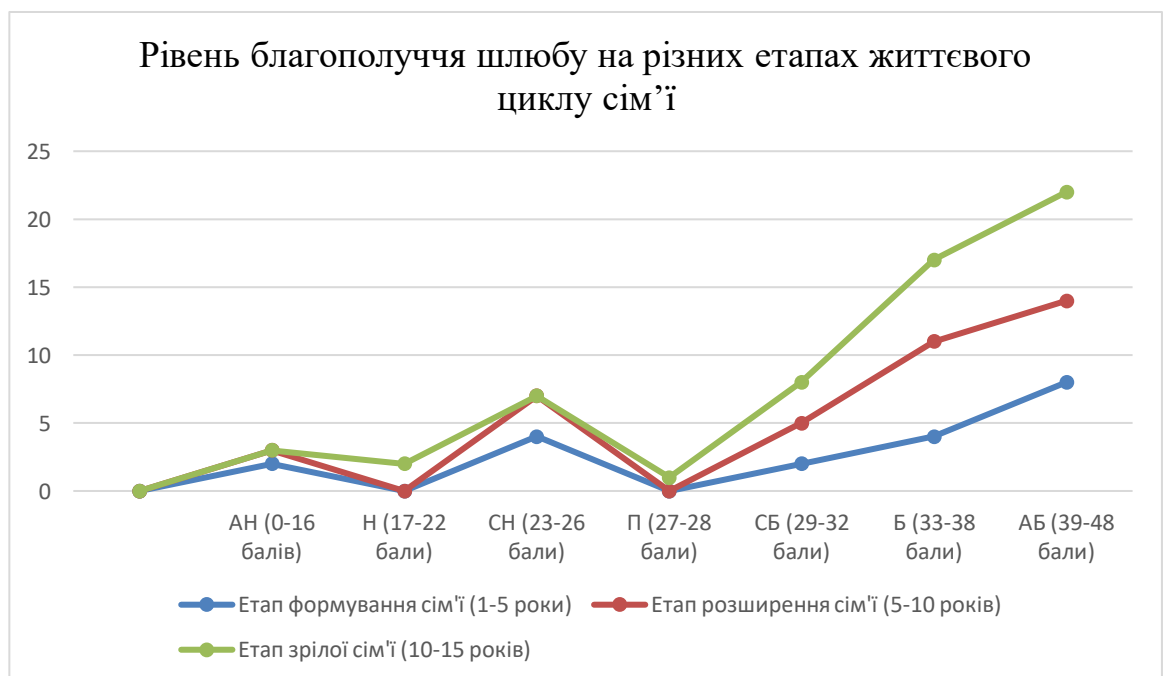


Рис. 2.2 Рівень благополуччя шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї

Результати, зображені на рис. 2.2, відображають розподіл вибору різних

стратегій поведінки в конфліктах на різних етапах життєвого циклу сім'ї. Ця діаграма надає нам інформацію про те, як змінюється популярність різних стратегій у відносинах між партнерами на різних етапах їхнього спільного життя.

Дані на рис. 2.2 відображають рівень благополуччя шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї, і їх можна пояснити так:

1. Етап формування сім'ї (1-5 років): 40% пар відзначили "Абсолютно благополучний шлюб" - це може свідчити про великий оптимізм та активну спроможність молодих пар зосередитися на спільних цілях та підтриманні гармонійних стосунків, не зважаючи на можливі виклики.
2. Етап розширення сім'ї (5-10 років): 35% пар віднесли себе до категорії "Благополучний шлюб". Збільшення цієї категорії може вказувати на зростання взаєморозуміння та здатності сімей подолати виклики разом, що призводить до підтримання гармонійних відносин.
3. Етап зрілої сім'ї (10-15 років): 25% пар також відзначили "Абсолютно благополучний шлюб". Це може свідчити про те, що з розвитком відносин та досвідом вони зберігають спільне розуміння та гармонію.

Зменшення кількості пар у категоріях "Абсолютно неблагополучний" і "Скоріш неблагополучний": На етапі формування сім'ї 10% пар були в цих категоріях, на етапі розширення - 5% пар, а на етапі зрілої сім'ї - 0%. Це може свідчити про те, що з часом пари набувають досвіду та навичок спільної роботи, що допомагає зменшити глибокі конфлікти

Збільшення кількості пар у категоріях "Неблагополучний" і "Скоріш благополучний": З етапу формування сім'ї до зрілої сім'ї кількість пар, що вибрали ці категорії, зросла від 5% до 15%. Це може свідчити про зростання досвіду та ресурсів, які допомагають парам більш ефективно вирішувати конфлікти та підтримувати гармонійні відносини.

Отже, аналіз даних на діаграмі вказує на певні зміни та тенденції в поведінці та стосунках сімей на різних етапах життєвого циклу, включаючи зростання взаєморозуміння та гармонії, зменшення глибоких конфліктів і



підвищення загального рівня благополуччя шлюбу.

Проаналізувавши результати двох опитувань, можна побачити, що в залежності від етапу життєвого циклу сім'ї благополучні та абсолютно благополучні подружжя обирають різні стратегії поведінки в конфліктах, а саме: на етапі формування сім'ї – пристосування та суперництво, на етапі розширення – компроміс та співпраця, на етапі зрілої сім'ї – співпраця та компроміс.

На кожному з цих етапів виникають свої особливості та вимоги, які можуть впливати на вибір стратегії поведінки в подружніх конфліктах.

Етап формування сім'ї: подружжя у цьому етапі може стикатися з новими викликами, змінами та несумісностями. Для вирішення конфліктних ситуацій вони часто використовують стратегії пристосування, спрямовані на зниження напруги та забезпечення співпраці. Також може бути певний ступінь суперництва, особливо коли існують відмінності у цінностях та очікуваннях.

Етап розширення сім'ї: збільшення кількості членів сім'ї може призвести до більш складних ситуацій, коли стикаються різні потреби та інтереси. На цьому етапі часто вживаються стратегії компромісу та співпраці для досягнення згоди та розв'язання конфліктних питань.

Етап зрілої сім'ї: згода та співпраця зазвичай продовжують залишатися важливими елементами під час цього етапу. Також можуть використовуватися компроміси, щоб досягти взаємоприйнятних рішень. Однак, на цьому етапі розвитку сім'ї вже виникає більше досвіду у вирішенні конфліктних ситуацій, і вони можуть бути вирішені більш швидко та ефективно.

Загалом, результати дослідження підтверджують, що стратегії поведінки подружжя в конфліктних ситуаціях залежать від етапу життєвого циклу сім'ї. На різних етапах розвитку сім'ї вони можуть вибирати різні методи вирішення конфліктів, щоб забезпечити гармонію та збереження стосунків.

## **ВИСНОВКИ**

Конфлікти є необхідною складовою шлюбних відносин і можуть виникати з різних причин, таких як різниці в цінностях, потребах, очікуваннях та комунікаційних стилях партнерів. Розуміння та прийняття цієї нормальності є ключовим для розвитку стратегій вирішення конфліктів.

Стратегії поведінки в конфліктах є ключовим чинником і грають важливу роль у стабільності шлюбу. Правильний підхід до розв'язання конфліктів може сприяти покращенню взаєморозуміння між партнерами і підтримувати стабільність відносин.

Одним з важливих факторів стабільного шлюбу є ефективна комунікація між партнерами. Взаєморозуміння, відкритість та вміння слухати іншу сторону є критичними складниками успішної комунікації. Дослідження показали, що погана комунікація може сприяти накопиченню конфліктів та погіршенню стабільності шлюбу.

Додатково, індивідуальні чинники, такі як особистість, стиль прикріплення, самооцінка та впевненість у собі, також мають вплив на стабільність шлюбу.

Результати дослідження підтверджують, що стратегії поведінки подружжя в конфліктних ситуаціях залежать від етапу життєвого циклу сім'ї. На етапі формування сім'ї, де подружжя стикаються з новими викликами, вони часто використовують стратегії пристосування та суперництва. Під час розширення сім'ї, коли збільшується кількість членів сім'ї, вживаються

стратегії компромісу та співпраці для досягнення згоди. На етапі зрілої сім'ї, згода та співпраця залишаються важливими елементами, але також можуть використовуватися компроміси для досягнення взаємоприйнятних рішень.

Загалом, розуміння впливу етапів життєвого циклу сім'ї на стратегії поведінки в подружніх конфліктах може допомогти психологам та фахівцям з сімейних відносин розвивати більш ефективні методи підтримки сімейної гармонії та збереження стосунків упродовж різних етапів життя сім'ї.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Бондар С.С. Емоційні проблеми та невротичні стани при порушенні життєдіяльності сім'ї. Психологічні перспективи / Бондар С.С. - 2020.
2. Бондаровська, В. Стадії розвитку сім'ї. Види сімейних конфліктів. // Психологічна допомога сім'ї / Упоряд. Т. Гончаренко. – К: Вид. дім «Шкіл. світ» : Вид. Л. Галіцина, 2015.
3. Васищев В.С. Психологія подружніх взаємин: теоретико-методологічні підходи до дослідження. Вісник Національного університету оборони України. 5 (24). 2011.
4. Волошок О.В. Соціально-психологічні чинники задоволеності шлюбом осіб періоду ранньої дорослості. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки. Випуск 3. 2019.
5. Гриневич І.О. Особливості шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія "Психологія". Випуск 49, 2017.
6. Джелалі В.О. Психологія вирішення конфліктів. Харків-Київ, 2016. 320 с.
7. Ільєнко Т.В. Шлюб у контексті життєвого циклу родини. Науковий вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія. Випуск 44, 2016.
8. Колесникова Г.І. Соціологія і психологія сім'ї: Підручник для академічного бакалаврату. 2-е вид., виправлене і доповнене. - М, 2017.

9. Колесникова Г.І. Соціологія і психологія сім'ї: Підручник для академічного бакалаврату. 2-е изд., Испр. і доп. - М 2017.
10. Котлова Л.О. Сімейні труднощі на різних етапах життєвого циклу сім'ї /Людмила Олександрівна Котлова Publishing Center of the European Association of Pedagogues and Psychologists "Science", Prague, 2015.
11. Котлова Л.О., Саух І.Д. Психологічні чинники задоволеності шлюбом на різних етапах подружнього життя. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2019. Випуск 1.
12. Кравець В.П. Психологія сімейного життя: Навч. пос. Част. І. – Тернопіль, 2015. – 696 с.
13. Кравець В.П. Психологія сімейного життя: Навч. пос. Част. ІІ. – Тернопіль, 2015. – 696 с.
14. Кравченко А. В. Виникнення і попередження конфліктів у молодого подружжя / А. В. Кравченко, Н. Т. Тверезовська // Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. Серія : Педагогіка, психологія, філософія. – 2015. – Вип. 220.
15. Кравченко І. С., Гаврилюк І. О. Сімейний життєвий цикл та стабільність шлюбу. Матеріали науково-практичної конференції "Актуальні проблеми психології та педагогіки". Том 2, 2018.
16. Кругла Т. О. Сімейний конфлікт: причини виникнення, попередження, врегулювання. Медсестринство. 2017. № 4.
17. Кузнецова Ю. В. Соціологічний аналіз факторів стабільності шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї. Соціологічні дослідження. Випуск 2, 2019.
18. Лаптева О. М., Музика О. В. Фактори стабільності шлюбу на різних етапах життєвого циклу сім'ї. Наукові записки. Серія "Психологія і педагогіка". Том 14, 2018.
19. Лисенко Л.М. Психологічні чинники задоволеності стосунками в подружніх парах. Теорія і практика сучасної психології. Запоріжжя, 2018. № 5.
20. Ложкін Г. В. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика:

Навчальний посібник / Г. В. Ложкін, Н. І. Пов'якель. – К.: ВД «Професіонал», 2016.

21. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії: Навч. пос. Видання друге. – Луцьк, 2015.

22. Павелків Р.В. Вікова психологія: підручник. Київ: Кондор, 2015.

23. Павлюк М. М. Архипенко Н. Особливості подружніх конфліктів та їх наслідки. Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2018. Т. XI, вип. 18.

24. Приб Г.А., Бондар С.С. Психологічні та психоемоційні проблеми порушення життєдіяльності сім'ї при різних стилях сімейної взаємодії. Психологічні перспективи. 2019. №34. С. 206–218. URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2019-34-206-218>.

25. Римаренко І. В. Зміна шлюбно-сімейних відносин в Україні. Науковий огляд. 2019. Т. 6. – № 59.

26. Сингаївська І. В., Ткач В. В., Ткач Р. М. Методи юнгіанського аналізу в розв'язанні внутрішнього конфлікту особистості (на прикладі роботи з пошуком сенсу життя). Правничий вісник Університету «КРОК». 2016. Вип. 24.

27. Соціологія кохання: як українці одружуються і чому розлучаються [Електронний ресурс]. URL: <https://ukr.segodayna.ua/ukraine/sociologiya-lyubvi-kak-ukrainski-zaklyuchayut-braki-i-pochemu-razvodyatsya-1113755.html> (Дата звернення: 05.06.2019).

28. Столін В. В. та ін. Опитувальник задоволеності шлюбом // Вісник МГУ. Психологія. 2015. № 2.

29. Соціологія кохання: як українці одружуються і чому розлучаються URL: <https://ukr.segodayna.ua/ukraine/sociologiya-lyubvi-kak-ukrainski-zaklyuchayut-braki-i-pochemu-razvodyatsya-1113755.html> (дата звернення: 05.06.2019).

30. Столін В. В. та ін. Опитувальник задоволеності шлюбом // Вісник МГУ. Психологія. 2015. № 2.

31. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї: навч. посіб. / О. А. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. – 136 с.
32. Титаренко Т.М. Психологія життєвої кризи / Відп. Ред. Т.М. Титаренко. Київ: Знання, 2015.
33. Тищенко О. О. «Використання процедури медіації у вирішенні сімейних конфліктів». Магістерська дисертація за спеціальністю 054 Соціологія. Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», кафедра соціології. Київ, 2018.
34. Турбан В. В. Сімейний конфлікт як предмет дослідження у практичній психології / В. В. Турбан // Актуальні проблеми психології. 2016. Т. 10, Вип. 28.
35. Туриніна О. Л. Діагностика та психологічні шляхи розв'язання конфліктів у молодих подружніх парах. 2018. 203 с. URL: [http://medpsychology.pp.ua/rozvyazannya\\_konfliktiv](http://medpsychology.pp.ua/rozvyazannya_konfliktiv)
36. Федоренко Р.П. Психологічні особливості сімейної кризи у молодого подружжя: Дис ... канд. псих. наук: 19.00.07 - Луцьк. 2019.
37. Фурман А. В., Надвинична Т. Л. Основи гендерної рівності: навч. посібн. – Тернопіль: Економічна думка, 2016.
38. Черезова І.О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Бердянськ : БДПУ, 2016.
39. Шумілова І. В. Стабільність шлюбу в різних етапах життєвого циклу сім'ї. Науковий вісник Придніпровської державної академії будівництва та архітектури. Випуск 3 (91), 2017.

# ДОДАТКИ

## Додаток А

### КОДЕКС АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНЬСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Я Нелуца Тетяна Віталіївна учасник(ця) освітнього процесу Херсонського державного університету, УСВІДОМЛЮЮ, що академічна доброчесність – це фундаментальна етична цінність усієї академічної спільноти світу.

ЗАЯВЛЯЮ, що у своїй освітній і науковій діяльності ЗОБОВ'ЯЗУЮСЯ:

– дотримуватися:

- вимог законодавства України та внутрішніх нормативних документів університету, зокрема Статуту Університету;
- принципів та правил академічної доброчесності;
- нульової толерантності до академічного плагіату;
- моральних норм та правил етичної поведінки;
- толерантного ставлення до інших;
- дотримуватися високого рівня культури спілкування;
- надавати згоду на:
  - безпосередню перевірку курсових, кваліфікаційних робіт тощо на ознаки наявності академічного плагіату за допомогою спеціалізованих програмних продуктів;
  - оброблення, збереження й розміщення кваліфікаційних робіт у відкритому доступі в інституційному репозитарії;
  - використання робіт для перевірки на ознаки наявності академічного плагіату в інших роботах виключно з метою виявлення можливих ознак академічного плагіату;
- самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного й підсумкового контролю результатів навчання;
- надавати достовірну інформацію щодо результатів власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використаних методик досліджень та джерел інформації;
- не використовувати результати досліджень інших авторів без використання покликань на їхню роботу;
- своєю діяльністю сприяти збереженню та примноженню традицій університету, формуванню його позитивного іміджу;
- не чинити правопорушень і не сприяти їхньому скоєнню іншими особами;
- підтримувати атмосферу довіри, взаємної відповідальності та співпраці в освітньому середовищі;
- поважати честь, гідність та особисту недоторканність особи, незважаючи на її стать, вік, матеріальний стан, соціальне становище, расову належність, релігійні й політичні переконання;
- не дискримінувати людей на підставі академічного статусу, а також за національною, расовою, статевою чи іншою належністю;
- відповідально ставитися до своїх обов'язків, вчасно та сумлінно виконувати необхідні навчальні та науководослідницькі завдання;
- запобігати виникненню у своїй діяльності конфлікту інтересів, зокрема не використовувати службових і родинних зв'язків з метою отримання нечесної переваги в навчальній, науковій і трудовій діяльності;
- не брати участі в будь-якій діяльності, пов'язаній із обманом, нечесністю, списуванням, фабрикацією;
- не підроблювати документи;
- не поширювати неправдиву та компрометуючу інформацію про інших здобувачів вищої освіти, викладачів і співробітників;
- не отримувати і не пропонувати винагород за несправедливе отримання будь-яких переваг або здійснення впливу на зміну отриманої академічної оцінки;
- не залякувати й не проявляти агресії та насильства проти інших, сексуальні домагання;
- не завдавати шкоди матеріальним цінностям, матеріально-технічній базі університету та особистій власності інших студентів та/або працівників;
- не використовувати без дозволу ректорату (деканату) символики університету в заходах, не пов'язаних з діяльністю університету;
- не здійснювати і не заохочувати будь-яких спроб, спрямованих на те, щоб за допомогою нечесних і негідних методів досягати власних корисних цілей;
- не завдавати загрози власному здоров'ю або безпеці іншим студентам та/або працівникам.

УСВІДОМЛЮЮ, що відповідно до чинного законодавства у разі недотримання Кодексу академічної доброчесності буду нести академічну та/або інші види відповідальності й до мене можуть бути застосовані заходи дисциплінарного характеру за порушення принципів академічної доброчесності.

08.12.2023

Т. Нелуца

Текст опитувальника

Інструкція: Перед вами ряд тверджень, які допоможуть визначити деякі особливості вашої поведінки. Тут не може бути відповідей «правильних» або «неправильних». Люди різні, і кожен може висловити свою думку.

Є два варіанти А і В, з яких ви повинні вибрати один, у більшою мірою відповідає вашим поглядам, вашу думку про себе. Відповідати треба як можна швидше.

1.

А. Іноді я надаю можливість іншим взяти на себе відповідальність за рішення спірного питання.

В. Чим обговорювати те, у чому ми розходимося, я намагаюся звернути увагу на те, з чим ми обидва згодні.

2.

А. Я намагаюся знайти компромісне рішення.

В. Я намагаюся улагодити справу з урахуванням інтересів іншого і моїх власних.

3.

А. Зазвичай я наполегливо прагну домогтися свого.

В. Я намагаюся заспокоїти іншого і головним чином зберегти наші відносини.

4.

А. Я намагаюся знайти компромісне рішення.

В. Іноді я жертвую своїми власними інтересами заради інтересів іншої людини.

5.

А. Улагоджуючи спірну ситуацію, я весь час намагаюся знайти підтримку в іншого.

В. Я намагаюся зробити все, щоб уникнути марної напруженості.

6.



А. Я намагаюся уникнути неприємностей для себе.

В. Я намагаюся домогтися свого.

7.

А. Я намагаюся відкласти рішення спірного питання з тим, щоб з часом вирішити його остаточно.

В. Я вважаю можливим у чимось поступитися, аби домогтися іншого.

8.

А. Зазвичай я наполегливо прагну домогтися свого.

В. Я першою справою намагаюся ясно визначити те, у чому складаються всі порушені інтереси.

9.

А. Думаю, що не завжди варто хвилюватися через якихось виникаючих розбіжностей.

В. Я прикладаю зусилля, щоб домогтися свого.

10.

А. Я твердо прагну досягти свого.

В. Я намагаюся знайти компромісне рішення.

11.

А. Першою справою я намагаюся ясно визначити, в чому полягають всі порушені спірні питання.

В. Я намагаюся заспокоїти іншого і головним чином зберегти наші відносини.

12.

А. Найчастіше я уникаю займати позицію, яка може викликати суперечки.

В. Я даю можливість іншому в чомусь залишитися при своїй думці, якщо він також йде мені назустріч.

13.

А. Я пропоную середню позицію.

В. Я наполягаю, щоб було зроблено по-моєму.

14.

А. Я повідомляю іншому свою точку зору і запитую про його погляди.

В. Я намагаюся показати іншому логіку і переваги моїх поглядів.

15.

А. Я намагаюся заспокоїти іншого і головним чином зберегти наші відносини.

В. Я намагаюся зробити так, щоб уникнути напруженості.

16.

А. Я намагаюся не зачепити почуттів іншого.

В. Я намагаюся переконати іншого в перевагах моєї позиції.

17.

А. Зазвичай я наполегливо намагаюся домогтися свого.

В. Я намагаюся зробити все, щоб уникнути марної напруженості.

18.

А. Якщо це зробить іншого щасливим, дам йому можливість настояти на своєму.

В. Я даю можливість іншому в чомусь залишитися при своїй думці, якщо він також йде мені назустріч.

19.

А. Першою справою я намагаюся ясно визначити те, у чому складаються всі порушені питання та інтереси.

В. Я намагаюся відкласти рішення спірного питання з тим, щоб з часом вирішити його остаточно.

20.

А. Я намагаюся негайно подолати наші розбіжності.

В. Я намагаюся знайти найкраще поєднання вигод і втрат для обох сторін.

21.

А. Ведучи переговори, я намагаюся бути уважним до бажань іншого.

В. Я завжди схильюся до прямого обговорення проблеми і їх спільним

рішенням.

22.

А. Я намагаюся знайти позицію, яка знаходиться посередині між моєю позицією і точкою зору іншої людини.

В. Я відстоюю свої бажання.

23.

А. Як правило, я стурбований тим, щоб задовольнити бажання кожного з нас.

В. Іноді я надаю можливість іншим взяти на себе відповідальність за рішення спірного питання.

24.

А. Якщо позиція іншого здається мені дуже важливою, я постараюся піти назустріч його бажанням.

В. Я намагаюся переконати іншого прийти до компромісу.

25.

А. Я намагаюся показати іншому логіку і переваги моїх поглядів.

В. Ведучи переговори, я намагаюся бути уважним до бажань іншого.

26.

А. Я пропоную середню позицію.

В. Я майже завжди заклопотаний тим, щоб задовольнити бажання кожного з нас.

27.

А. Найчастіше я уникаю займати позицію, яка може викликати суперечки.

В. Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість настояти на своєму.

28.

А. Зазвичай я наполегливо прагну домогтися свого.

В. Улагоджуючи ситуацію, я зазвичай намагаюся знайти підтримку в іншого.

29.

А. Я пропоную середню позицію.

В. Думаю, що не завжди варто хвилюватися через якихось виникаючих розбіжностей.

30.

А. Я намагаюся не зачепити почуттів іншого.

В. Я завжди займаю таку позицію в спірному питанні, щоб ми спільно з іншим людиною могли домогтися успіху.

**Ключ:**

1. Суперництво: 3А, 6В, 8А, 9В, 10А, 13В, 14В, 16В, 17А, 22В, 25А, 28А.

2. Співпраця: 2В, 5А, 8В, 11А, 14А, 19А, 20А, 21В, 23В, 26В, 28В.

3. Компроміс: 2А, 4А, 7В, 10В, 12В, 13А, 18В, 22А, 23А, 24, 26А, 29А.

4. Уникнення: 1А, 5В, 6А, 7А, 9А, 12А, 15В, 17В, 19В, 20В, 27А, 29В.

5. Пристосування: 1В, 3В, 4В, 11В, 15А, 16А, 18А, 21 А, 24А, 25, 27В, 30А.

**Обробка результатів**

В ключі кожен відповідь А чи В дає уявлення про кількісному вираженні: суперництва, співпраці, компромісу, уникнення і пристосування. Якщо відповідь співпадає з вказаним у ключі, йому присвоюється значення 1, якщо не збігається, то присвоюється значення 0. Кількість балів, набраних індивідом за кожною шкалою, дає уявлення про вираженість у нього тенденції до прояву відповідних форм поведінки в конфліктних ситуаціях.

Тест – опитувальник «Рівень благополуччя шлюбу»

1. Скільки років триває Ваш шлюб?

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

а) вірно; б) не впевнений; в) невірно.

2. Ваші подружні відносини приносять вам:

а) швидше занепокоєння і страждання; б) важко відповісти; в) швидше радість і задоволення.

3. Родичі та друзі оцінюють ваш шлюб:

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

4. Якщо б ви могли, то:

а) ви б багато що змінили в характері вашого чоловіка (вашої дружини); б) важко сказати; в) ви б не стали нічого змінювати.

5. Одна з проблем сучасного шлюбу в тому, що все приїдається, в тому числі і сексуальні відносини.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

6. Коли ви порівнюєте вашу сімейне життя із сімейним життям ваших друзів і знайомих, вам здається:

а) що ви найнещасніші інших; б) важко сказати; в) що ви щасливіші інших.

7. Життя без сім'ї, близької людини - занадто дорога ціна за повну самотійність.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

8. Ви вважаєте, що без вас життя вашого чоловіка (вашої дружини) була б неповноцінною.

а) так, вважаю; б) важко сказати; в) ні, не вважаю.

9. Більшість людей в якійсь мірі обманюються у своїх очікуваннях щодо шлюбу.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

10. Тільки безліч різних обставин заважає подумати вам про розлучення.  
а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
11. Якби повернувся час, коли ви одружувалися, то вашим чоловіком (вашою дружиною) міг би стати:  
а) хто завгодно, тільки не теперішній чоловік (дружина); б) важко сказати; в) можливо, що саме теперішній чоловік (дружина).
12. Ви пишаєтеся, що така людина, як ваш чоловік (ваша дружина), поруч з вами.  
а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
13. На жаль, недоліки вашого чоловіка (дружини) часто переважають його (її) гідності.  
а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
14. Основні перешкоди для щасливого подружнього життя криються:  
а) швидше за все в характері вашого чоловіка (вашої дружини);  
б) важко сказати; в) швидше у вас самих.
15. Почуття, з якими ви одружувалися: а) посилися; б) важко сказати; в) ослабли.
16. Шлюб притупляє творчі можливості людини: а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
17. Можна сказати, що ваш чоловік (ваша дружина) володіє такими перевагами, які компенсують його (її) недоліки.  
а) вірно; б) щось середнє; в) невірно.
18. На жаль, у вашому шлюбі не все гаразд з емоційною підтримкою один одного.  
а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
19. Вам здається, що ваш чоловік (ваша дружина) часто робить дурниці, говорить невлад, недоречно жартує.  
а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.
20. Життя в сім'ї, як вам здається, не залежить від вашої волі:  
а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

21. Ваші сімейні відносини не внесли в життя того порядку і організованості, яких ви очікували.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

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

а) згоден; б) важко сказати; в) не згоден.

23. Як правило, суспільство вашого чоловіка (вашої дружини) доставляє вам задоволення.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

24. По правді сказати, у вашій подружнього життя немає і не було жодного світлого моменту.

а) вірно; б) важко сказати; в) невірно.

#### КЛЮЧ

1в, 2в, 3а, 4в, 5в, 6в, 7а, 8а, 9в, 10в, 11в, 12а, 13в, 14в, 15а, 16в, 17а, 18в, 19в, 20в, 21в, 22а, 23а, 24в.

За відповідь, що співпадає з ключем, нараховується 2 бали; за проміжну відповідь (варіант "б") - 1 бал; за відповідь, який не збігається з ключем, - 0 балів. Далі підраховується сумарний бал по всіх відповідях. Можливий діапазон - від 0 до 48 балів. Високий бал говорить про рівень благополуччя шлюбу.

Вся вісь сумарних балів тесту розбивається на сім категорій:

- 0-16 балів - абсолютно неблагополучні;
- 17-22 балів - неблагополучні;
- 23-26 балів - скоріш неблагополучні;
- 27-28 балів - перехідні;
- 29-32 балів - скоріш благополучні;
- 33-38 балів - благополучні;
- 39-48 балів - абсолютно благополучні.