

**Міністерство освіти і науки України
Херсонський державний університет
Факультет психології, історії та соціології
Кафедра психології**

**ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІСТОВІ ПАРАМЕТРИ СТАБІЛЬНОСТІ
ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ**

**Кваліфікаційна робота (проект)
на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»**

Виконала: студентка 4 курсу
спеціальності 053 Психологія
першого (бакалаврського) рівня
вищої освіти

Анастасія СЕННІК

Керівник: к.психол.н., доцентка

Олена ШЕЛЕСТОВА

Рецензент: к. психол. н., доцентка

Людмила ГРИДКОВЕЦЬ

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗМІСТОВИХ ПАРАМЕТРІВ СТАБІЛЬНОСТІ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ	5
1.1 Поняття та основні критерії стабільності шлюбних стосунків	5
1.2 Психологічні фактори, що впливають на стабільність шлюбних стосунків	10
Висновки до розділу 1	14
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗМІСТОВИХ ПАРАМЕТРІВ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА СТАБІЛЬНІСТЬ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ	15
2.1. Обґрунтування та опис процедури проведення емпіричного дослідження	15
2.2. Аналіз отриманих результатів емпіричного дослідження	18
Висновки до розділу 2	23
ВИСНОВКИ	25
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	27
ДОДАТКИ	29

ВСТУП

Актуальність дослідження. Шлюбні стосунки в сучасному суспільстві відіграють ключову роль у забезпеченні емоційного благополуччя, стабільності та задоволення базових потреб індивіда. Проте, в умовах зростаючих соціальних та економічних викликів, що постають перед подружжям, досягнення гармонійної взаємодії набуває особливої значущості. Вивчення соціально-психологічних факторів, які визначають гармонію в шлюбі, є вкрай важливим для створення ефективних стратегій підтримки стійких і щасливих сімейних відносин. Сучасна сім'я з її проблемами перебуває в центрі уваги різних наукових дисциплін – психології, педагогіки, соціології, демографії та економіки. Вчені аналізують динаміку емоційних зв'язків між подружжям, причини самотності та розлучень, а також специфіку сімейного виховання дітей.

Фундаментальні дослідження структури та динаміки подружніх взаємин були проведені такими психологами, як О. Бондарчук, І. Ващенко, Т. Титаренко, А. Іващенко, Л. Лепіхова.

Для розуміння психологічних факторів стабільності шлюбних стосунків необхідно враховувати, що кожна сім'я створює власну мікрокультуру, що включає загальні цінності, традиції та правила. Формуючи свій сімейний уклад, подружжя керується як суспільними нормами, так і засвоєними в батьківських сім'ях моделями, адаптуючи їх до власного спільного життя. Діагностика порушень у сімейних взаєминах є складним процесом, зумовленим не лише особистісними рисами партнерів, але й рівнем їхньої психологічної грамотності щодо шлюбу, наявністю теоретичних знань, що могли б сприяти зміцненню їхніх стосунків.

Мета дослідження: виявлення та аналіз ключових психологічних факторів, які визначають стабільність та стійкість шлюбних відносин у сучасному суспільстві.

Відповідно до мети дипломної роботи, були поставлені наступні **завдання:**

1. Здійснити теоретичний огляд існуючих психологічних концепцій стабільності шлюбу та факторів, що на неї впливають.
2. Виокремити та проаналізувати основні психологічні чинники, що є визначальними для стабільності шлюбних стосунків.
3. Провести емпіричне дослідження серед подружніх пар з метою ідентифікації психологічних факторів, що корелюють зі стабільністю шлюбу та виявлення специфіки їх прояву.

Об'єкт дослідження: психологічні особливості шлюбних стосунків.

Предмет дослідження: психологічні змістові параметри, що впливають на стабільність шлюбних стосунків.

Методи та методики дослідження: теоретичні методи (аналіз, синтез, моделювання, узагальнення) використовувались з метою вивчення наукової літератури для обґрунтування теоретичних підходів дослідження психологічних факторів, які впливають на стабільність шлюбних стосунків; емпіричні методи: методика вивчення темпераменту (опитувальник Г.Айзенка), опитувальник «Задоволеність шлюбом» (В. Століна, Т. Романової, Г. Бутенко), шкала прихильності дорослих (AAS).

Практичне значення: виявлення конкретних психологічних факторів, таких як темперамент, рівень задоволеності шлюбом та тип прив'язаності, які суттєво впливають на стабільність шлюбних стосунків.

Апробація результатів дослідження: результати дослідження обговорювалися на засіданні кафедри психології від 27.05.2025 року протокол № 17.

Структура роботи: кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів (теоретичного та емпіричного), висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗМІСТОВИХ ПАРАМЕТРІВ СТАБІЛЬНОСТІ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ

1.1 Поняття та основні критерії стабільності шлюбних стосунків

Сім'я є унікальним і незамінним інститутом у розвитку та житті будь-якого суспільства. Вона є не лише основною складовою соціальної структури, а й центром економічної організації, головною одиницею виробництва та споживання. Завдяки сім'ї забезпечується зміна поколінь, відбувається становлення особистості, передаються цінності, продовжується рід, а також здійснюється важлива суспільна функція підтримки літніх людей та осіб з інвалідністю [1]. Саме в сім'ї людина засвоює культурні норми, розвиває свою особистість та набуває першого соціального досвіду. Однак, аналіз праць українських психологів (Р. Барнас, Л. Гапоненко, Т. Говорун, В. Кравець, О. Кікінеджі, О. Кізь, М. Корольчук та інших) свідчить про те, що для сучасних сімей в Україні характерна нечіткість уявлень про культуру сімейних взаємин та розподіл гендерних обов'язків [2].

Шлюб являє собою процес офіційного, публічного та, за задумом, нерозривного оформлення стосунків між двома людьми. Це єднання двох осіб через зв'язок, який традиційно вважається довічним, хоча в реальності нерідко завершується розірванням [3].

Спільне життя двох людей у шлюбі – це не просто формальність, а глибокий та різноманітний процес. Він схожий на складну систему, де безліч внутрішніх (психологічних) та зовнішніх (соціальних) факторів постійно впливають одне на одного. Щоб краще зрозуміти, як ми будуємо зв'язки з оточуючими, необхідно визначити основні поняття міжособистісних відносин. Уявіть собі, що відносини – це своєрідна система, де наші особисті, усвідомлені та вибіркові зв'язки з реальним світом є головними елементами. Ця система тримається на трьох ключових аспектах: як ми ставимося до інших

людей, як ми сприймаємо предмети та явища навколо, і як ми оцінюємо самих себе. Саме слово «міжособистісні» підкреслює, що зв'язок між двома людьми – це не односторонній процес, а взаємний обмін діями та почуттями.

Міжособистісні відносини вимагають від партнерів свідомих зусиль для взаєморозуміння у поведінці та почуттях. Саме дії та емоції є фундаментом для безпосереднього спілкування та формування відносин між людьми, які завжди емоційно забарвлені та відображають їхній внутрішній світ [4].

Зміни в сімейних традиціях та цінностях тягнуть за собою ерозію культурних норм взаємної поваги. У сімейних стосунках все частіше домінують спонтанність та неоднозначні почуття, що створює підґрунтя для некерованої агресії, отруйних взаємодій і, зрештою, призводить до деградації сім'ї як фундаментального елемента державотворення. Особливо помітним це стає у відносинах молодого подружжя, яке перебуває на початковому етапі формування сім'ї. За визначенням О. Бондаря, сім'я – це мала група зі специфічними рисами: жорсткими нормами, що визначаються культурою; різнорідним складом за віком та, відповідно, різними потребами та цінностями; внутрішньою закритістю, яка передбачає певну приватність; та інтенсивною емоційною складовою. Різноманітні міжособистісні зв'язки між партнерами у шлюбі, як офіційному, так і цивільному, прийнято називати «подружніми відносинами». Ці відносини відзначаються складністю в економічній, культурологічній та психологічній сферах. Варто також зазначити зростаючу популярність рішення не мати дітей [5].

Основними психологічними факторами, що визначають якість шлюбу, є рівень задоволеності партнерів та спільний розвиток їхніх поглядів на відносини. Зазвичай експерти виділяють такі важливі аспекти: особистісні цінності подружжя та їхнє розуміння сімейного життя; сприйняття партнера як доброзичливої, вимогливої, авторитетної, близької та турботливої людини; уявлення про батька/матір протилежної статі як про близьку людину; висока важливість сексуально-інтимної сфери для кожного з партнерів; а також попередній досвід як вдалих, так і невдалих стосунків. Як вже зазначалося, для

гармонійного існування сім'я має реалізовувати свій потенціал як на особистісному, так і на соціальному рівнях. Ці два рівні тісно пов'язані, проте кожен аспект сімейного життя має різну значущість для кожної конкретної сім'ї, що визначає пріоритетність її функцій [6].

Автори досліджень [7;8] пропонують таку систематизацію міжособистісних взаємин: початковий етап знайомства, подальше приятельське спілкування, товариські зв'язки, глибокі дружні відносини, романтичні стосунки, шлюбні відносини, родинні зв'язки, а також руйнівні форми взаємодії та інші категорії.

Ще одним важливим критерієм є вибірковість у відносинах, яка визначається кількістю значущих характеристик при встановленні та підтримці зв'язку з партнером. Найбільш ретельний відбір партнерів характерний для дружніх, подружніх та любовних стосунків, тоді як знайомство передбачає найменшу вибірковість. Міжособистісні стосунки є найбільш важливими для особистості, оскільки ґрунтуються на неофіційності, особистій значущості та емоційній глибині, що робить їх вплив на індивіда особливо сильним. Деякі психологи розрізняють такі види міжособистісних відносин: формальні (офіційні) та неформальні (неофіційні), ділові, особисті, раціональні, емоційні, субординаційні та паритетні [7].

Інші види міжособистісних стосунків можна розуміти як усталену систему поведінкових стереотипів, що забезпечують їхню стабільність та передбачуваність у взаємодії між двома партнерами. У таких відносинах кожна людина зазвичай відіграє певну міжособистісну роль, яка передбачає чітко визначений соціальний статус – сукупність усталених прав та обов'язків [9].

Розглянемо психологічні аспекти сприйняття шлюбно-сімейних відносин, виділяючи чотири основні моделі:

1. Шлюб як примус. У цьому сценарії один із партнерів психологічно домінує над іншим, який перебуває у складній життєвій ситуації або відчуває жалість, що призводить до згоди на шлюб як компроміс. Такі

стосунки рідко ґрунтуються на взаємному коханні; часто «завойовник» керується амбіціями, бажанням володіти та азартом ще до шлюбу, а після одруження партнер, що піддався примусу, сприймається як власність. Психологічний фундамент такої сім'ї є спотвореним, що ускладнює досягнення компромісів у сімейному житті.

2. Шлюб як ритуал. Ця модель характеризується вступом у шлюб через досягнення певного віку та усвідомлення соціальної необхідності створити сім'ю, часто через те, що більшість оточуючих вже одружені. Як правило, це шлюби без кохання чи розрахунку, продиктовані соціальними стереотипами. У таких сім'ях важко створити умови для тривалого спільного життя, оскільки відносини часто є випадковими та можуть так само випадково завершитися.
3. Шлюб як втеча з батьківської сім'ї. Цей тип шлюбу зустрічається серед молодих людей, які прагнуть звільнитися від надмірної батьківської опіки. Подальший розвиток їхніх стосунків може бути різним: від успішної взаємної адаптації на основі кохання, народження дітей та налагодження власного побуту до негативного сценарію, більш вірогідного, коли дві інфантильні особистості не здатні йти на компроміси та співпрацювати.
4. Шлюб, освячений коханням. Ця модель вважається найбільш сприятливою для щасливого та тривалого шлюбного життя. У шлюбі, заснованому на коханні, обмеження сприймаються подружжям як добровільні: партнерам приємно проводити час разом, піклуватися один про одного та про інших членів сім'ї.

Слід підкреслити, що як до укладення шлюбу, так і впродовж сімейного життя відбувається процес накопичення досвіду взаємодії в родині, формуються уявлення про шлюб та збагачується досвід спілкування з представниками протилежної статі [10].

Стабільність шлюбу – це його юридичне збереження, незалежно від якості. Стійкий шлюб – це благополучна сім'я, що базується на задоволенні,

успішності відносин, взаємопідтримці та розумінні. Зростання розлучень показує, що стабільність без стійкості втрачає свою значущість як основа для збереження шлюбу.

Стійкими вважаються гармонійні шлюби, в яких створені умови для особистісного зростання та творчої реалізації кожного члена сім'ї. Близькі емоційні зв'язки та довіра до партнера поєднуються з чітко визначеними правилами, що регулюють взаємодію. Спілкування відбувається на рівних засадах, а конфлікти, які виникають нечасто, вирішуються шляхом конструктивного діалогу. Основою для створення такого шлюбу є симпатія, сумісність, емоційна близькість, кохання та взаєморозуміння. На противагу їм, дисгармонійні шлюби є нестійкими. Для них характерні напруженість у відносинах, часті конфлікти, відчуження та почуття самотності. Постійне порушення психологічної рівноваги партнерів призводить до стресів. Спілкування зазвичай відбувається в авторитарному, категоричному стилі. Такий шлюб не сприяє особистісному розвитку та самореалізації.

На думку Яна Щепанського, соціальний контекст є визначальним для успіху та стабільності шлюбу й сім'ї. Сімейна міцність залежить від поєднання внутрішніх мотивацій та зовнішніх обставин. Серед внутрішніх факторів стабільності він виділяв: взаємне кохання як основу вибору супутника життя; відповідальність за дітей та партнера; спільне прагнення до кар'єрного зростання та добробуту родини; взаємну опіку над домом і дітьми, розподіл побутових обов'язків; бажання виправдати сподівання родичів та соціального оточення; прагнення до втілення особистих мрій, сформованих до шлюбу; можливість гармонійного розвитку особистості та використання шлюбу як шляху до самореалізації. До зовнішніх факторів належали: соціальні заборони, що ускладнюють або унеможливають розірвання шлюбу; тиск суспільної думки та санкції щодо розлучених; економічні чинники; соціальні вимоги щодо догляду за дітьми. Значення як зовнішніх, так і внутрішніх сил є надзвичайно великим, однак соціальні трансформації відчутно впливають на обидві складові успішності шлюбу та їхню силу.

Соціологи та психологи, вивчаючи фактори, що можуть загрожувати стабільності та стійкості шлюбно-сімейних відносин, як правило, поділяють їх на дві основні категорії: фактори, що передують шлюбу, та фактори, що виникають вже у шлюбі. С.Н. Бурова розглядає успішність шлюбно-сімейних відносин як багатогранне поняття, що відображає загальну якість життя сім'ї та сукупність її внутрішніх зв'язків: між подружжям, між батьками та дітьми, а також родинних відносин [11].

Отже, шлюб є не просто частиною інституту суспільства, а і складним психологічним процесом між двома партнерами. На стабільність якого, можуть впливати різні чинники, які є негативні та позитивні. Якщо негативні, це ті, що будуть створювати конфліктні ситуації між закоханими, які в кінці призведуть до розлучення. А є і позитивні, що впливають на стабільність та довіру в стосунках, і будуть сприяти розвитку більш глибоких відносин в шлюбі.

1.2 Психологічні фактори, що впливають на стабільність шлюбних стосунків

На стабільність шлюбу впливає значна кількість чинників. Аналіз наукової літератури виявив, що чоловіки, як правило, демонструють вищий рівень задоволеності шлюбними відносинами, ніж жінки. Крім того, встановлено вплив наявності дітей на ступінь задоволеності шлюбом: їхня поява зазвичай призводить до її зростання. У контексті дослідження подружніх відносин, подружжя А.Ю. Тавіт виокремлює дві основні групи факторів задоволеності шлюбом.

1. Дошлюбні фактори, до цієї категорії належить психологічний фундамент майбутнього шлюбу, що охоплює такі аспекти, як сімейне походження, особистісні якості партнерів, уявлення про ідеального чоловіка/дружину та шлюб загалом, а також мотиви вступу в шлюб.

2. Шлюбні фактори, що проявляються вже після одруження, а саме: етично-емоційні відносини між подружжям, психофізіологічна сумісність, єдність поглядів на виховання дітей, розподіл побутових та господарських обов'язків, організація спільного дозвілля та ставлення до батьківських сімей і друзів.

М.С. Мацковська та А.Г. Харчев досліджували взаємозв'язок між мотивами укладання шлюбу та рівнем задоволеності ним. Вони дійшли висновку, що подружжя, яке вважає свій шлюб щасливим, вступало в нього, керуючись такими мотивами, як спільність інтересів та поглядів, любов тощо. Натомість, пари, незадоволені своїм шлюбом, найчастіше називали матеріальну вигоду, випадковість обставин, бажання покращити житлові умови, легковажність або прагнення уникнути самотності як основні причини одруження.

На думку Г.С. Васильченка та Ю.А. Решетняка, загальний шлюбний потенціал особистості включає п'ять основних компонентів: фізичний, матеріальний, культурний, сексуальний та психологічний.

Фізичний фактор має переважно інтуїтивний характер і проявляється у підсвідомій симпатії або антипатії, яку одна людина відчуває до іншої. Ця глибоко особиста реакція формується на основі зовнішнього вигляду, тембру голосу, манер поведінки, мови, міміки, жестів, стилю одягу і навіть індивідуального запаху. Цей фактор, що визначається на початкових етапах спілкування, відрізняється значною стійкістю.

Матеріальний фактор відображає співвідношення внеску кожного партнера у спільний матеріальний добробут сім'ї та відповідність цього внеску очікуванням іншого.

Культурний фактор визначається ступенем відповідності інтелектуальних та культурних потреб подружжя. Як зазначає В.І. Косачев, вираженість цього фактора може суттєво змінюватися протягом життя навіть однієї пари.

Сексуальний фактор відображає міру узгодженості реальної інтимної поведінки кожного з партнерів з сексуальними очікуваннями іншого. Цей фактор є чутливим до різних впливів, включаючи вік та стан здоров'я, з якими він тісно пов'язаний.

Усі вищезгадані фактори тісно взаємодіють між собою. Проте особливе місце належить психологічному фактору. Він є своєрідним центром, де сходяться всі інші фактори, і водночас визначає єдність та цілісність поведінки людини у шлюбі [12]. Психологічна сумісність партнерів є фундаментальною умовою для стабільності шлюбних відносин, їхнього процвітання та емоційного комфорту в сім'ї [13].

Гармонія в сімейно-шлюбних відносинах, з позиції особистісних характеристик, включає такі важливі складові: емоційну прихильність між партнерами; схожість їхнього сприйняття себе, один одного та соціального середовища; подібність у бажаних стилях спілкування та поведінці; сексуальна та психофізіологічна гармонія; а також спільний культурний рівень, рівень психічної та соціальної зрілості й узгодженість ціннісних орієнтацій подружжя. У подружній сумісності, важлива не ідентичність характерів, а відсутність взаємного подразнення індивідуальними особливостями. Терпимість до звичок партнера, як-от щоденна чарка чи розкидані шкарпетки, є ключовою. Психологічна сумісність вважається фундаментом щасливих відносин, а її відсутність призводить до зростання роздратування. У той час духовна сумісність, полягає у схожості уявлень про сімейне життя. Розбіжність у баченні дозвілля, наприклад, прагнення одного до самотності, а іншого – до розваг, може призвести до непорозумінь та роздратування, що з часом руйнує шлюб. Сімейно-рольова сумісність, визначається збігом уявлень про розподіл ролей у сім'ї, часто сформованих на основі батьківського досвіду. Розбіжності у поглядах на ведення побуту, наприклад, щодо приготування їжі та прибирання, можуть викликати образи та невдоволення. Важливо обговорювати ці очікування до шлюбу. Також важлива інтелектуальна сумісність, яка не вимагає однакового рівня освіти,

але передбачає схоже ставлення до навчання та отримання нової інформації. Відсутність спільних тем для розмов може призвести до пошуку спілкування поза шлюбом, що вважається серйознішою проблемою, ніж зрада.

Якщо партнери, вирішили завести дитину, то потрібна дедагогічна сумісність. Вона полягає у єдності поглядів на виховання дітей. Різні підходи до виховання можуть призвести до проблем у шлюбі та негативно вплинути на дітей. Ці питання слід обговорювати до народження дитини. Ну і звичайно, сексуальна сумісність, яка визначається на початковому етапі відносин [14, с.63-46].

Різноманітні аспекти сумісності тісно переплітаються та взаємно підсилюють один одного. Тому для збереження сімейної гармонії, яка є результатом непростой спільної роботи, необхідно враховувати кожен з цих аспектів. Високий рівень подружньої сумісності значно підвищує ймовірність гармонійних відносин, однак вирішальну роль відіграє загальна культура партнерів, яка включає толерантність, самоконтроль у прояві негативних емоцій та усвідомлення того, що головною цінністю є добрі взаємини, а не лише матеріальний комфорт. За наявності такої культури навіть певна несумісність може залишатися непоміченою та не руйнувати шлюб, тоді як у емоційно нестабільних, нестриманих та агресивних партнерів вона неодмінно призведе до постійних конфліктів. Науковці наголошують, що шлюб – це не просто товариське об'єднання, яке можна легко розірвати, а велика відповідальність та глибока взаємна прив'язаність [15]. Визначальними для шлюбних відносин є ціннісні орієнтації подружжя та рівень їхнього особистісного порозуміння [16].

У психологічній науці концепція сумісності є однією з найбільш детально опрацьованих. Різні аспекти сумісності подружжя досліджуються в роботах таких науковців, як А.Н.Волков, М.М.Обозов, Е.М.Тійт, Т.М.Трапезнікова, S.J.Bahr, C.B.Chappel, G.K.Leigt, R.B.Schafer та інші. Сумісність подружжя визначається як оптимальне поєднання їхніх індивідуальних характеристик, що сприяє створенню «психотерапевтичного

союзу». Це поняття часто розглядається як важлива передумова для виконання сім'єю психотерапевтичної функції.

А.Н. Волкова виділяє декілька незалежних рівнів характеристик, які визначають сумісність у шлюбі. Перший рівень включає соціологічні фактори, серед яких позитивний вплив мають: високий рівень освіти обох партнерів, відсутність значної різниці в їхній освіті та належні житлові умови. Другий рівень охоплює соціально-психологічні характеристики подружжя, а саме: задоволеність партнерів своїми відносинами, високий ступінь емоційної привабливості один для одного, глибока взаємоповага та узгодженість у сімейних цінностях і розподілі ролей [17].

Отже, було розглянуто основні фактори, які можуть впливати на стабільність шлюбу. Головну роль будуть займати: психологічна сумісність, фізичний, матеріальний, культурний та сексуальний фактор. Ці всі фактори, будуть тісно взаємодіяти між собою, та доповнювати один одного.

Висновки до розділу 1

У першій частині роботи було здійснено огляд існуючий психологічних концепцій стабільності шлюбу та факторів, що на неї впливають. Також було розглянуто поняття міжособистісних відносин, шлюбу та сім'ї.

Можна прийти до висновку, що міжособистісні відносини, це не односторонній процес, а процес в який залучені одразу два партнери, які мають робити кроки назустріч один одному. Іноді кажуть, що потрібно кожному партнеру зробити 5 кроків на зустріч іншому, щоб в кінці вийшло 10. В шлюб вступають вже партнери, які мають серйозні стосунки, і хочуть їх закріпити на юридичному рівні. До шлюбу та після, на них буде впливати безліч чинників, які можуть як закріпити їх відносини на більш високому рівні, або навпаки призвести до того, що пара розійдеться. Основні фактори, які впливають на стабільність шлюбу, це задоволеність партнерів та їх цінності в житті.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЗМІСТОВИХ ПАРАМЕТРІВ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА СТАБІЛЬНІСТЬ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ

2.1. Обґрунтування та опис процедури проведення емпіричного дослідження

На початку емпіричного дослідження, головне було сформувати вибірку, яка б відповідала меті роботи та завданням. У дослідженні брали участь 30 пар, які перебувають в шлюбі від 5 до 15 років. На рис. 2.1 представлений статевий розподіл досліджуваних. Був обраний часовий проміжок 5-15 років, з метою охопити один із критичних періодів для стабільності стосунків в шлюбі, тобто коли пара вже пройшла етапи, так званих «метеликів» в животі, закоханості, адаптації, але ще не стикнулася з конкретними проблемами, які виникають з часом, у більш зрілому віці. Був обраний вік від 25 до 45 років серед респодентів. Як і часовий проміжок, так і вікова категорія, залучила пари, які знаходяться на різних періодах свого життя, відносин, соціального рівня і зрілості.



Рис. 2.1. Статевий розподіл досліджуваних

Саме дослідження відбувалося в 2 етапи. Спочатку була проведена консультація для всіх респодентів на платформі Zoom, про мету даного заходу та цілі. Після цього всі були проінформовані з приводу того, як буде проходити тестування. Другий етап, характеризувався вже самим дослідженням, де учасники проходили 3 тестування в Google Forms. І на момент проходження, всі знаходилися на конференції, щоб якщо виникнуть питання або проблеми, одразу їх вирішити. Коли всі закінчили проходження методик, результати дослідження детально переглядались та аналізувались, а далі, були вже піддані інтерпретації та статистичній обробці. Для візуального відображення даних були використані рисунки та таблиці.

На підставі теоретичного аналізу наукових праць, що стосуються обраної тематики, нами було обрано наступний діагностичний інструментарій:

1. Методика вивчення темпераменту (опитувальник Г.Айзенка) [18].

Темперамент – це сукупність характерних особливостей нервової системи, яка є вродженою та буде проявлятися у збалансованості психічних процесів, і таким чином визначаючи поведінку людини. Ця генетична основа буде доповнюватися особистим досвідом, та формувати конкретний тип поведінки певної людини. За Айзенком, традиційно будуть виділяти чотири типи темпераменту, які відрізняються одна від одної: сангвінік, холерик, флегматик та меланхолік. Також виділяють полюси темпераменту, це екстраверсія та інтроверсія. Які можуть впливати на стабільність відносин в шлюбі.

Наприклад інтроверти, це дуже спокійні люди, які створили навколо себе свій маленький світ, і комфортно себе в ньому почувають. Вони бувають замкнутими та схильними до самотності, як в шлюбі так і на протязі всього свого життя. Через це, у них можуть виникати проблеми, тому що вони звикли уникати конфліктних ситуацій, не показуючи при цьому свої емоції і не проговорюючи неприємні ситуації. А екстраверти навпаки, це впевнені в собі люди, які прагнуть спілкуватися з іншими, вони відкриті до світу та нових

можливостей. На мою думку, їм набагато легше вирішувати конфлікти в відносинах з людьми.

Коли зустрічаються люди, з різною комбінацією темпераменту, це може бути або добре, і вони будуть доповнювати один одного, або навпаки, вони будуть дивитися на світ та проблеми по іншому, що і буде створювати між ними конфліктні ситуації.

Сам опитувальник містить 57 запитань, більша частина це питання екстраверсія-інтроверсія, інші 24 запитання це нестабільність-стабільність, і також є ще 9 питань, які відносяться до шкали відвертості та вірогідності результатів дослідження.

2. Опитувальник «Задоволеність шлюбом» (В. Століна, Т. Романової, Г. Бутенко) [19].

Тест-опитувальник задоволеності шлюбом (ОУБ), розроблений В. В. Сталіним, Т. Л. Романовою та Г. П. Бутенко, він є інструментом для швидкої оцінки рівня задоволеності шлюбом, а також узгодженості цього рівня між членами подружжя або в різних соціальних групах. Опитувальник охоплює різні сфери шлюбних стосунків, такі як сприйняття себе та партнера, думки, оцінки, установки тощо. Аналіз відповідей на окремі питання може допомогти виявити конкретні проблемні зони, де у пари є розбіжності або непорозуміння.

Опитувальник містить 24 питання, що охоплюють різні аспекти стосунків, такі як сприйняття себе та партнера, думки, оцінки та установки. На кожне питання пропонується три варіанти відповіді. Респондентам потрібно уважно прочитати кожне твердження та обрати один з варіантів, уникаючи невизначених відповідей.

3. Шкала прихильності дорослих (AAS) [20].

Кожна дитина спостерігає за відношеннями між батьками, друзями, та іншими людьми, і формує на основі цього свій стиль поведінки. За допомогою шкали AAS можна діагностувати певний тип прив'язаності, а саме безпечний, тривожний і уникаючий. Ці стилі будуть формуватися на протязі дитинства, і

приблизно до кінця статевого дозрівання, а в деяких випадках, і на протязі всього життя.

Якщо це унікаючий тип, то це люди які будуть характеризуватися своєю незалежністю та недовірливістю. А стосунків, і тим паче шлюбу будуть уникати, тому що просто нікому не довіряють. І ця проблема буде тягнутися з дитинства, тому що в певні моменти їх життя, батьки не змогли підтримати або були нездатні забезпечити базові необхідні потреби. Тривожний тип характеризується надмірною тривожністю, коли ще нічого не сталося, а вже є хвилювання, які з'являються на постійній основі. У стосунках такі люди, бояться залишитись одні, та постійно підозріють партнера у невірності. А безпечний тип, це люди які мають гарну самооцінку, можуть вільно спілкуватися з іншими і вступають у міцні та відкриті стосунки, де кожен з партнерів може сказати про свої кордони і почуття.

2.2. Аналіз отриманих результатів емпіричного дослідження

1. Спочатку нами було проведено методику вивчення темпераменту (опитувальник Г.Айзенка). Результати розподілу за школою представлені у табл. 2.1.

Таблиця 2.1

Розподіл за шкалою «екстраверсія-інтроверсія»

Тип темпераменту	Чоловіки	Жінки
Екстраверти	8	12
Інтроверти	12	6
Амбіверти	10	12

Було визначено, що саме серед чоловіків переважають інтроверти по типу темпераменту, а саме 12 осіб, амбівертів – 10, а на останньому місці екстраверти яких 8. Такі результати можуть бути пов'язаними з тим, що чоловіки від 25 до 45 років, відчувають себе самотніми, більше

зосереджуються на собі, і не дуже люблять спілкуватися з іншими. Їм набагато краще знаходитися у своїх думках, або наприклад з коханою людиною.

Тепер розглянемо відповіді жінок. У них же однакова кількість екстравертів та амбівертів, по 12 осіб, а на 3 місці інтроверти. Це може вказувати, що жінки саме в цій вибірці, більш емоційні, відкриті до спілкування, соціально активні, люблять спонтанність та можливо іноді імпульсивні та характерні.

Нейротизм, це така характеристика особистості, яка відображає схильність до переживання негативних емоцій, а саме тривоги, страху, роздратування, смутку. Гарний баланс коли у шлюбі партнери мають низький рівень нейротизму, або середній, але коли обидва будуть мати високий, це призведе до додаткових проблем, які вони можуть і не вирішити без спеціальної допомоги спеціалістів, а саме психологія.

Згідно з рис. 2.2, у чоловіків буде рівень нейротизму переважно низький, а саме у 20 осіб, тоді як у жінок спостерігається більш рівномірний розподіл між низьким та середнім рівнями.

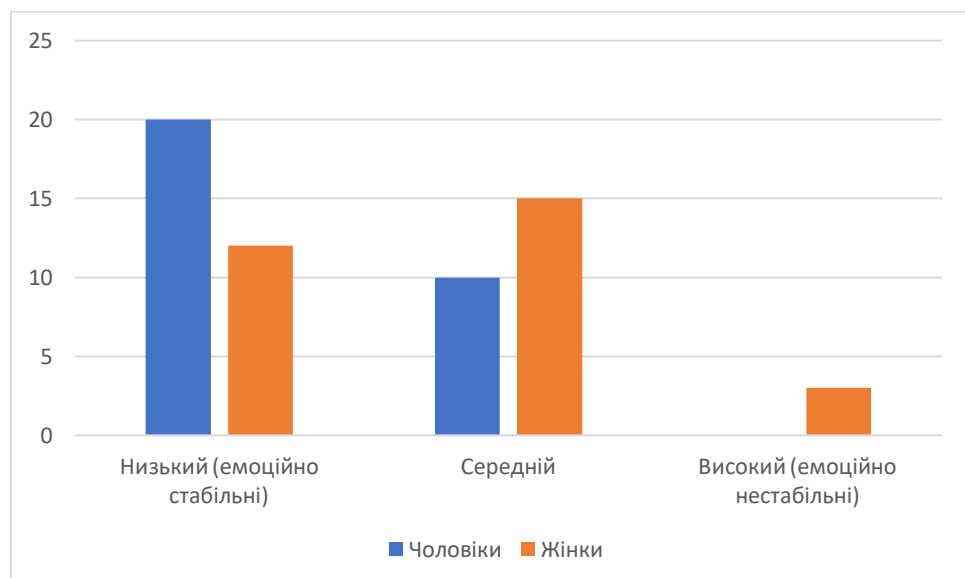


Рис. 2.2. Розподіл за шкалою «нейротизм»

Високий рівень нейротизму зустрічається рідше, особливо серед чоловіків. Ця різниця може впливати на стабільність шлюбу. Наприклад,

чоловіки з низьким рівнем нейротизму можуть бути більш емоційно стійкими та терплячими, тоді як жінки із середнім рівнем можуть потребувати більше підтримки та розуміння у складних ситуаціях.

2. З метою дослідження психологічних факторів, що впливають на стабільність шлюбу було застосовано опитувальник «Задоволеність шлюбом» (В. Століна, Т. Романової, Г. Бутенко). Розподіл за категоріями представлений у табл.2.2.

Таблиця 2.2

Розподіл за категоріями задоволеності шлюбом

Категорія задоволеності	Кількість пар
Абсолютно неблагополучні (0-16 балів)	2(6.7%)
Неблагополучні (17-22 бали)	5 (16.7%)
Скоріш неблагополучні (23-26 балів)	7(23.3%)
Перехідні (27-28 балів)	3(10%)
Скоріш благополучні (29-32 бали)	6(20%)
Благополучні (33-38 балів)	5(16.7%)
Абсолютно благополучні (39-48 балів)	2(6.7%)

Більшість пар, які були опитані, а саме 23,3%, потрапили до категорії «скоріше несприятливі», що означає наявність певних проблем і труднощів у стосунках. Значна частина пар, 16,7%, класифікується як «неблагополучні», тобто існують серйозні проблеми, які можуть загрожувати стабільності шлюбу.

Задоволеність шлюбом – це, по суті, те, як людина сприймає себе та свого подружжя у стосунках. Має бути взаєморозуміння, повага, підтримка, почуття близькості. Те, як людина думає про шлюб, її цінності та очікування також має значення. Розбіжності у поглядах можуть призвести до конфліктів і непорозумінь.

Вищі шанси на розлучення мають пари, які належать до категорії «абсолютно неблагополучні», «неблагополучні» та «скоріш неблагополучні». Їм варто звернутися до психолога або сімейного терапевта. Ті, хто потрапляє до категорії перехідних, а це 10%, потребують уваги та підтримки. Їм

необхідно попрацювати над спілкуванням, вирішенням конфліктів, побудовою емоційного зв'язку.

Пари, які оцінили свій шлюб як «скоріш благополучний», «благополучний» та «абсолютно благополучний», вони будуть мати більш міцний фундамент для тривалих та щасливих стосунків. Їм важливо продовжувати розвиватися разом та підтримувати те кохання, яке є між ними.

3. Кожна особа пройшла тестування за шкалою прив'язаності дорослих (AAS). Результати розподілу за типами прив'язаності продемонстровані у вигляді табл.2.3.

Таблиця 2.3

Розподіл за типами прив'язаності серед чоловіків та жінок

Тип прив'язаності	Чоловіки	Жінки
Безпечний	12 (40%)	15 (50%)
Тривожний	10 (33.3%)	9 (30%)
Уникаючий	8 (26.7%)	6 (20%)

Отримані дані чітко свідчать про те, що серед досліджуваних пар, як чоловіків, так і жінок, переважає безпечний тип прихильності. Це означає, що більшість учасників дослідження почуваються комфортно в близьких стосунках, можуть довіряти своїм партнерам і самі не бояться залежності. Ті, хто володіє надійним стилем прихильності, як правило, мають більш стабільні та гармонійні стосунки, оскільки вони можуть ефективно будувати близькість, а також підтримувати емоційний зв'язок і вирішувати конфлікти конструктивним шляхом. Слід зазначити, що значна частина респондентів також має тривожний або уникаючий тип прихильності.

Тривожний тип має підвищену потребу в схваленні та підтримці партнера, турбується про те, що його покинуть, і демонструє залежність. З іншого боку, уникаючий тип проявляється як бажання незалежності та дистанції у стосунках, проблеми з емоціями та інтимністю. Стосунки, в яких один або обидва партнери мають тривожний або уникальний стиль

прихильності, можуть зіткнутися з багатьма проблемами, такими як конфлікти, непорозуміння, почуття незадоволення, навіть до розриву. Отримані результати вказують на фактор врахування типу прихильності при аналізі психологічних факторів у питаннях, пов'язаних зі стабільністю шлюбу. Це тому, що саме стиль прихильності, сформований у дитинстві, значною мірою визначає те, як людина буде свої стосунки у дорослому віці.

Для встановлення кореляцій застосовано кореляційний аналіз Пірсона для виявлення зв'язку між психологічними характеристиками особистості (зокрема, рівнем екстраверсії та нейротизму, типом прихильності) та задоволеністю шлюбом. Цей метод статистичного аналізу доречний у випадках, коли досліджувані змінні мають інтервальний рівень вимірювання та відповідають умовам нормального розподілу. Це дозволяло не тільки визначити силу зв'язку між змінними, але й його напрямок - позитивний чи негативний. Цей метод дозволив добре оцінити, наскільки сильний, зв'язок між рівнем екстравертності людини та її задоволеністю стосунками, або вплив типу прихильності на подружню гармонію.

Отримані дані підкріплені наступними показниками кореляції, що представлені у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

Кореляційні зв'язки

Змінна	Задоволеність шлюбом (r)	Р-значення
Екстраверсія	0.55	< 0.001
Нейротизм	-0.41	< 0.01

Дослідження показало, що показник між екстраверсією та задоволеністю шлюбом буде дорівнювати $r = 0.55$, а $p < 0.001$. Ці дані означають помірний позитивний зв'язок, тобто чим вищий рівень екстраверсії, тим вища задоволеність шлюбом. Також між нейротизмом та задоволеністю шлюбом показник буде відрізнятися $r = -0.41$, а $p < 0.01$, це буде

вказувати на те, що буде помірний негативний зв'язок, а саме при підвищенні нейротизму рівень задоволеності шлюбом знижується.

Також з метою виявлення головних факторів, які будуть впливати на шлюб, було проведено множинний лінійний регресійний. Для незалежних змінних ми використали тип темпераменту, рівень нейротизму та тип прив'язаності. Результати предсталені в табл. 2.5.

Таблиця 2.5

Результати множинного лінійного регресійного аналізу

Незалежна змінна	В (коефіцієнт)	t-значення	p-рівень
Екстраверсія	0.42	2.85	0.006
Нейротизм	-0.38	-3.12	0.003
Тип прив'язаності (безпечний=1, інші=0)	0.47	3.55	0.001

Аналізуючи результати дослідження можна зазначити, що використанні змінні, будуть статистично значущими показниками стабільності шлюбних стосунків. Отже, нейротизм буде чинити негативний вплив, а екстраверсія та саме безпечний тип прив'язаності позитивний вплив на стабільність шлюбних стосунків.

Висновки до розділу 2

У другій частині роботи, було проведене емпіричне дослідження серед подружніх пар з метою ідентифікації психологічних факторів, що корелюють зі стабільністю шлюбу та виявлення специфіки їх прояву. Отримані результати, свідчать про те, що серед чоловіків більше інтровертів, а серед жінок однаковий розподіл між екстравертами та амбівертами. Щоб виявити,

які саме фактори впливають на стосунки, було проведене дослідження за допомогою опитувальника «Задоволеність шлюбом». В ньому було виявлено, що більшість пар потрапили до категорії «скоріше неблагополучні», це може означати наявність певних труднощів у стосунках. Але вищі шанси на розлучення, будуть мати пари, які належать до категорії «абсолютно неблагополучні». Проведена кореляція вказує, що між екстраверсією та задоволеністю шлюбом, буде помірний позитивний зв'язок, а між нейротизмом та задоволеністю шлюбом, буде помірний негативний зв'язок. А регресійний аналіз вказує на те, що нейротизм буде чинити негативний вплив на стабільність шлюбних стосунків.

ВИСНОВКИ

Проведено дослідження «Психологічні змістові параметри

Стабільності шлюбних стосунків». Відповідно до поставлених завдань на початку роботи отримано наступні висновки :

1. Теоретичне дослідження показало, що родина є одним із фундаметальних частин життя, кожної людини. І також є частиною інститута суспільства, який буде виконувати роль передачі культурних норм, соціалізації, адаптації та виховання. З юридичної сторони, шлюб - це офіційне оформлення стосунків, яке є складним процесом. А з сторони психології, це також складний процес між двома людьми, який характеризується визнанням стосунків та юридичним оформленням. Звичайно, що стабільність стосунків буде визначатися якістю відносин, коханням, рівнем задоволеності, взаємопідтримкою та чи будуть партнери довіряти один одному.

2. Було розглянуто основні психологічні фактори, які можуть впливати на стосунки в шлюбі. Саму ключову роль буде відігравати психологічна сумісність партнерів, яка охоплює широкий спектр характеристик: від відсутності взаємного подразнення та терпимості до звичок до збігу уявлень про сімейне життя, розподілу ролей, інтелектуальних потреб, фінансових поглядів, підходів до виховання дітей та сексуальної гармонії. Високий рівень сумісності за цими параметрами значно збільшує шанси на побудову стабільних та щасливих стосунків, оскільки партнери краще розуміють одне одного та легше долають можливі розбіжності. Також, не менш важливими є мотиви, які спонукають людей до укладання шлюбу. Пари, які створюють родину на основі щирого кохання, спільних інтересів та поглядів, будуть демонструвати більшу стійкість у порівнянні з тими, чиї рішення зумовлені меркантильними міркуваннями, випадковими обставинами або прагненням уникнути самотності. Крім того, значущим фактором є шлюбний потенціал особистості, що включає фізичний, матеріальний, культурний, сексуальний та особливо психологічний компоненти. Саме психологічна зрілість та емоційна

стабільність особистості визначають її здатність до побудови міцних та гармонійних відносин. Ще можна зазначити, що рівень задоволеності шлюбом буде важливим показником стабільності. На задоволеність будуть впливати як фактори, що передують шлюбу (сімейний досвід, особисті якості, очікування від шлюбу), так і ті, які виникають у процесі спільного життя.

3. Аналіз методик показав, що серед чоловіків буде переважати інтроверсія, а серед жінок спостерігається однаковий розподіл між екстравертами та амбівертами. Звичайно дані відмінності можуть впливати на рівень довіри партнерів, на їх підхід до вирішення конфліктів. Також було виявлено, що низький рівень нейротизму частіше зустрічається у чоловіків, чим у жінок, це вказує про їхню більшу емоційну стійкість. Аналіз типів прив'язаності показав, що безпечний тип є найпоширенішим, що буде позитивно корелювати зі стабільністю стосунків. Але, якщо у партнерів тривожний або уникаючий тип прив'язаності, це буде створювати складнощі у побудові гармонійних стосунків. Кореляційний та регресійний аналізи підтвердили наявність значущих зв'язків між досліджуваними психологічними факторами та задоволеністю шлюбом. Було виявлено помірний позитивний зв'язок між екстраверсією та задоволеністю шлюбом, а також помірний негативний зв'язок між нейротизмом та задоволеністю. Безпечний тип прив'язаності виявився значущим фактором, який позитивно впливає на стабільність стосунків.

Отже, отримані результати підкреслюють важливість врахування індивідуальних психологічних особливостей партнерів для розуміння динаміки та прогнозування стабільності шлюбу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабейко Д. С. Поняття шлюбу в давньому Римі та Україні. *Collection of scientific papers «SCIENTIA»*. 2022. С. 48.
2. Алексеєнко Т. Ф. Виховання потенціалу сім'ї в сучасних умовах: тематичність державна доповідь про становище сімей в Україні за підсумками 2015 р. Київ: Державний інститут проблеми сім'ї та молоді, 2015. 144 с.
3. Marriage. *Psychology Today*.
URL: <https://www.psychologytoday.com/us/basics/marriage#:~:text=Marriage%20is%20the%20process%20by,short%20by%20separation%20or%20divorce>.
4. 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. Максименко С., Д. 2001. Т. 3. Ч. 4. С. 20 – 24.
5. Карпова Д., Пащенко Т. Осмислення особистістю сімейних обов'язків на дошлюбному етапі. *Психологічний журнал*, 13, 2024. С. 80-87.
6. Войтко В. І. Етика сімейного життя, сімейних відносин. Київ: 1981 р. 70 с.
7. Кісарчук З. С. Психологічна допомога сім'ї. Київ: Главник, 2006. С. 244
8. Кошонько Г. Соціально – психологічні особливості сучасної сім'ї. *Науковий вісник Ужгородський національного університету*. 2009. Вип. 16 – 17. С. 53 – 55.
9. Ващенко І., В. Кондрацька Л. В. Особливості сімейних взаємин у сучасних подружніх парах. *Наука і освіта*. 2005. №5. С. 110 – 116.
10. Головізіна Т. В. Психологія сприйняття шлюбно-сімейних відносин. *Актуальні питання розвитку особистості: сучасність, інновації, перспективи* : Зб. наук. пр. за матеріалами II Міжнар. науково-практ. конф., м. Житомир. URL: http://eprints.zu.edu.ua/39465/1/2024%20ЗБІРНИК_2%20Актуальні%20питання%20розвитку%20особистості_сучасність_%20інновації_перспе%
11. Кузьменко Т.М. УСПІШНІСТЬ ШЛЮБНО-СІМЕЙНИХ ВІДНОСИН ЯК СКЛАДОВА СОЦІОСТРУКТУРНИХ ЗМІН. м. Київ. С. 82–83.

12. Романюк Л. Соціально-психологічний аналіз гендерних засад цінності задоволення шлюбом URL: http://static.klasnaocinka.com.ua/uploads/editor/5376/427881/pedagogika/tezy_ternopil_2011.pdf?page=740
13. Perepeliuk T. Marital psychological compatibility as a factor of marriage relations stability. *Lviv University Herald. Series: Psychological sciences*. 2019. T. 4. С. 55–61. URL: <https://doi.org/10.30970/2522-1876-2019-4-7>
14. Kosheva Y., Khomyak M., Kirukhina O. Marital Compatibility in Psychological Aspect. *IMAGE OF THE MODERN PEDAGOGUE*. 2019. Vol. 1. P. 62–66. URL: [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2019-3\(186\)-62-66](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2019-3(186)-62-66)
15. Психологічна сумісність пари як важливий аспект готовності до шлюбу. *Фактори психологічної готовності молодих пар до створення шлюбу*. URL: https://juliama3117.blogspot.com/2013/11/blog-post_953.html
16. Федоренко, Р. П. Психологія сім'ї: навч. посіб. / Р. П. Федоренко. – 2-ге вид., змін. та допов. – Луцьк : Вежа-Друк, 2021. – 480 с.
17. Клапішевська С.А. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЗАДОВОЛЕНOSTІ ШЛЮБОМ. С. 116. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/229856546.pdf>
18. Методика вивчення темпераменту (опитувальник Г.Айзенка). *Proforientator.info*. URL: https://proforientator.info/?page_id=6020
19. Тест-опитувальник задоволеності шлюбом (В. В. Сталін, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко). URL: http://ni.biz.ua/11/11_6/11_67207_test-oprosnik-udovletvorennosti-brakom-v-v-stalin-t-l-romanova-g-p-butenko.html
20. Adult Attachment Scale (AAS). *Statistics solutions*. URL: <https://www.statisticssolutions.com/free-resources/directory-of-survey-instruments/adult-attachment-scale-aas/>

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика вивчення темпераменту (опитувальник Г.Айзенка)

На поставленні питання ти повинен відповісти “так” або “ні”, записавши свою відповідь поруч з номером запитання у “Бланку відповідей” знаком “+” або “-“. Не потрібно гаяти багато часу на обмірковування питань. Дай ту відповідь, яка перша прийшла в голову. Відповідай на всі питання підряд, нічого не пропускай. Точно і правильно вивчити свій темперамент ти можеш при умові, що відповіді будуть щирі. Коментувати питання не варто.

Опитувальник Г.Айзенка

1. Ви часто відчуваєте потяг до нових вражень, бажання відчути збудження?
2. Чи часто Ви відчуваєте потребу в друзях, які Вас розуміють, можуть підбадьорити і втішити?
3. Чи вважаєте Ви себе безтурботною людиною?
4. Чи правда, що Вам дуже важко відповісти “Ні”?
5. Чи обмірковуєте Ви свої справи не поспішаючи, чи віддасте Ви перевагу тому, щоб почекати перед тим, як діяти?
6. Ви завжди стримуєте свої обіцянки, не зважаючи на те, що Вам це не завжди вигідно?
7. Чи часто у Вас бувають спади і підйоми настрою?
8. Взагалі Ви дієте і розмовляєте швидко, без запинок для обмірковування?
9. Чи виникало у Вас коли-небудь почуття, що Ви “нещасна людина”, хоча ніякої вагомої причини для цього не було?
10. Чи зробили б Ви все, будь-що, на спір?
11. Чи виникає у Вас почуття невпевненості та сорому, коли хочете зав’язати розмову з симпатичною (ним) незнайомкою (цем)?
12. Чи буває коли-небудь, що Ви сердитесь, виходите з себе?
13. Чи часто Ви дієте під впливом тимчасового настрою?
14. Чи часто Ви хвилюєтесь із-за того, що зробили або сказали щось таке, чого не слід було робити або говорити?
15. Чи віддасте Ви перевагу книжкам над зустрічами з людьми?
16. Чи правда, що Вас легко образити?
17. Ви любите часто бувати в компаніях?
18. Чи бувають у Вас такі думки, що Ви хотіли б приховати від інших?

19. Чи правда, що Ви часом повні енергії так, що все горить у руках, а часом зовсім в'ялі?
20. Чи хотіли б Ви, щоб у Вас було друзів менше, але щоб вони були дуже близькими?
21. Чи часто Ви мрієте?
22. Коли на Вас кричать, Ви відповідаєте тим же?
23. Чи часто Вас хвилює відчуття провини?
24. Чи всі Ваші звички хороші та Бажані?
25. Чи здатні Ви дати волю своїм почуттям і повеселитись у галасливій компанії?
26. Чи рахуєте Ви себе людиною збудливою і вразливою?
27. Чи вважають Вас людиною жвавою і веселю?
28. Після того, як справа зроблена, чи часто Ви подумки повертаєтесь до неї, гадаєте, що можна було б зробити краще?
29. Ви, як правило, мовчите, коли знаходитесь в компанії інших людей?
30. Буває так, що Ви інколи переказуєте плітки чи чутки?
31. Буває таке, що Вам не спиться через те, що різні думки лізуть у голову?
32. Якщо Ви хочете дізнатись про що-небудь, то Ви скоріше прочитаєте про це в книжці, ніж запитаете?
33. Чи буває у Вас сильне серцебиття?
34. Чи подобається Вам робота, яка вимагає від Вас постійної уваги?
35. Чи бувають у Вас приступи сильного тремтіння?
36. Якщо б Ви знали, що сказане Вами ніколи не буде розголошено, Ви б завжди висловлювались у дусі загальноприйнятого (як всі)?
37. Чи справді Вам неприємно знаходитись у компаніях, де насміхаються один над одним?
38. Ви дратівлива людина?
39. Чи подобається Вам робота, яка вимагає швидких дій?
40. Чи хвилюєтесь Ви з приводу будь-яких неприємних подій, які могли б статись?
41. Чи правда, що Ви людина повільна і некваплива в рухах?
42. Ви коли-небудь спізнювались на побачення чи на роботу?
43. Чи часто Вам сняться жахливі сни?
44. Чи правда, що Ви так любите поговорити, що ніколи не пропустите зручного випадку порозмовляти з незнайомою людиною?
45. Чи турбують Вас які-небудь болі?
46. Чи Ви б відчували себе дуже нещасним, якщо б тривалий час були позбавлені широкого спілкування з людьми?

47. Чи можете Ви назвати себе нервовою людиною?
48. Серед людей, яких Ви знаєте, такі, що Вам дуже не подобаються?
49. Могли б Ви сказати про себе, що Ви впевнена в собі людина?
50. Чи легко Ви ображаєтесь, коли люди вкажуть на Ваші помилки в роботі або на Ваші особисті промахи?
51. Чи рахуєте Ви, що важко отримати справжнє задоволення від вечорниць?
52. Чи турбує Вас відчуття, що Ви чимось гірші за інших?
53. Чи легко Вам внести пожвавлення в досить скучну компанію?
54. Чи буває так, що Ви говорите про речі, на яких зовсім не розумієтесь?
55. Чи піклуєтесь Ви про своє здоров'я?
56. Чи любите Ви жартувати над іншими?
57. Чи страждаєте Ви від безсоння?

Результати записуються в “Бланки відповідей” проти позначень: “Е” – шкала “екстра – інтроверсія”, “Н” – шкала “нейротизму – емоційна стабільність”, “Щ” – шкала “щирості”. Результати опитування достовірні, якщо шкала “Щ” < 4. При “Щ” > 4 обробка результатів не проводиться.

Тип темпераменту визначається наступним чином. Відкладаємо показник шкали “Е” на осі “інтроверсія – екстраверсія”, а показник шкали “Н” на осі “нейротизм – емоційна стабільність”

При аналізі результатів обстеження необхідно притримуватись таких орієнтирів:

- екстраверсія – інтроверсія: 12 – середнє значення, не менше, ніж 15 – екстраверт, не менше 19 – яскравий екстраверт; не більше 9 – інтроверт; не більше 5 – глибокий інтроверт;
- нейротизм: 9-13 – середнє значення; не менше 15 – високий рівень нейротизму; не менше 19 – дуже високий рівень нейротизму; не більше 7 – низький рівень нейротизму;

Опускаємо перпендикуляри у відмічених точках на осях до їх перетину. Точку перетину з’єднуємо з центром лінією (вектор темпераменту).

Екстраверсія		Нейротизм		Щирість	
№ питання	відповідь	№ питання	відповідь	№ питання	відповідь
1	так	2	так	6	так
3	так	4	так	12	ні
5	ні	7	так	18	ні
8	так	9	так	24	так
10	так	11	так	30	ні
13	так	14	так	36	так
15	ні	16	так	42	ні
17	так	19	так	48	ні
20	ні	21	так	54	ні
22	так	23	так		
25	так	26	так		
27	так	28	так		
29	ні	31	так		
32	ні	33	так		
34	ні	35	так		
37	ні	38	так		
39	так	40	так		
41	ні	43	так		
44	так	45	так		
46	так	47	так		
49	так	50	так		
51	ні	52	так		
53	так	55	так		
56	так	57	так		

Додаток Б

Опитувальник «Задоволеність шлюбом» (В. Століна, Т. Романової, Г. Бутенко)

Опитувальник є одновимірну шкалу, що складається з 24 тверджень, що відносяться до різних сфер: сприйняття себе і партнера, думки, оцінки, установки і т.д. Кожному твердженню відповідають три варіанти відповіді. Випробуваному пропонується уважно прочитати кожне твердження і вибрати один з трьох варіантів, намагаючись уникати проміжних відповідей типу "важко сказати", "важко відповісти" і т.п.

Тестовий матеріал

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 удалий; 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 самостійність.
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.

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

Обробка та інтерпретація РЕЗУЛЬТАТІВ

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 задоволеність шлюбом.

Норми

Відмінності між середніми значеннями для розводящихся пар і благополучних достовірні за χ^2 -критерієм Стюдента ($\chi^2 = 10,835$) на рівні значущості 0,01.

За критерієм Фішера можна вважати рівними дисперсії обох вибірок з рівнем значущості 0,05.

Для практичного використання норм тесту ОУБ зручно взяти цілочисельні значення середніх і дисперсій з їхніх довірчих інтервалів. Будемо вважати, що $x(n) = 32$, $s_x(p) = 22$, при цьому їх середні квадратичні відхилення рівні 8.

Тоді, враховуючи нормальність отриманих розподілів, можна побудувати зручну таблицю для проведення експрес-діагностики випробуваного за його сумарним балом.

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.

Додаток В

Шкала прихильності дорослих (AAS) Ненсі Л. Коллінз , Стівен Дж. Рід

Шкала прихильності дорослих (AAS) була офіційно розроблена в 1990 році, але ґрунтувалася на попередніх роботах Hazen & Shaver (1987) і Levy & Davis (1988). Розробники розклали оригінальні три прототипні описи (Hazen & Shaver, 1987) на серію з 18 елементів, таким чином створивши шкалу.

Стилі вкладень

Шкала складається з 18 пунктів, оцінених за 5-бальною шкалою типу rt. Він вимірює стилі прихильності дорослих під назвами «Безпечний», «Тривожний» і «Уникаючий», визначені як:

- Безпека = високі оцінки за підшкалами близькості та залежності, низькі оцінки за підшкалою тривоги
- Тривога = високий бал за підшкалою тривоги, помірні оцінки за підшкалами близькості та залежності
- Уникнення = низькі оцінки за підшкалами близькості, залежності та тривоги

Предмети масштабу

18 пунктів, які компрометують цей захід, такі:

1. Мені важко дозволити собі залежати від інших (Av)
2. Люди ніколи не бувають поруч, коли вони вам потрібні (Av)
3. Мені комфортно залежати від інших (S)
4. Я знаю, що інші будуть поруч, коли вони мені будуть потрібні (S)
5. Мені важко повністю довіряти іншим (Av)
6. Я не впевнений, що можу завжди покладатися на інших, щоб вони були поруч, коли вони мені потрібні (Акс)
7. Я не часто хвилююся про те, що мене покинуть (S)
8. Я часто переживаю, що мій партнер мене не любить (Акс)
9. Я бачу, що інші не бажають підходити так близько, як я хотів би (Ах)
10. Я часто хвилююся, що мій партнер не захоче залишитися зі мною (Ах)
11. Я хочу повністю злитися з іншою людиною (Ах)
12. Моє бажання об'єднатися іноді відлякує людей (Сокира)
13. Мені відносно легко зблизитися з іншими (S)
14. Я не часто переживаю, що хтось наближається до мене (S)
15. Мені дещо незручно бути поруч з іншими (Ав.)
16. Я нервую, коли хтось підходить занадто близько (Ав)

17. Мені комфортно, коли інші залежать від мене (S)
18. Часто любовні партнери хочуть, щоб я був більш інтимним, ніж я відчуваюся комфортно (Av)

Примітка: (S)= безпечно, (Av)= уникає, (Ax)= тривога/амбівалентність