

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

Факультет психології

Кафедра соціальної психології

На правах рукопису

ДИПЛОМНА РОБОТА

на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти

на тему «**Вплив батьківських установок на вибір**

жінками шлюбного партнера»

Виконав: студент 6 курсу, групи ПС-2м
спеціальності 053 «Психологія»

Михайлюк Інна Богданівна

Керівник: кандидат психологічних
наук, доцент кафедри соціальної
психології, доцент

Федоришин Галина Миколаївна

Рецензент: кандидат психологічних
наук, доцент кафедри соціальної
психології, доцент

Чуйко Оксана Михайлівна

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВПЛИВУ БАТЬКІВСЬКИХ УСТАНОВОК НА ВИБІР ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА.....	6
1.1. Вивчення проблеми вибору у різних психологічних концепціях.....	6
1.2. Теорії вибору шлюбного партнера.....	13
1.3. Батьківські установки як складова батьківства та чинник вибору шлюбного партнера	24
Висновки до розділу 1.....	29
РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ БАТЬКІВСЬКИХ УСТАНОВОК НА ВИБІР ЖІНКАМИ ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА.....	31
2.1. Методичне забезпечення та процедура емпіричного дослідження.....	31
2.2. Психосемантична репрезентація сім'ї у свідомості жінок.....	36
2.3. Психологічний аналіз впливу батьківських установок на вибір жінками шлюбного партнера.....	48
Висновки до розділу 2.....	58
РОЗДІЛ III. ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГА ЩОДО УСВІДОМЛЕНОГО ВИБОРУ ЖІНКАМИ ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА.....	62
3.1. Модель психологічного супроводу усвідомленого вибору жінками шлюбного партнера.....	62
3.2. Психологічний інструментарій в роботі психолога щодо формування усвідомленого вибору шлюбного партнера.....	64
Висновки до розділу 3.....	74
ВИСНОВКИ.....	75
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	80
ДОДАТКИ.....	85

ВСТУП

Актуальність проблеми. З давніх давен сім'я була найважливішою суспільною цінністю. У кожної особистості є своє уявлення про неї. Для когось сім'я - це любов, взаєморозуміння, повага, довіра, а для когось - це випробування. Для більшості людей є проблемою те, що їхні спроби збудувати серйозні, глибокі стосунки, які засновані на любові, розумінні, підтримці, взаємоповазі, закінчуються невдачею. Дослідження шлюбних взаємин на сьогоднішній день свідчать про те, що саме сім'я є первинною і необхідною умовою формування гармонійної особистості, і саме сім'я задає установки щодо налагодження особистого життя, взаємин з партнером і дітьми. Особистість формується під безперервним впливом багатьох факторів і одним з найважливіших є сім'я. Сімейний досвід є важливою основою становлення особистості, її характеру, світосприйняття, установок і цінностей і також впливає на побудову шлюбних стосунків.

Результати досліджень показують, що роль сім'ї у формуванні ставлення до самого шлюбу і бажаних форм взаємодії між чоловіком і дружиною дуже суперечлива. О. Кляпець, А. Карасевич, А. Крайлюк, В. Мацюк, спираючись на оцінки попередників, відзначають наступні фактори ризику при вступі в шлюб: особливості батьківської сім'ї, соціально-демографічні характеристики претендентів у подружжя, особливості періоду знайомства і залицяння. У працях, присвячених темі шлюбу, впливу батьківських установок на формування образу шлюбного партнера вказано на зв'язок суб'єктивного бачення людиною картини сім'ї і себе у ній [10; 11; 14]. Образ своєї сім'ї та партнера формується на основі поєднання образів взаємовідносин батьків з дитиною і батьків між собою [15].

Перед психологами дуже часто виникають питання про те, як можна допомогти людині виявити причини невдач вибору шлюбного партнера, як саме відбувається вибір шлюбного партнера і які фактори впливають на цей процес. В окремих розвідках ми можемо знайти відповіді на ці запитання. Так, В.М. Радчук розкриває проблему несвідомих механізмів вибору шлюбного партнера

з позиції юнгіанського психоаналітичного дискурсу [29]. Г. Федоришин, Р. Северин емпірично визначили чинники, які впливають на формування образу шлюбного партнера. О. Бондарчук, З. Кісарчук обґрунтували принципи та завдання консультування молодих людей на етапі дошлюбного спілкування, серед яких є формування образу шлюбного партнера та формування уявлень про чинники, які впливають на вибір партнера та побудову майбутньої сім'ї [2]. Українськими вченими, зокрема О.Кляпець, розроблялась тематика вибору форми шлюбу, вивчалися чинники укладання цивільного шлюбу [11].

Результати психологічних досліджень показують, що роль сім'ї у формуванні ставлення до самого шлюбу і бажаних форм взаємодії між чоловіком і дружиною дуже суперечлива. На вибір жінкою шлюбного партнера впливає цілий комплекс факторів, серед яких вагоме місце займають батьківські настанови щодо того, яким має бути подружній партнер, якими мають бути межі сім'ї, функціонально-рольовий розподіл. Вступаючи у шлюб, кожен із подружжя намагається втілити батьківську модель сім'ї і батьківські настанови допоки не виникне загроза стосункам. І чим суттєвіша відмінність батьківських моделей і сильніше бажання створити власну сім'ю на кшталт батьківської, тим більша ймовірність розлучення на етапі молодого сім'ї [40]. Відтак постає необхідність у роз'ясненні та ранній профілактиці так званих рольових конфліктів, яка полягає у формуванні в молоді усвідомленого вибору шлюбного партнера й побудови взаємодії у сім'ї, відповідно до власних потреб, а не батьківських установок. Таким чином, соціальна значущість та недостатня розробленість зазначеної проблеми обумовили вибір теми магістерського дослідження – «Вплив батьківських установок на вибір жінками шлюбного партнера».

Об'єкт дослідження – вибір жінками юнацького віку шлюбного партнера.

Предмет дослідження – вплив батьківських установок на вибір жінками юнацького віку шлюбного партнера.

Мета дослідження полягає у виявленні особливостей впливу батьківських установок на вибір жінками шлюбного партнера.

Для досягнення мети дослідження поставлено виконання наступних **завдань**:

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз вибору шлюбного партнера жінками та особливості впливу батьківських установок на цей процес.
2. Здійснити емпіричне дослідження впливу батьківських установок на вибір жінками шлюбного партнера
3. Розробити модель та інструментарій психологічного супроводу жінок щодо усвідомленого вибору шлюбного партнера.

Методи дослідження – аналіз теоретичних джерел, синтез, порівняння, узагальнення; емпіричні методи (опитування, анкетування, есе, контентаналіз, психосемантичний аналіз); статистичні методи (математична обробка даних, кореляційний аналіз). На етапі обґрунтування змісту діяльності психолога застосовувались методи узагальнення, групування, логічного та графічного моделювання.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати дослідження були представлені на щорічній звітній науковій конференції студентів Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, на Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні питання науки, освіти і суспільства: теорія і практика» (28.10.2022 р., м. Умань), на VIII Міжнародній науково-практичній конференції «Modern research in world science» (29-30.10.2022 р., м. Львів).

Структура роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (55 найменувань) та 3 додатків. Основний зміст роботи викладено на 84 сторінках (загальний обсяг роботи – 100 сторінок). Робота містить 9 рисунків та 4 таблиці.

РОЗДІЛ І.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВПЛИВУ БАТЬКІВСЬКИХ УСТАНОВОК НА ВИБІР ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА

1.4. Вивчення проблеми вибору у різних психологічних концепціях

Проблема вибору є об'єктом вивчення психології, філософії, економіки, соціології, політології, менеджменту, математики, теорії ймовірності та ін. Соціальні науки звертають увагу переважно на зовнішні (соціальні, демографічні, економічні) передумови здійснення вибору, а психологія – на внутрішні (регуляторні, особистісні, мотиваційні, когнітивні) складові. Аналіз праць зарубіжних (Дж. М. Б'юкенен, Д. Канеман, Дж. Лерер, С. Плаус, П. Словік, А. Тверські, Б. Шварц та інші) і вітчизняних (Г. О. Балл, Л. В. Діденко, Л.Помиткіна, Ю. Петруня, В. Радчук, Т. Титаренко та ін.) вчених показує, що погляди науковців щодо психологічного змісту категорії «здійснення вибору» досліджується багатьма теоріями.

В теорії *соціального вибору* йдеться про те, що соціальний вибір – це перетворення індивідуальних смаків і вподобань до узагальнених соціальних уподобань. Її автор – американський економіст Дж. М. Б'юкенен. Ефективність суспільного обміну, згідно з Дж. Б'юкенен, буде залежати від того, наскільки втілюватиметься в життя принцип одностайності [23]. Так і ефективність подружньої взаємодії, зазначає Л.Помиткіна буде визначатись кооперацією і взаємообміном енергією, що вкладається у взаємини [27]. Якщо розглянути процес здійснення вибору подружнього партнера для створення сім'ї крізь призму теорії соціального вибору, то вступ у шлюб – правильний вибір. Кооперація спрощує і впорядковує життя. При виборі шлюбного партнера як чоловіки, так і жінки зіставляють, наскільки вигідно вкладати свої сили і що отримають натомість.

Згідно з концепцією Дж. Едвардса, всі дії людини розглядаються як цілеспрямовані. Мета в цьому випадку полягає в отриманні заохочення, нагороди. У будь-якій взаємодії індивід прагне збільшити свій виграш і знизити ціну за нього. В цілому це означає, що учасники взаємодії прагнуть до

еквівалентного обміну на основі принципу взаємності. Пари з еквівалентними ресурсами володіють гомогамними характеристиками.

Отже, вибір шлюбного партнера є гомогамним. Найбільш сприятлива ситуація для обміну і, тим самим, для розвитку стосунків у парі складається, коли обидва партнери наділені гомогамними ознаками (однаковим статусом, матеріальним статком, освітнім рівнем, приблизно однакового віку, схожими світоглядом).

Дещо подібною є *теорія обміну* Дж. К. Хоманса – соціологічна теорія, яка стверджує, що базою виникнення нормативного порядку в суспільстві є взаємна корисність людей, вигоди, які вони здобувають у результаті обміну між собою різними благами. Людина обмінює свої риси на блага інших людей: фізичну привабливість на забезпеченість, багатство на високий титул і т. ін. [45]. Відповідно до цього в основі вибору шлюбного партнера лежить процес оцінювання рис ймовірного партнера і оцінювання того, хто з можливих партнерів може дати більшу користь при менших затратах.

Згідно з *нормативною теорією прийняття рішень* О. Ф. Гірке, здійснення вибору – це процес раціонального або ірраціонального вибору альтернатив, що має на меті досягнення усвідомлюваного результату [44]. Згідно з цією теорією, раціональний процес прийняття рішення, який можна застосовувати при виборі партнера, минає такі етапи: ситуаційний аналіз; ідентифікація проблеми та постановка мети; пошук необхідної інформації; формування альтернатив; формування критеріїв для оцінки альтернатив; здійснення оцінювання; вибір найкращої альтернативи; впровадження (виконання); розробка критеріїв (індикаторів) для моніторингу; моніторинг виконання; оцінка результату [44].

Згідно з *теорією прийняття рішень в умовах невизначеності*, останні розглядаються як ситуація, коли результати здійсненого вибору невідомі. Цю теорію розробляли Д. Канеман, П. Словік, А. Тверські [48]. Відповідно до цієї теорії вибір подружнього партнера є невизначеною ситуацією, оскільки результати прийнятого рішення не можуть бути відомі заздалегідь, а тільки через певний час після його здійснення. Ухвалення рішення про вибір партнера

зводиться до звуження всіх можливих варіантів партнерства до одного партнера на основі їх пізнання.

Теорія парадоксу Б. Шварца констатує, що в багатьох випадках спостерігається парадокс, коли множинність варіантів вибору може призвести до не найкращого рішення або взагалі до відмови приймати рішення. Цей феномен називається «паралічем аналізу», реального або уявного, а також «раціональним невіглаством». Чим більше варіантів вибору, тим простіше побачити недоліки обраного. Різноманіття спричиняє зріст очікувань і, отже, зниження задоволення від результату, навіть позитивного [27].

Т. В. Корнілова вирізняє ризикованість і раціональність як визначальні особистісні риси, пов'язані з регуляцією процесів здійснення вибору. Під час прийняття інтелектуальних рішень суб'єкт покладається на критерії, побудовані ним у результаті інтелектуальної діяльності. *Концепція психологічної регуляції інтелектуальних виборів* передбачає, що у процесі вибору партнера суб'єкт визначає критерії прийняття рішень, орієнтуючись на встановлювані ним особисто правила прийнятності діапазону виборів, ієрархії психологічної регуляції, критерії його інтелектуальної діяльності та особистісно-мотиваційну сферу. З огляду на рівень ризикованості та особливості раціональної сфери і буде здійснюватися вибір подружнього партнера [9].

Л. Помиткіна встановила зв'язок взаємодії інтелектуальних й особистісних компонентів у процесі здійснення вибору. Успіх вибору суб'єкта пов'язаний з готовністю до ризику, а не з раціональністю як спрямованістю на збір інформації. Своєю чергою, особистісні компоненти є необхідною ланкою за недостатності інтелектуального ресурсу [28].

Ю. Козелецький вирізнив чотири етапи в процесі здійснення вибору: створення суб'єктивного уявлення про завдання; оцінка наслідків здійснення альтернативних виборів; прогнозування умов, що визначають ефективність прийняття альтернативних рішень; здійснення вибору на підставі оцінки всіх альтернатив [27]. Після здійснення вибору суб'єкт починає перебирати (оцінювати) альтернативні способи та шляхи вирішення проблеми.

С. Плаус підкреслює значення упереджень в оцінці та процесі здійснення вибору, однак наголошує, що вони не завжди є шкідливими та нерациональними. Для того, хто здійснює вибір, раціональною є та стратегія, яка забезпечує бажаний результат. У деяких випадках люди схильні турбуватись про те, щоб уникнути втрат, а не про максимальну користь. Раціональна оптимальна акуратність не завжди призводить до максимальної вигоди. Навіть якщо людина приймає рішення про вибір партнера самостійно, вона оцінює свою поведінку, порівнюючи її з поведінкою інших у аналогічній ситуації [24].

Віктор Франкл (*екзистенційна теорія вибору*), Едіт Егер наголошують, що у людини завжди є вибір - обирати власний шлях, власне ставлення до будь-яких обставин. І навіть в нелюдських мовах, коли, здавалося б, нічого від тебе не залежить і тобі не належить, в людини залишається свобода вибору – продовжувати боротися і жити або здаватися, скористатися можливістю зберегти моральні цінності чи в складних обставинах забути про них [8]. Лише поодинокі в'язні змогли зберегти свою внутрішню свободу та духовно збагатити від страждань, але навіть одного такого прикладу досить, щоб довести, що людина може піднятися над стражданнями. Будь де людина, яка протистоїть долі, отримує шанс досягнути щось через власні страждання.

Дуже багато українців за останні пів року також пережили посттравматичне зростання, переоцінивши своє життя, цінності. І, ймовірно, війна виступить тим фактором, яким послужить переосмисленню вибору шлюбного партнера, який опиратиметься більше на нові внутрішні критерії, аніж на засвоєні ще в дитинстві батьківські настанови. За словами авторки, ніхто не може уникнути страждань у своєму житті, але кожен має вибір, як вийти з таких ситуацій – як жертва чи той, хто вцілів [8].

Питання вибору й прийняття рішення є центральною темою *транзактного аналізу*. Е.Берн, Й.Стюарт, В.Джойнс визначають сценарій життя як план, що складається в дитинстві. Дитина вирішує, яким буде план її життя. Останній зумовлений не тільки зовнішніми чинниками, такими як вплив батьківських установок, або навколишнього середовища. Тому в рамках ТА говориться, що

сценарій є наслідком рішення. Більше того, відмінною рисою теорії сценарію є твердження, що план життя «завершується так, як було вирішено з самого початку» [26]. Коли мала дитина пише свій сценарій життя, як невід’ємну його частину вона пише і його кінцівку. Всі інші частини сюжету, починаючи зі вступу і далі, плануються таким чином, щоб призвести до цієї заключної фінальної сцени – розв’язки сценарію. Таким чином, вибір шлюбного партнера є також наслідком сценарного вибору, причому вибір цей робиться без ретельного обмірковування, властивого дорослим людям у випадку прийняття рішення. Найбільш ранні рішення обумовлені почуттями, а не мисленням, і приймаються дитиною ще до того, як вона починає говорити. Батьки мають вагомий вплив на рішення стосовно сценарію і здійснюється він через сценарні послання, контомінації вербально і невербально. Вони утворюють змістову структуру сценарію, який у кожній сфері життя є різним і, зазвичай, не усвідомлюється людиною [26].

Е. Берн також припускав, що на ранніх етапах формування сценарію маленька дитина «...вже має певні переконання щодо самої себе та оточуючих людей – однієї з життєвих позицій (Я ОК, Я не-ОК, Ти ОК, Ти не-ОК)». Однак у ТА немає повної згоди щодо причин і часу виникнення життєвих позицій. Е.Берн уважав, що позиція приймається в ранньому дитинстві від 3-х до 7-ми років з тим, щоб виправдати рішення, засноване на більш ранньому досвіді. За Е.Берном, спочатку йдуть ранні сценарні рішення, а потім дитина приймає життєву позицію, створюючи тим самим картину світу, яка виправдовує прийняті рішення. З погляду Клода Стайнера, життєві позиції приймаються значно раніше. Він вбачає їх витoki у перших місяцях. Згідно з К.Стайнером, всі діти починають із позиції «Я ОК, ти ОК». Дитина змінює позицію тільки тоді, коли щось порушує гармонію її взаємозалежності з матір’ю. У відповідь на появу в житті немовля різних незручностей, дитина може вирішити, що вона не-ОК, або що інші не-ОК. Вона переходить із Еріксонівського стану «фундаментальної довіри» у стан «фундаментальної недовіри». І потім, на основі цього

фундаментального уявлення про себе та інших людей, дитина починає писати сценарій свого життя [43].

М.Маллер, Дж.Холліс, К.Юнг зазначають, що вже з самого народження дитина починає «зчитувати» безпосередні стосунки свого Я з Іншим. Дитина відчуває свій зв'язок з Іншим, або його відсутність, і екстрапольоване відчуття цього зв'язку стає основою її уявлення про світ. Таким чином, у дитини формується певна заломлююча призма, яка формується особливостями психологічної атмосфери конкретної сім'ї та культурними нашаруваннями, і крізь цю заломлюючу призму дитина дивиться на оточуючий світ, і на підставі побаченого живе в цьому світі та робить власний вибір [29].

У таблиці 1.2. представлено результати теоретичного аналізу психологічних концепцій, в яких висвітлено питання вибору.

Таблиця 1.2.

Визначення поняття «вибір» у різних психологічних концепціях

Назва теорії	Визначення поняття «вибір»	Автори
Теорії соціального вибору	перетворення індивідуальних смаків і вподобань до узагальнених соціальних уподобань; різновид ринкової угоди: ви мені, а я вам; досягнення мети. Ціль – досягнення максимальної вигоди	Дж. М. Б'юкенен К. Ерроу Дж. Едвардс
Нормативна теорія прийняття рішень	процес раціонального або ірраціонального вибору альтернатив, що має на меті досягнення усвідомлюваного результату	О. Ф. Гірке
Теорія прийняття рішень в умовах невизначеності	невизначена ситуація, оскільки результати прийнятого рішення не можуть бути відомі заздалегідь	Д. Канеман, П. Словік, А. Тверські
Теорія обміну	процес оцінювання того, що і хто може дати більшу користь при менших затратах	Дж. К. Хоманс
Теорія парадоксу	Множинність варіантів вибору призводить до «паралічу вибору»/»раціонального невігластва» і невдоволення результатом, навіть якщо він позитивний	Б. Шварц

Концепція психологічної регуляції інтелектуальних виборів	Опора на власні критерії вибору, власну систему цінностей, схильність до ризику	Т. В. Корнілова, С. Плаус
Екзистенційна теорія вибору	Обирати власний шлях, власне ставлення до будь яких обставин; скористатися можливістю зберегти моральні цінності чи в складних обставинах забути про них	В.Франкл Е.Егер
Транзактний аналіз	Вибори здійснюються з опорою на сценарне рішення і обумовлюються розв'язкою – фінальною сценою; вибір – це можливість жити за сценарієм чи виходити з сценарію	Е.Берн, Й.Стюарт, В.Джойнс К.Стайнер

Проаналізувавши процес здійснення вибору, бачимо, що особистість під час процесу здійснення вибору подружнього партнера перебуває значною мірою під впливом батьківської сім'ї, уявлень, ставлень, оцінок та поведінки батьків. Водночас особистість наділена волею обирати у кожному випадку, опираючись на власні переконання та потреби чи некритично переймаючи батьківські настанови, які роблять цей процес значно простішим, однак не завжди на користь молодій людині.

Здійснюючи вибір, особистість реалізує прагнення досягати або уникати, зважає ризики і намагається досягти максимальної вигоди і мінімальної втрати. Такою вигодою може бути як досягнення матеріального статку, статусу одруженого/заміжньої, так і можливість задоволення важливих потреб, зокрема у стосунку, у спілкування, у батьківстві й впорядкованому побуті. Це все можливо і потрібно досягати у шлюбно-сімейних стосунках, адже сім'я завдяки своїй унікальності здатна задовольнити усі потреби людини й покращити її якість життя. Однак є важлива умова досягнення задоволення у шлюбі – це критичне мислення й усвідомлення вибору, розуміння мети шлюбу й мотивів, своїх значимих потреб.

1.2. Теорії вибору шлюбного партнера

Процес пошуку і вибору шлюбного партнера відбувається як послідовне вивчення потенційного шлюбного партнера відповідно до визначених критеріїв відбору, які формуються у батьківській сім'ї. Проаналізуємо моделі (теорії) вибору шлюбного партнера.

Одним з перших, хто розпочав дослідження чинників вступу у шлюб, був засновник класичного психоаналізу З. Фройд. Його психоаналітична теорія базується на припущенні про потяг, який відчувають діти до батьків протилежної статі. Завдяки складному несвідомому процесу вони можуть переносити любов до одного з батьків протилежної статі на інші соціально схвалювані об'єкти – на своїх потенційних чоловіка або дружину. Отже пошуки партнера ґрунтуються на виробленому уявленні про одного з батьків протилежної статі як ідеал подружнього партнера.

Теорія комплементарних потреб (доповнюючих потреб) Р. Уінча базується на принципі – протилежності притягуються [55]. Р.Уінч відзначає, що у виборі чоловіка або дружини кожен індивід шукає того, від кого очікує максимум задоволення потреб. Закохані повинні володіти схожістю соціальних рис (принцип гомогамії) і психологічно доповнювати один одного (вроджені характеристики повинні бути контрастними). Згідно з цією теорією, напр., владному чоловікові може сподобатися спокійна і м'яка жінка, і навпаки енергійній жінці – спокійний чоловік.

Модель комплементарності вибору ґрунтується або на принципі доповнюваності потреб партнерів, або компенсації власних «слабостей і недоліків» - партнер вигідно відрізняється тими якостями і властивостями, які людина хотіла б бачити у себе, але не володіє ними.

Інструментальна теорія вибору подружжя Р. Сентерса також першочергову увагу приділяє задоволенню потреб, але при цьому стверджує, що одні потреби (напр., сексуальні, у приналежності) є більш важливими, ніж інші. Деякі з них притаманні більше чоловікам, аніж жінкам. Згідно Р.Сентерсу,

людину вабить до того, чиї потреби схожі з її власними або доповнюють їх. Харлі виокремлює по 5 основних потреб для чоловіків і жінок, задоволення яких забезпечує стабільність шлюбу. Отже, для чоловіків основними потребами у шлюбі є: сексуальне задоволення, супутник по відпочинку, приваблива жінка, ведення домашнього господарства, захоплення. Для жінки: ніжність, можливість поговорити, чесність і відкритість, фінансова підтримка, посвята сім'ї [25].

Теорія “стимул-цінність-роль” Б.Мурстейна, або “обмін і максимальна вигода” отримала найбільше поширення серед дослідників. Вона базується на двох важливих положеннях [50]. П е р ш е полягає у тому, що на кожному ступені розвитку взаємовідносин партнерів міцність стосунків залежить від рівності обміну. Іншими словами, відбувається врахування плюсів і мінусів, активів і пасивів кожного партнера. В результаті, хоч партнери можуть цього і не усвідомлювати, встановлюється деякий баланс позитивних або негативних характеристик кожного. Якщо активи, або стимули вступу в шлюб перевищують пасиви, то приймається рішення про вкладання шлюбного союзу. Д р у г е положення полягає у тому, що шлюбний союз включає в себе серію послідовних стадій, через які повинні пройти молоді люди. Той, хто не відповідає умовам кожної стадії, вибуває з гри.

На першій, *«стимульній стадії»*, вибір партнера визначається зовнішніми факторами: фізичною привабливістю партнера, особливостями і манерою його поведінки, професією, соціальним статусом і т.д. Важливе значення при цьому має оцінка переваг потенційного партнера друзями, батьками, іншими референтними особами. На другій, *«ціннісній стадії»*, акцент зміщується у сферу вивчення цінностей, потреб, мотивів й інтересів партнера. В ході пізнання і рефлексії мотивів, інтересів, цінностей партнера відбувається його своєрідне «випробування» на ступінь прийнятності і подібності його поглядів, цінностей та ідеалів з поглядами, цінностями і ідеалами самої особистості, вивчення схожості та відмінностей. У випадку їх істотного розходження можливість прийняття партнера залежить від компенсації відмінностей певними перевагами партнера. На третій *«рольовій стадії»* відбувається дослідження сумісності

ролей, які змогли б виконувати партнери в майбутньому шлюбному союзі. Спілкування та встановлення міжособистісних взаємин партнерів дозволяють їм оцінити як подібність своїх потреб і характерів, так і можливість їх взаємодоповнення. На третій стадії вивчення почуттів, як своїх, так і партнера, стає ще однією підставою для остаточного прийняття рішення про укладення шлюбу. При виборі партнера діє так званий принцип «співставлення або рівноцінності обміну»: його недоліки і «мінуси» врівноважуються порівнянними або рівноцінними достоїнствами і «плюсами» [26]. Скажімо, недоліки у зовнішності чоловіка врівноважуються відмінним матеріальним становищем, уважністю і турботливістю.

Ідея існування декількох стадій у процесі вибору шлюбного партнера лежить в основі теорії “фільтрів” А.Керкгоффа і К.Девіса. Схематично даний процес можна представити як послідовне проходження через ієрархічну систему фільтрів, яка поступово відсіює людей з усіх можливих претендентів і звужує індивідуальний вибір, тобто задає все більш і більш жорсткі рамки та критерії відбору. Перший фільтр – *місце проживання* – відсіює тих потенційних партнерів, з якими людина ніколи не зможе зустрітися. Потім фільтр *гомогамії* виключає тих, хто не підходить один одному за соціальними критеріями. На цьому етапі людина контактує з тими людьми, які здаються їй привабливими. На наступних стадіях встановлюється *схожість цінностей і сумісність ролевих очікувань*. Результатом проходження через усі фільтри є вступ у шлюб [26].

Згідно Удрі, першим фільтром є можливість систематичних і регулярних *контактів* з партнером. У кращій ситуації виявляються співробітники, однокласники й однокурсники, знайомі та друзі, залучені в спільну діяльність. На ранній стадії «фільтрації» партнерів більш-менш серйозні перешкоди у зустрічах та спілкуванні нерідко призводять до припинення спілкування і «відсіювання» партнера за принципом «геть з очей - з серця геть». Другий фільтр передбачає відбір претендентів за зовнішньою привабливістю. У якомусь сенсі можна говорити про те, що ми шукаємо в обранцеві втілення свого ідеалу краси. Уявлення про чоловічу і жіночу красу і привабливість має

соціально-історичну культурну природу і відображає уявлення людини про прекрасне відповідно до певної історичної епохи, соціальної групи та культури. Відповідність зовнішності обраниці прийнятому ідеалу краси має набагато більше значення для чоловіків, ніж для жінок. Критерієм третього фільтру є схожість *соціального базису – соціальна гомогамія*, забезпечує приналежність партнерів до одного «соціально-психологічного світу», який визначає подібність / відмінність цінностей, установок, звичок, способу життя. Четвертий фільтр з'ясовує *подібність установок і цінностей* у ставленні до сім'ї та шлюбу, подружніх сімейних ролей, розуміння фемінності і маскулінності, установок щодо народження і виховання дітей, допустимості абортів і т.д. П'ятий фільтр *оцінки комплементарності значущих потреб*, встановлення здатності кожного з партнерів відповідати своєю поведінкою, діяльністю потребам іншого, в першу чергу потребі кохати і бути коханим. Специфічна структура ставлення до партнера, що виникає в разі успішного проходження цього фільтра, включає переживання почуття *A her Ego* (Інший як моє друге Я), прихильність до партнера, відчуття безпеки. Однак навіть успішне подолання всіх п'яти зазначених вище фільтрів ще не означає, згідно Удрі, остаточного ухвалення рішення про вступ в шлюб. Останній, шостий фільтр - фільтр *соціальної готовності* до укладення шлюбу [25].

Відомий німецький учений Р.Зідер також вважає, що наміру одружитися в більшості людей у європейських промислово розвинених країнах передують тривалий процес орієнтації й соціокультурного налаштування людини на шлюб і родину. Дослідник уявляє вибір шлюбного партнера як процес фільтрації. На першому етапі визначається категорія соціально придатних потенційних партнерів. Це відбувається майже «непомітно» для людини в соціальному середовищі, в якому вона перебуває. На другому етапі здійснюється специфічний вибір із «сукупності» можливих партнерів відповідно до психологічних, сексуально-еротичних й естетичних механізмів. Під час цього процесу велику

роль відіграють установки, набуті у рідній сім'ї, у процесі освіти та ранньої професійної кар'єри молодих людей [16].

Прихильники теорії гомогамії стверджували, що в шлюб вступають ті, які мають однакову «соціальну цінність», або гомогамні. Фактично в коло можливих обранців входять кандидати з однаковими характеристиками, які мають первинне значення з точки зору шлюбного вибору (раса, віросповідання, соціальний клас, близькість за освітнім рівнем, віком, шлюбним статусом, територіальна близькість проживання) (NyeL, BerardoE, 1973). В українській народній творчості дана теорія підтверджується приказками: «Знайся віл з волею, а кінь з конем», «Де муж старий, а жінка молода, там рідка згода».

“Кругова теорія кохання” А.Рейса пояснює механізм вибору шлюбного партнера через реалізацію чотирьох взаємопов'язаних процесів [16]:

1. *Встановлення взаємозв'язку.* Мається на увазі легкість спілкування, на скільки “у своїй тарілці” вони будуть почуватися один з одним. Це залежить від соціально-культурних та індивідуальних здібностей людини вступати у контакт з іншими людьми.

2. *Саморозкриття.* Відчуття взаємозв'язку з іншою людиною викликає відчуття розслаблення, довіри і полегшує розкриття себе перед іншими. Тут також велику роль відіграють соціально-культурні чинники.

3. *Формування взаємної залежності.* Поступово у чоловіка і жінки виникає і розвивається система взаємопов'язаних звичок, з'являється відчуття необхідності один одному.

4. *Реалізація основних потреб особистості* – потреба у любові, довірі тощо.

Розвиток почуття любові відбувається від першого процесу до четвертого і відсутність одного з них негативно відображається на стабільності і міцності взаємин.

Ідея романтичного кохання, яка лежить в основі шлюбних стосунків, містить в собі багато енергії оскільки підживлюється з глибинного та загального екзистенційного почуття сепарації, і тих благ, які ми отримуємо від сучасної

цивілізації та культури, зовсім недостатньо, щоб відновити цей втрачений позачасовий зв'язок. Важливим є те, зазначає В. Радчук, що динамічний характер шлюбних стосунків визначається первинними взаєминами, які суб'єкти колись інтеріоризували і відчують як феноменологічні та несвідомі [29]. Саме з цих первинних феноменологічних відносин приходить відчуття глибини, руху та запрограмованості, до того ж, не усвідомлюючи цієї - внутрішньої програми, яка закладена глибоко всередині, ми можемо заподіяти шкоду близьким людям та собі. Оскільки кожен суб'єкт несе в собі глибоку екзистенційну травму сепарації. Будучи міцно пов'язаним з матір'ю в перинатальний період, він раптово відділяється від неї під час пологів, і тоді цей зв'язок переривається і вже інколи не відновлюється повністю. Саме тому, первинним мотивом, латентною програмою будь-яких стосунків є архетипове прагнення суб'єкта повернутися назад, «додому» і воз'єднатися з Іншим, відмінним від Я.

Згідно з Б. Адамсом, первинний потяг ґрунтується радше на зовнішніх особливостях, таких як фізична привабливість, товариськість, врівноваженість і спільні інтереси. Взаємини зміцнюються завдяки реакціям оточення, відчуттю затишку і спокою в присутності один одного і дії інших подібних чинників. Пізніше пара вступає в стадію взаємних зобов'язань близькості, що ще більше зближує партнерів. Члени пари, які зв'язали себе взаємними зобов'язаннями, вивчають погляди і цінності один одного. На цій стадії пара часто готова до того, щоб прийняти рішення про вступ в шлюб [41].

У працях Дж. Аллан, М. Малера, К. Юнга йдеться про те, що феноменологічне зчитування світу малою дитиною та стосунків власного Я з Іншим, батьківське імаго, що інтеріоризувалися у формі комплексів та екстрапольоване відчуття цього зв'язку з Іншим, або його відсутність, стає основою уявлення про світ, заломлюючою призмою здійснюючи суттєвий вплив на несвідомий вибір шлюбного партнера та майбутні стосунки, оскільки саме

вони формують у суб'єкта первинне відчуття стосунків з оточуючими та залишаються його базовою парадигмою [29].

Д.Бірін зі своїми колегами у експериментах неодноразово переконувалися, що найбільш привабливими ми вважаємо тих людей, з якими у нас багато спільного. Тому можна припустити, що віддаючи перевагу подібним до нас людям, ми відчуваємо безпеку та психологічний комфорт поряд з ними. Чим більше подібностей у настановах, переконаннях та моральних цінностях у подружжі, тим щасливіший шлюб та менш імовірно розлучення [25].

Представники рольової теорії (Т. Парсонс, Р. Бейлз та ін.) вважають, що на вибір шлюбного партнера впливає позиція сиблінга у структурі сім'ї, яку він займає серед братів і сестер. У своїй майбутній сім'ї дитина здатна застосовувати той стиль і засоби виховання, який застосовували її батьки до її братів і сестер, а у стосунках з партнером відтворювати поведінкові паттерни стосунків сиблінгів. У цьому розумінні подружні стосунки можуть бути повністю комплементарними (чоловік знаходить в дружині старшу сестру, а дружина – старшого брата) або частково комплементарними (обидва мають старших братів або сестер) [55].

Концепція дублювання батьківських якостей передбачає, що людина вчиться виконувати чоловічу і жіночу роль у своїх батьків і несвідомо використовує у своїй сім'ї модель взаємин батьків. Вона навчається подружньої ролі на основі ототожнення себе з одним із батьків своєї статі. Ототожнення, ідентифікація – психологічний механізм соціалізації, який полягає у тому, що індивідуум подумки прирівнює себе до іншої людини (одного з батьків) [21]. Він переймає спосіб мислення, ідеї, цінності і найголовніше – емоційні реакції і внутрішні стани, несвідомо чи свідомо намагається бути схожим на батьків. Тому схвалює їхні стандарти поведінки і пристосовується до їхніх оцінок. Форми батьківських взаємин стають еталоном.

Р. Докінз (Dawkins, 1976) виділяє дві стратегії пошуку шлюбного партнера:

1) стратегію цілеспрямованого ретельного підбору партнера відповідно до критеріїв відповідальності і турботи - «пошук батька (матері)

своїх дітей». Тут вибір партнера виступає як пошук надійного супутника життя, партнера у створенні батьківського будинку (затишного гнізда для майбутнього потомства). Ця стратегія більш характерна для жінок, ніж для чоловіків;

2) стратегію вибору «справжнього чоловіка (справжньої жінки)». В цьому випадку критерієм вибору партнера стає відповідність його якостей уявленням суб'єкта про ідеал чоловіка чи жінки. **Модель комплементарності вибору ґрунтується або на принципі доповнення партнерів, або компенсації власних «слабостей і недоліків» - партнер вигідно відрізняється тими якостями і властивостями, які людина бажав би бачити у себе, але не володіє ними [55].**

У прийнятті рішень взагалі й щодо вибору шлюбного партнера зокрема важливу роль відіграє мотивація. Прийняття рішення про вступ у шлюб є, як правило, полімотивоване, тобто зумовлене декількома мотивами.

Науковці виокремлюють такі чотири основні мотиви вступу у шлюб (див. табл. 1.2):

Таблиця 1.2

Мотиви вступу у шлюб

Найменування мотиву	Зміст мотиву
інтимно-особистісний	прагнення знайти бажаного партнера для кохання
морально-психологічний	бажання знайти духовно близького супутника життя
сімейно-батьківський	орієнтація на народження та виховання дітей
господарсько-побутовий	орієнтація на налагоджений побут і ведення домашнього господарства

Одразу зауважимо, що у формуванні мотивації до вступу у шлюб також вирішальну роль відіграє батьківська сім'я, зокрема гендерні установки батьків й уявлення про шлюб та шлюбного партнера, сімейні ролі, ієрархію, сімейні цінності та норми взаємодії. В системі мотивів вибору шлюбного партнера та

вступу у шлюб можна виокремити змістовні мотиви та мотиви-спонуки. Мотиви відрізняються також ступенем їх усвідомлення, можуть реалізовувати спрямованість на досягнення або уникнення. Напр., мотивом укладання шлюбу може бути бажання стати батьком (мотив, спрямований на досягнення) або уникнення самотності. Для майбутнього розвитку подружніх взаємин є важливою ступінь збігу мотивів кожного з партнерів, що визначає міру збігу очікувань щодо шлюбу.

Мотиви збереження шлюбу не залишаються незмінними і тотожними мотивами укладення шлюбу. Їх розвиток може відбуватися як у бік більшої адекватності завданням гармонізації шлюбного союзу, так і в бік деструктивного, руйнівного впливу на шлюб. Однак трансформація і розвиток мотивів - процес складний і неоднозначний, що вимагає значної духовної роботи особистості над собою і своїми взаєминами з партнером.

Сучасні українські дослідники продовжують наукові розвідки питання неусвідомлених мотивів вибору шлюбного партнера. Особливий інтерес становить питання вибору партнера, схильного до агресивної поведінки, до насилля. Так, в основі вибору шлюбного партнера – «гнівомана» лежить підсвідома емоційна запрограмованість людини, яка змушує її, з низки причин, вибирати саме такого партнера, зазначає В. Радчук [29].

О. Кляпець у дисертаційному дослідженні мотивації вступу у цивільний шлюб зазначає, що вибір шлюбного партнера та вибір форми шлюбу визначається сукупністю шлюбних мотивів, які поділяються на чотири групи: емоційно-етичні мотиви, мотиви самореалізації, мотиви обов'язку та мотиви дефіциту. Шлюбні мотиви цивільного та традиційного шлюбів є різними, але провідним мотивом, характерним для обох форм шлюбу, є кохання (входить до групи емоційно-етичних шлюбних мотивів), яке при поєднанні зі спільністю інтересів значно збільшує стабільність шлюбу [11].

У таблиці 1.3. представлено узагальнення аналізу теорій вибору шлюбного партнера.

Таблиця 1.3

Теорії вибору шлюбного партнера

Автори теорії	Зміст теорії
З.Фройд	<p>Психоаналітична теорія (теорія ідентифікації) базується на припущенні про потяг, який відчувають діти до батьків протилежної статі. Завдяки складному несвідомому процесу вони можуть переносити любов до одного з батьків протилежної статі на інші соціально схвалювані об'єкти – на своїх потенційних чоловіка або дружину.</p>
Р.Вінч Р.Сентерс	<p>Модель комплементарності вибору ґрунтується або на принципі доповнюваності потреб партнерів, або компенсації власних «слабкостей і недоліків» - партнер вигідно відрізняється тими якостями і властивостями, які людина хотіла б бачити у себе, але не володіє ними.</p>
Б.Мурстейн	<p>Теорія “стимул-цінність-роль” або “обмін і максимальна вигода”. <u>Перша стадія – “стимул”</u> – знайомство, формується перша думка про зовнішність людини, її розум, уміння триматися на людях, оцінка якостей, які можуть бути привабливими для інших людей. Якщо між партнерами виникла <i>атракція</i> – <i>перше враження було привабливим</i> -, то пара переходить до <u>наступної стадії – порівняння цінностей</u>. Партнери обговорюють свої погляди на життя, шлюб, чоловічі і жіночі ролі в сім'ї, на виховання дітей. Чоловік і жінка або зміцнюють взаємні симпатії, або, зрозумівши, що у них мало спільного, розходяться. Якщо взаємна привабливість першої стадії підкріплюється схожістю цінностей, то взаєностосунки переходять на <u>третю стадію – рольову</u>. На цій стадії з'ясовується, чи відповідає рольова поведінка одного очікуванням іншого.</p>

<p>А.Керкгоф Ф Девіс, Удрі</p>	<p>Теорія “фільтрів” - схематично процес вибору шлюбного партнера можна представити як послідовне проходження через ієрархічну систему фільтрів, які поступово відсіюють людей з усіх можливих претендентів і звужують індивідуальний вибір, тобто задає все більш і більш жорсткі рамки та критерії, відбору.</p>
<p>А.Най, Ф.Берардо, Дж.Боссард</p>	<p>Теорія гомогамії - в коло можливих обранців входять кандидати з однаковими характеристиками, які мають первинне значення з точки зору шлюбного вибору (раса, віросповідання, соціальний клас, близькість за освітнім рівнем, віком, шлюбним статусом, територіальна близькість проживання)</p>
<p>А.Рейс</p>	<p>“Кругова теорія кохання” пояснює розгортання стосунків чотирма взаємопов’язаними процесами:</p> <p><i>Встановлення взаємозв’язку.</i> Мається на увазі легкість спілкування, на скільки “у своїй тарілці” вони будуть почуватися один з одним. Це залежить від соціально-культурних та індивідуальних здібностей людини вступати у контакт з іншими людьми.</p> <p><i>Саморозкриття.</i> Відчуття взаємозв’язку з іншою людиною викликає відчуття розслаблення, довіри і полегшує розкриття себе перед іншими. Тут також велику роль відіграють соціально-культурні чинники.</p> <p><i>Формування взаємної залежності.</i> Поступово у чоловіка і жінки виникає і розвивається система взаємопов’язаних звичок, з’являється відчуття необхідності один одному.</p> <p><i>Реалізація основних потреб особистості</i> – потреба у любові, довірі тощо.</p>
<p>Т.Парсонс, Р.Бейлз, Б.Харбер</p>	<p>Рольова теорія – задоволеність стосунками залежить від рольових очікувань партнерів, їх рольової поведінки</p>

Підсумовуючи, зазначимо ще раз, що теорії вибору шлюбного партнера об'єднують дві провідні ідеї. По перше, всі вони базуються на принципі соціально-культурної гомогамії. По друге, механізм вибору партнера представлений як система фільтрів (стадій). Вони послідовно звужують коло можливих обранців. Таким чином, на завершальному етапі залишаються лише ті пари, які теоретично повинні добре підходити один одному як подружні партнери. По третє, уявлення й установки батьків щодо функціонування сім'ї, рольової структури сім'ї, якостей подружнього партнера наслідуються дітьми і відтворюються ними у майбутніх подружніх стосунках, а вибір подружнього партнера здійснюється на підставі цих уявлень та очікувань.

Наведені підходи та теорії вибору шлюбного партнера дозволяють аналізувати цей процес з різних позицій й оцінювати його результативність як досягнення особистістю можливості кохати, турбуватися, максимального саморозкриття, сімейної злагоди, благополуччя, сумісності партнерів.

1.3. Батьківські установки як складова батьківства та чинник вибору шлюбного партнера

Питання батьківських установок та батьківства постають особливо гостро у зв'язку з їх неоднозначним розумінням, різним тлумаченням в сучасній психолого-педагогічній літературі. Питання про природу батьківських почуттів й установок з точки зору буденної свідомості є самоочевидним: батьки, принаймні мати, - головні й природні вихователі дитини; їх поведінка детермінується потребою в продовженні роду, а відсутність або нерозвиненість батьківських почуттів - не що інше, як порушення або перекручення цієї універсальної біологічної та соціально-моральної норми. Порівняльно-історичні дані переконливо показують, що сучасні життєві уявлення з даного питання не є універсальними, отже, батьківство, як ми його сьогодні розуміємо, - продукт тривалого і вельми суперечливого історичного розвитку.

Батьківство - соціально-психологічний феномен, який представляє собою

емоційно й ціннісно забарвлену сукупність знань, уявлень і переконань щодо себе як родителя, що реалізується у всіх проявах поведінкової складової батьківства. Як надіндивідуальне ціле, батьківство невід'ємно включає кожного з подружжя, які вирішили дати початок новому життю і саму дитину [33].

Батьківство можна розглядати на двох рівнях: як складне комплексне суб'єктивно-особистісне утворення і як надіндивідуальне ціле, яке, як правило, є сукупним, тобто включає двох людей - батька і матір. Якісною межею, що розділяє рівні, є народження дитини. Таким чином поняття «батьківство» є надіндивідуальним цілим, що виходять за рамки індивіда, в той час як «материнство» і «батьківство чоловіка» стосуються окремої особистості.

Зв'язок компонентів батьківства здійснюється через взаємообумовленість їх складових (когнітивної, емоційної і поведінкової), які є психологічними формами прояву батьківства [22]. Когнітивний компонент - це усвідомлення батьками зв'язку з дітьми, уявлення про себе як про батька, уявлення про ідеальних батьків, образ чоловіка (дружини) як родителя спільної дитини, знання батьківських функцій, образ дитини. Емоційний - це суб'єктивне відчуття людини себе як родителя, батьківські почуття, ставлення до дитини, відношення до себе як до батька, ставлення до чоловіка як до батька спільної дитини. Поведінковий - це вміння, навички і діяльність родителя по догляду, матеріальному забезпеченню, виховання та навчання дитини, взаємини з чоловіком (дружиною) як з батьком дитини, стиль сімейного виховання та батьківських установок [34].

Розвинена форма батьківства характеризується відносною стійкістю, стабільністю і реалізується в узгодженості уявлень подружжя про батьківство, комплементарних динамічних проявів батьківства.

Як інтегральне утворення особистості батьківство включає [13]:

- Ціннісні орієнтації подружжя (сімейні цінності);
- Батьківські установки і очікування;
- Батьківське ставлення;
- Батьківські почуття;

- Батьківські позиції;
- Батьківську відповідальність;
- Стиль сімейного виховання.

Загальними положеннями, котрі характеризують компонентну структуру батьківства, є наступні.

1. Всі компоненти мають три складові: когнітивну, емоційну і поведінкову, які є психологічними формами прояву батьківства.

2. Компоненти батьківства пов'язані один з одним в єдину структуру за допомогою взаємообумовлених складових елементів (когнітивного, емоційного і поведінкового).

3. Квінтесенцією, сукупним виразом всіх компонентів, найбільш доступним для спостереження є стиль сімейного виховання.

4. Кожен компонент містить певну формовану частина - педагогічний компонент, впливаючи на який можна здійснювати корекційно-розвивальну роботу.

Численні дослідження дали змогу в структурі батьківських установок виокремити когнітивний (пізнавальний), афективний (емоційний) і поведінковий (конативний) компоненти [19]. Таким чином, установку розглядають водночас як знання суб'єкта про предмет його ставлення, як емоційну оцінку та певний намір – програму дій щодо конкретного об'єкта. Згідно з розглянутою концепцією, вплив батьківських установок на вибір подружнього партнера є неусвідомлюваним. Він визначається внутрішніми потребами та пошуком шляхів їх задоволення в партнері, є певним базовим ставленням.

Когнітивний аспект стосується знань і уявлень про репродуктивну норму суспільства, про розподіл батьківських ролей, він також містить реальний та ідеальний образ дитини. Емоційний компонент – це сукупність поглядів, суджень, оцінок, а також домінуючий емоційний фон стосовно реалізації батьківських установок й очікувань. Поведінковий аспект батьківських

установок реалізується в репродуктивній поведінці, у взаємовідносинах партнерів, у ставленні батьків і стилі сімейного виховання.

В науковій літературі можна зустріти близькі, але не тотожні за змістом поняття: атитюд, соціальна установка, ціннісні орієнтації та ін. Атитюд (від англ. *attitude* – ставлення, установка) – за визначенням Л. Ланге є внутрішнім станом готовності людини до дії, що передує поведінці. Батьківський атитюд виконує своєрідну регулятивну функцію, визначає характер поведінки під час здійснення вибору. Атитюди, сформовані в процесі дитячо-батьківських взаємин, стосуються світогляду, емоційного ставлення та готовності діяти. Вони є фундаментом, на базі якого здійснюється або ні вибір. Незважаючи на схожість у змісті та структурі, поняття атитюду відмінне від поняття установки. Установки є неусвідомлюваними й певною мірою є готовністю до сприйняття та дій. Атитюди існують також на свідомому рівні та є станом, що передує поведінці [21].

Установки формуються під впливом батьківської, прабатьківської сім'ї. Батьківські установки – це система емоційного ставлення до дитини, сприйняття дитини батьками та способів поведінки з нею. Вони інтерналізуються та стають частиною особистості [22]. То ж уявлення батьків про подружнього партнера (когнітивний компонент), оцінки й ставлення (емоційний компоненти), звичні паттерни поведінки також інтеріоризуються і стають частиною підростаючої особистості, вплітаються в мережу її настанов. На основі цього складного сплетіння, сформованого в процесі дитячо-батьківських взаємин, відбувається вибір шлюбного партнера.

На думку Е. Берна, через батьківські настанови формується життєвий та професійний сценарій, приписи щодо своєї статі та одруження, вибору партнера. Е. Еріксон також наголошує, що батьківські установки можуть обмежувати, перешкоджати розвитку, прояву щирості й творчого начала. Е. Г. Ейдемільлер та В. В. Юстицкіс підтверджують, що більшість сценаріїв людина засвоює з батьківської сім'ї, наслідуючи моделі поведінки через постійне сприймання установок або інструкцій батьків до неї [25].

Серед запропонованих науковцями класифікацій батьківських установок найчастіше використовується у практиці роботи сімейного психолога класифікація стилів сімейного виховання А. Є. Личко та Е. Г. Ейдеміллер [2]. Стиль сімейного виховання є способом передання батьківських настанов, формує особистість із певними цінностями й переконаннями. Сформовані в дитячо-батьківській взаємодії установки в подальшому є основою для здійснення вибору подружнього партнера. Між структурами подружніх і батьківських сімей спостерігається пряма залежність: подружні сім'ї в переважній більшості аналогічні батьківським, особливості батьківської сім'ї неусвідомлено приймаються дітьми в їх сім'ях (З.Кісарчук, 1996).

Таким чином, більшість дослідників визнають вплив батьківської сім'ї в якості зразка або антиідеала. І. Кон відзначає, що наступництво поколінь завжди селективне (вибіркове): одні знання, норми і цінності засвоюються і передаються наступним поколінням, інші, які не відповідають умовам, що змінилися, відкидаються або трансформуються [13]. Наступність не зовсім однакова в різних сферах діяльності. Корекційним компонентом впливу батьківських установок на вибір шлюбного партнера, може бути порівняльний аналіз особливостей батьківської і власної сім'ї або власних уявлень про майбутню сім'ю з метою усвідомлення впливу з боку батьківської сім'ї.

Здійснивши теоретичний аналіз батьківських установок як складової батьківства і чинника вибору шлюбного партнера, приходимо до висновку, що здобуваючи досвід у батьківській сім'ї підростаюча особистість інтеріоризує батьківські і більш того, прабатьківські установки й вони стають стійкими утвореннями – уявленнями, переконаннями, оцінками і ставленнями у мережі уявлень про світ і себе, надають стабільності та спрямованості поведінці, є основою для здійснення важливих життєвих виборів, зокрема вибору шлюбного партнера. Вважаємо за необхідне перевірити це емпірично та визначити особливості цього впливу у студентів.

Висновки до розділу 1

Шлюбно-сімейні стосунки як найважливіша сфера життєдіяльності особистості формують її життєвий простір, визначають якість життя, слугують полем для особистісної самореалізації. Життєвий вибір, до якого входить і вибір шлюбного партнера, визначається впливом батьківських установок та сукупністю шлюбних мотивів, які поділяються на чотири групи: емоційно-етичні мотиви, мотиви самореалізації, мотиви обов'язку та мотиви дефіциту. Провідним мотивом є кохання (входить до групи емоційно-етичних шлюбних мотивів), яке при поєднанні зі спільністю інтересів значно збільшує стабільність шлюбу.

Наведені підходи та теорії до вибору шлюбного партнера дозволяють аналізувати цей процес з різних позицій й оцінювати його результативність як досягнення особистістю можливості кохати, турбуватися, максимального саморозкриття, сімейної злагоди, благополуччя, сумісності партнерів. Узагальнюючи, зазначимо, що прийняття стратегічного життєвого рішення щодо вибору шлюбного партнера є відповідальним і складним психологічним процесом, який суттєво відрізняється від вибору життєвої позиції і професії, передусім тим, що це рішення є актом взаємодії партнерів, і прийняття рішення одним ще не означає згоди іншого партнера. Результатом одностороннього вибору може бути нещасне кохання «на все життя», а результатом взаємного вибору – злагода та сімейне щастя.

Здійснивши теоретичний аналіз батьківських установок як складової батьківства й системи емоційного ставлення до дитини, сприйняття дитини батьками та способів поведінки з нею, та впливу батьківських установок на вибір шлюбного партнера, приходимо до наступного висновку. Зростаючи й здобуваючи досвід у батьківській сім'ї особистість засвоює батьківські, прабатьківські установки, й вони стають стійкими утвореннями – уявленнями, переконаннями, оцінками і ставленнями у мережі уявлень про світ і себе, надають стабільності та спрямованості поведінці, є основою для здійснення важливих життєвих виборів, зокрема вибору шлюбного партнера. Між структурами подружніх і батьківських сімей спостерігається пряма залежність:

подружні сім'ї в переважній більшості аналогічні батьківським, особливості батьківської сім'ї неусвідомлено приймаються дітьми в їх сім'ях.

Передача батьківських установок відбувається у процесі виховання, безпосередньої взаємодії батьків, прабатьків і дітей. Стиль сімейного виховання є способом передання батьківських настанов. Вони інтерналізуються та стають частиною особистості. То ж уявлення батьків про подружнього партнера (когнітивний компонент), оцінки й ставлення (емоційний компоненти), звичні паттерни поведінки також інтеріоризуються і стають частиною підростаючої особистості, вплітаються в мережу її настанов. На основі цього складного сплетіння, сформованого в процесі дитячо-батьківських взаємин, відбувається вибір шлюбного партнера.

Корекційним компонентом впливу батьківських установок на вибір шлюбного партнера, є порівняльний аналіз особливостей батьківської і власної сім'ї або власних уявлень про майбутню сім'ю з метою усвідомлення впливу з боку батьківської сім'ї.

РОЗДІЛ II.

ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ БАТЬКІВСЬКИХ УСТАНОВОК НА ВИБІР ЖІНКАМИ ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА

2.1 Методичне забезпечення та процедура емпіричного дослідження

Завданням емпіричного дослідження було виявлення особливостей впливу батьківських установок на вибір шлюбного партнера.

Емпіричне дослідження проводилось в 3 етапи:

- на основі проведеного теоретико-методологічного аналізу праць з даної тематики й визначених критеріїв впливу батьківських установок на вибір шлюбного партнера (психологічний клімат, стиль сімейного виховання, характерологічні особливостями батьків, зокрема батька, установки батьків щодо розподілу влади і сфер відповідальності) розроблено програму емпіричного дослідження, визначено комплекс психодіагностичного інструментарію;

- проведено емпіричне дослідження, здійснено статистичну обробку отриманих результатів;

- здійснено якісний аналіз характеру взаємозв'язків досліджуваних показників, визначено вплив батьківських установок на вибір шлюбного партнера студентами.

Дослідження проводилось серед студентів факультету психології Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника м. Івано-Франківська. У дослідженні взяли участь 32 жінок віком від 18 до 22 років.

У процесі емпіричного дослідження використано якісні методи дослідження, зокрема написання двох есе про батьківську сім'ю та майбутню власну згідно розробленому відповідно до критеріїв предмету емпіричного дослідження плану, генограму сім'ї (автор методу Мюррей Боуен) [26], опитувальник вивчення рівня рольових очікувань і домагань в шлюбі (автори А. Волкова, Т. Трапезнікова) [2] та авторську анкету.

Есе «Батьківська сім'я»

План

1. *Морально-психологічні клімат.* Опишіть, будь ласка, атмосферу, типові емоції в сім'ї.
2. *Функції в сім'ї.* Хто відповідає за виконання домашньої роботи, за поповнення бюджету, за догляд і виховання дітей, за клімат (емоційна підтримка) у сім'ї, за дозвілля? Чи реалізовані соціально члени сім'ї?
3. *Ієрархія в сім'ї.* Хто головний, чи є збереження ієрархії від старших до молодших, чи має місце порушення ієрархії?
4. *Метафора сім'ї.* З яким образом у вас асоціюється сім'я?

Есе «Моя майбутня сім'я»

План

1. *Морально-психологічні клімат.* Опишіть, будь ласка, атмосферу в сім'ї.
2. *Функції в сім'ї.* Хто відповідає за виконання домашньої роботи, за поповнення бюджету, за догляд і виховання дітей, за клімат (емоційна підтримка) у сім'ї, за дозвілля, за інтимне (сексуальне) життя?
3. *Ієрархія в сім'ї.* Хто головний, чи є збереження ієрархії від старших до молодших?
4. *Метафора сім'ї.* З яким образом у вас асоціюється сім'я?

Використання метафори (від гр. *metaphora* - перенос) в есе допомагає розкрити сутність явища через образ. Метафора розглядається як оборот мови, що полягає у вживанні слів і висловлювань у переносному значенні на основі подібності, порівняння; сховане образне порівняння, уподібнення одного предмета, явища іншому, а також взагалі образне порівняння в різних видах мистецтв [5]. В культурі метафора – це «візок» для переносу смислу». Метафора як образ не є смислом, проте є вираженням, потенційним носієм смислу.

Сімейна генограма відноситься до графічних методів діагностики комунікацій в сім'ї та взаємин між її членами. Проте головною сферою її застосування є вивчення сімейних історій (тем) — специфічних, таких, що несуть емоційне навантаження проблем, навколо яких формується конфлікт, що

періодично повторюється в сім'ї. Сімейна тема визначає спосіб організації життєвих подій і зовні виявляється в стереотипах поведінки, які відтворюються з покоління в покоління (установки щодо форми шлюбу, мати або не мати дітей, установки щодо вибору шлюбного партнера та ін.). Автор методу сімейної генограми — американський психотерапевт Мюррей Боуен.

Студентам пропонувалося схематично зобразити три покоління (безпосередньо їхнє, батьків і прабатьків) згідно інструкції (інструкцію представлено в Додатку Б). Респонденти схематично показали й описали емоційні зв'язки між членами сім'ї (чіткі, дифузні (дуже тісні, кордони стираються), ригідні (роз'єднані); фіксували, чи не повторюються паттерни поведінки (розлучення, узалежнення, смерть, захворювання, активності тощо) у різних поколіннях; описали установки батьків і прабатьків стосовно подружнього партнера (його рис характеру, сфери зайнятості). Під схемою студенти також робили висновок про те, чим корисне було виконання даної методики і які ресурси вони почерпнули від виконання даної методики.

Опитувальник вивчення рівня рольових очікувань і домагань в шлюбі

Методика РОД запропонована для вивчення сімейних установок і цінностей, очікувань рольової структури подружньої пари при виконанні сімейних функцій (див. Додаток А). Є одним із методичних прийомів вивчення подружніх труднощів (автори А.М. Волкова, Т.М. Трапезнікова), зокрема на етапі адаптації до подружніх стосунків. Особливої актуальності використання методики набуває у кризові періоди розвитку сімейних стосунків, змістом яких є рольове переструктурування подружньої пари та на етапі вступу в шлюб, вибору шлюбного партнера для виявлення уявлень та очікувань майбутнього подружжя. У поєднанні з методом генограми сім'ї дана методика дозволить виявити, на скільки рольові очікування і домагання в шлюбі відрізняються від батьківської сім'ї.

Вивчення рольових установок як один із феноменів подружніх стосунків є частиною комплексного дослідження багатьох аспектів подружнього життя,

зокрема подружньої сумісності. Особистісна сумісність (психологічний рівень подружньої сумісності) розуміється як автоматичний розподіл психологічного навантаження, вироблення оптимальних способів спілкування, розуміння спонтанних проявів партнера та адекватне реагування на них. Вихідним є положення про залежність характеру сімейних стосунків від ступеня узгодженості сімейних цінностей чоловіка і дружини. Сімейні цінності визначаються авторкою як аспекти сімейного життя, що відображають основні функції сучасної сім'ї: виховання дітей, організація побуту, інтимні стосунки, емоційна підтримка, організація дозвілля, партнерські стосунки, естетичні цінності. Передбачається, що у благополучній сім'ї ієрархія сімейних цінностей має бути схожою у чоловіка і дружини. Адекватність рольової поведінки залежить від узгодженості рольових очікувань (установки чоловіка і дружини на активне виконання партнером сімейних функцій) і домагань (особиста готовність кожного з партнерів виконувати сімейні ролі) подружньої пари. Результати дослідження використовуються для встановлення міри особистісної сумісності, ієрархії сімейних цінностей та інформування подружжя про особливості характеру один одного.

Результати дослідження дозволяють побудувати шкалу сімейних цінностей (ШСЦ) як показник ієрархії сімейних установок і цінностей за критерієм їх значимості для обох членів подружжя; шкалу рольових очікувань і домагань (ШРОД) – показник, що дозволяє уточнити уявлення членів подружжя про бажаний розподіл ролей між чоловіком і дружиною при реалізації сімейних функцій. Рольова адекватність подружжя (РАП) – показник узгодженості рольових установок чоловіка і дружини.

Для виявлення психологічних особливостей впливу батьківських установок на вибір шлюбного партнера у студентів – майбутніх психологів нами було розроблено спеціальну **анкету**, яка складається з декількох блоків, кожен з яких спрямований на з'ясування окремої сторони проблеми. Кожне запитання має один або декілька варіантів відповідей, а в деяких питаннях є можливість увести свій варіант відповіді.

Анкета визначення впливу батьківських установок на вибір шлюбного партнера

Дайте, будь ласка, відповіді на запитання. Там, де є варіанти відповідей виділіть жирним шрифтом або кольором ваш варіант. Там, де немає варіантів відповіді, напишіть два-три речення розгорнутої відповіді. Дякуємо!

1. Ваша стаття
2. Ваш вік.
3. Як би ваші батьки вчинили у ситуації, якщо б ви, будучи дитиною, захотіли залишитися в гостях довше, ніж звичайно? Оберіть один із варіантів відповіді.
 - А) вони вислухають, поцікавляться причиною прохання, обставинами, чи не вплине це на виконання обов'язків, напр., виконання уроків. Якщо відповіді задовольнять батьків, то вони, швидше за все, погодяться
 - Б) батьки б відповіли «Порядок є порядок» і не дозволили;
 - В) батьки дозволять навіть без прохання. Можна їх просто поставити перед фактом, або пояснити все після повернення додому. Батьки не забороняють
 - Г) батьки й не помітять, що ви повернулися пізно, їм байдуже
4. Чи хотіли б ви, щоб ваш майбутній подружній партнер був схожий на батька?

Так_____ Ні_____ Частково_____.
5. Які риси характеру батька ви б хотіли, щоб були у вашого партнера? _____
6. Яких батькових рис характеру ви б не хотіли, щоб мав ваш партнер?
7. Чи хотіли б ви відтворити модель стосунків батьківської сім'ї?

Так____ Частково____ Ні____.
8. Які батьківські настанови (що саме) ви хотіли б запозичити у батьківській сім'ї? _____
9. Від яких настанов батьківської сім'ї (мами чи батька) ви б хотіли відмовитися? _____

10. Чи погоджуєтесь ви із твердженням «Сучасним молодим людям зовсім не обов'язково реєструвати свої стосунки. Процедури укладання шлюбу безнадійно застаріли».

Так. _____ Ні. _____

11. Сучасна жінка може народити дитину для себе і без шлюбу, оскільки бути мамою-одиначкою тепер зовсім не соромно.

Так_ Ні. _____

Наступний етап емпіричного дослідження передбачав кількісну обробку даних і подальший їх якісний аналіз. Окремі питання анкети, зокрема вивчення уявлень студентів стосовно досліджуваного явища, есеї про батьківську сім'ю і майбутню власну вимагали психосемантичного та контент-аналізу. Математична обробка даних здійснювалася з допомогою програмного забезпечення Excel.

2.2. Психосемантична репрезентація сім'ї у свідомості жінок

З метою вивчення функціонально-рольової структури взаємин батьківської сім'ї та уявлень про майбутню сім'ю та шлюбного партнера ми звернулися до методу написання есе. Обробка результатів здійснювалася за допомогою методу контент-аналізу, що дозволило визначити ключові категорії, які відображають типовий зміст концепту «сім'я», а також вивчити питання ієрархії, правил поведінки й вираження емоцій, згуртованість, емоційна палітра, установки батьків щодо подружнього партнера. Також ми застосували якісний метод психосемантичного аналізу для вивчення уявлень студентів про сім'ю.

78, 1 % респондентів описали психологічний клімат у батьківській сім'ї як сприятливий (див. рис. 2.1). Ось деякі приклади:

- «сім'я - це ліки, спокій, затишок, тепло, комфорт», «тепло та спокій, любов та підтримка», «всі члени сім'ї спілкуються між собою, вміють слухати і чути одне одного. Крім цього, ми поважаємо сімейні традиції,

довіру, підтримку, безумовну любов, спокій, стабільність, захист та безпеку»;

- «атмосфера комфорту і підтримки, радість і почуття задоволеності, захоплення, доброти, дружелюбності, підбадьорення; інтерес і почуття цікавості, гнів і почуття роздратування, обуреності».

Сприятливий клімат ще не означає відсутність конфліктів і негативних емоцій. Він досягається вмiлим обранням членами сім'ї стратегій вирішення конфліктів, спільним відпочинком: обговорення, повага інтересів один одного, компромісом: «В суперечках враховується думка кожного, цінується почуття гумору, приділяється увага духовному життю, виховується позитивне ставлення до будь-яких подій, а також виділяти час для спільних розваг».

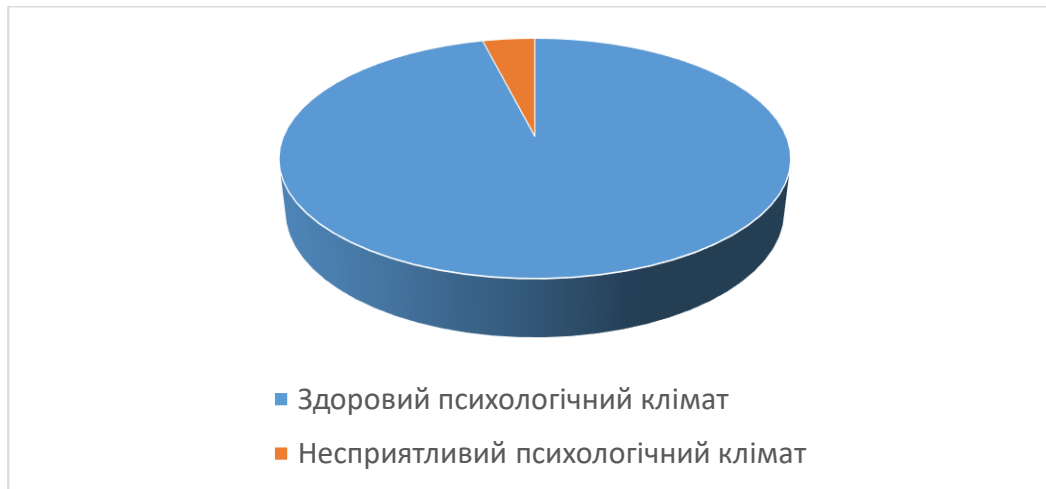


Рис.2.1. Розподіл відповідей респондентів щодо психологічного клімату в сім'ї

21,9 % респондентів написали про несприятливий психологічний клімат у сім'ї:

- «моя сім'я не є ідеальною, але для мене це приклад, як не має бути у моїй»;
- «Задуха. Червоний густий туман. Відчуття безвиході, розгубленості, величезної відповідальності, невинуватої провини, покинутості», «велика суміш відчуттів, коли тобі буває добре і тоді, коли тобі максимально погано. Немає чіткого та стабільного балансу в атмосфері між членами сім'ї»;

- «клімат водночас затишний, теплий, а водночас дуже напружений та негативно емоційний. Велика суміш відчуттів, коли тобі буває добре і тоді, коли тобі максимально погано. Немає чіткого та стабільного балансу в атмосфері між членами сім'ї»;
- «атмосфера досить напружена, а типовими емоціями є тривога, сум, образи, роздратування, розчарування, моментами страх, тому що ти ніколи не знаєш в якому настрої повернуться батьки додому», «атмосфера зазвичай доволі напружена, кожне погано підібране слово може спровокувати сварку. Спільних розмов крім побуту немає»;
- «нестабільний клімат з мінливим настроєм, а також присутня напруга в стосунках, не еталон, відсутня гармонія».

Причиною конфліктів у сім'ях є зневага й ігнорування, відсутність підтримки, взаєморозуміння, спільних інтересів, присоромлення й осуд, наявність коаліцій у сім'ї і перевернутої ієрархії, нестриманість в емоціях членів сім'ї. Приклад: «Члени моєї сім'ї часто розходяться в головних принципах і поглядах на життя, наполегливо відстоюючи свою позицію не звертаючи увагу на інших членів сім'ї».

78, 1 % опитуваних описали традиційний розподіл влади і ролей у сім'ї з відповідним виконанням функцій і розподілом обов'язків (див. рис. 2.2).



Рис.2.2. Розподіл відповідей респондентів щодо структури влади у сім'ї

При цьому, 59, 4 % описали патріархальний стиль шлюбних стосунків:

- «За виконання домашньої роботи відповідають всі члени сім'ї, але на жінці-мамі більше навантаження, оскільки вона відповідає за приготування їжі, прання, ремонт одягу, виховання дітей, вирощування домашньої птиці, організація спільного дозвілля, а також за клімат (емоційна підтримка) у сім'ї Чоловік-тато відповідає за поповнення бюджету, виховання дітей, ремонт меблів, надвірних і господарських приміщень, підтримання порядку та чистоти подвір'я. Діти сім'ї відповідають за прибирання у будинку, закупівля продуктів харчування, а також допомагають батькам у їхніх справах. За вирощування картоплі, овочів, фруктів та іншої продукції рослинництва відповідають всі члени сім'ї, але основну роль відіграють батьки. Всі члени сім'ї реалізовані соціально»;
- «За виконання домашньої роботи більше відповідає мама, а за поповнення бюджету батько. За дітей, в загальному, теж піклується мати та займається їх вихованням, саме вона створює приємну атмосферу, покращує емоції та цікаво проводить з дітьми час. Всі члени сім'ї є соціально реалізовані».

18, 7 % опитаних вказали на матріархальний за структурою влади стиль шлюбних стосунків. Четверо з шести студентів зростають у неповній сім'ї, з мамою («виконання домашньої роботи, за клімат в сім'ї, ми з мамою відповідаємо рівноправно, а от за поповнення бюджету відповідає в більшості мама, хоча при можливості я їй допомагаю. Члени сім'ї соціально реалізовані»). 18,7 % вказали на егалітарну структуру влади й розподілу функціональних обов'язків («Спільний час ми зазвичай проводимо за переглядом фільму, особливо атмосферно це в період різдвяних свят, вибираємось на природу або в гори. Виконання домашньої роботи, поповнення бюджету та догляд і виховання за дітей виконує мама з батьком. І, як на мене, це прекрасно, коли чоловік з дружиною допомагають одне одному для мене - цінно, тому що це прояв реалізованої сім'ї, який дає можливість показувати приклад дітям»). Одна

студентка (3,2 %) не дала чіткого опису ієрархії в сім'ї, описуючи у край несприятливу атмосферу стосунків.

Описуючи функції сім'ї, студенти вказують на деякі труднощі й одразу наводять приклади їх вирішення, напр.: «нам варто ще попрацювати над комунікацією усіх членів сім'ї, тому що через зовнішні обставини і особисту зайнятість кожного ми спілкуємось не так часто як би цього хотілося. Одним з варіантів вирішення цієї проблеми є створення спільного чату в соціальній мережі. Там панує дружня і ненав'язлива атмосфера, ми обговорюємо ситуації, події, випадки, які трапилися з нами та просто ділимося кумедними картинками в кінці робочого/навчального дня. Це дає можливість не втрачати відчуття єдності та ділитися новинами, не відкладаючи щирі емоції на потім».

Декілька студентів указало на відсутність спільного дозвілля. Наведемо приклад патріархального розподілу ролей із дефіцитом функції дозвілля: «Тато відповідає за поповнення бюджету а мама виконує домашню роботу. Зазвичай я також допомагаю мамі з роботою по дому але це буває рідко, оскільки зазвичай я перебуваю з друзями. Мама також старається підтримувати позитивний клімат у сім'ї (хоча це не завжди вдається), а також раніше займалася вихованням дитини (моїм). Дозвілля у кожного різне і проводимо його зазвичай окремо, разом час не проводимо».

Есе студентів дозволили також виявити сімейні цінності. 78,1 % вжили поняття «взаємопідтримка» («всі з характером, у важкі моменти ми можемо бути одним цілим та готові зробити все для нашої родини. Ми підтримуємо один одного та готові виконати обов'язки іншого»). 53,1% використали конструкцію «взаєморозуміння» («сім'я – це для мене підтримка, піклування, взаєморозуміння, повага, довіра та щастя»). У 21,9% ми відмітили таку цінність як «повага». 18,8 % в описі сімейних стосунків вжили поняття «любов». 15,6 % описали значення згуртованості для стосунків, а також довіри, дисципліни і вимогливості, відповідальності (сумлінності), увічливості і шанобливості, чесність і щирість (по 12,5 %). 9,4 % відмітили почуття гумору, 6,3 % респондентів – чуйність.

Також студенти вживали поняття (по 3,1 %) «духовність», «розвиток», «стабільність», «терплячість», «чесність», «справедливість», «щедрість», «вдячність».

Приклади опису сімейних цінностей:

- «Порядність, люб'язність, ввічливість, шанобливість, щирість, чуйність та уважність. Говорити позитивні речі про дитину, члена сім'ї іншим людям, не виносити певні хибі дитини, члена сім'ї на суспільний розголос; в поведінці - щедрість, справедливість, чесність, сумлінність, милосердя, терпеливість, альтруїзм. На чужій біді щастя не заробиш»;
- «можливість всебічного розвитку особистості кожного члена родини, висока доброзичлива вимогливість одне до одного і до себе самого, почуття захищеності та емоційної задоволеності, висока внутрішня дисциплінованість, принциповість, відповідальність, бажання й уміння зрозуміти іншого, можливість вільно висловлювати свою думку з будь-якого питання, прагнення проводити вільний час разом, згуртованість»;

Більшість респондентів (59,4 %) переймають настанови батьків стосовно шлюбного партнера та стосунків у сім'ї й описують майбутню сім'ю на кшталт батьківської, з тією ж структурою влади, цінностями:

- «Я прихильниця класики, тому хочу біля себе бачити сильного чоловіка, і це не лише у плані витримки і м'язів. Сила, яка дозволить мені відчувати себе слабшою біля чоловіка, і розуміти, що я не повинна бути завжди сильною і захищати себе. Виконувати домашні справи, виховувати дітей, думаю, можуть обоє. Зазвичай жінка має приділяти цим справам більше уваги. Більшу частину бюджету повинен заробляти чоловік, жінка в меншій мірі але також працюючи може це робити. Емоційну підтримку і налаштування хотіла в більшій мірі створювати я, як берегиня домашнього вогнища. Хочеться соціально реалізовану сім'ю, яка не буде залежна від думки інших, і буде легко адаптуватись до появи нових людей в оточенні»;

- «Я б хотіла перейняти від своєї сім'ї те почуття повної безпеки, любов, повагу, взаєморозуміння та підтримку. Щоб кожен почував себе вільно та впевнено».

40,6% мають інше уявлення про взаємини і структуру майбутньої сім'ї, розподіл обов'язків, характеристики шлюбного партнера (див. рис. 2.3).



Рис. 2.3. Розподіл відповідей респондентів, які не поділяють установок батьків щодо виконання партнером функцій у сім'ї і розподілу влади.

38,5 % з них вбачають у шлюбному партнерові рівноправного союзника й описують егалітарні стосунки у майбутній сім'ї: «я і мій чоловік будемо порівну відповідати за всі функції сім'ї. Найвища цінність – соціальна активність двох». У батьківських сім'ях цих студентів традиційний розподіл ролей. 23,1 % – не мають чіткого уявлення про майбутнього шлюбного партнера, двоє з них з сімей із несприятливим психологічним кліматом. 23,1% – описують патріархальні стосунки (у батьківських сім'ях опитуваних не було чіткого розподілу влади) і 15,4 % – матріархальні (у батьківській сім'ї цих респондентів домінує батько, при цьому батьківський контроль є доволі суворим): «Всі функції виконують разом, хто в чому більш компетентний. Для мене краще спочатку реалізуватися, а потім вже думати про дітей з чоловіком»

У майбутніх сім'ях респондентів очікувано панує сприятливий клімат, є розуміння сімейного спадку і впливу батьківських сімей. Ось деякі описи:

- Спокій, тепло, затишок і любов згадується у всіх респондентів з

несприятливим кліматом у батьківських сім'ях («атмосфера буде дружньою, де всі люблять один одного, допомагають і підтримують»; «спокійна атмосфера, панувало взаєморозуміння та мирні стосунки між всіма членами родини», «неймовірно позитивна атмосфера, де все наділено любов'ю, затишком, теплом, взаєморозумінням та підтримкою. Де всі намагатимуться знаходити компроміси, слухати та чути одне одного, поважати та піклуватимуться»; «ненапружена, розслаблена. Домінуватиме дружня атмосфера»);

- «Моральний клімат буде визначається тим, які моральні цінності у двох батьківських сім'ях подружжя були прийнятими і визначальними. У моїй майбутній сім'ї пануватиме сприятлива психологічна атмосфера, яку можна охарактеризувати такими ознаки: згуртованість, можливість всебічного розвитку особистості кожного її члена, висока доброзичлива вимогливість членів сім'ї один до одного, почуття захищеності та емоційної задоволеності, гордість за приналежність до своєї сім'ї, принциповість, відповідальність».

Однією із складових есе було метафорично описати власну батьківську і майбутню сім'ю. Метафора означає розкриття сутності одного предмета чи явища через особливості іншого. Метод метафори допомагає з допомогою образного, художнього, наочно-дійового мислення, споглядання, які засновані на символічній свідомості, символізації та інтерпретації символів зрозуміти сутність явища психологічного пізнання. Отже, в уявленнях респондентів нашої вибірки, сім'я - це:

- «затишний будиночок, в який ховаєшся від зливи» (4);
- «бджолиний вулик» (3), де «кожен має свої обов'язки», «кожен має свої справи і добре їх виконує, без цього «вулик був б не дієвим»;
- «багаття- яскраве, тепле» (2);
- «команда» (1);
- «світильник «Павук» на вісім лампочок. Лампочки світильника знаходяться на одному рівні, кожна лампочка має свій провід (кордони у

стосунках), який має спільний початок. Головна функція світильника це освітлювати кімнату. Сім'я– любов, ніжність, теплота, безпека, освітлення, зцілення душі» (1);

- «фундамент, опора» (1);
- «ріст» (1);
- «гірський хребет» (1)
- «міцне розлоге дерево» (1);
- «злагоджений оркестр» (1);
- «корабель, якщо за ним доглядати, правильно та впевнено тримати штурвал, не дати йому потонути – він і не потоне» (1);
- «печера, що захищає від негоди» (1);
- «візерунчаста павутина. Неможливо торкнутися одну її нитку, не викликавши при цьому вібрації всіх інших. Неможливо зрозуміти частинку без розуміння цілого» (1)
- «картина» (1)
- «квітучий сад. У дитинстві в нашому саду росли чотири вишні, розташовані півмісяцем. Я завжди прибігала весною до них з братом і ми говорили, що найбільше дерево як тато, трохи менше мама і два маленьких – ми» (1);
- «гніздо з пташенятами, тому що ми - діти і батьки також за нами доглядають як птахи за своїми пташенятами, а коли ми виростемо, то ми покинемо свій дім, щоб створити свою сім'ю» (1);
- «мурашник. Ми завжди в роботі, заклопотані, та якщо одному потрібна допомога, то все залишаємо та йдемо на допомогу» (1);
- «тепло, затишок,- комфорт і любов, спокій» (3);
- «неприємні емоції» (1);
- «шторм – це палітра емоцій у сім'ї» (1);
- «щось, що хочеться розкласти по полицкам і закрити їх на великий навісний замок. А ключ бажано розчинити у чомусь» (1).

Для більшості респондентів нашої вибірки сім'я є: безпечним затишним місцем (печера, гніздо, замок, будиночок, квітучий сад) на противагу від холодного «як Антарктида» і незатишного оточення. Тут члени сім'ї взаємопов'язані в одну систему як у павутину. Це команда, злагоджений оркестр. Кожен член сім'ї виконує певний обсяг обов'язків як у вулику, мурашнику чи на кораблі і переживає палітру емоцій, як приємних (тепло і затишок), так і неприємних (шторм), які хочеться забути.

Образи передають нам про:

- значимість у респондентів потреби у безпеці, у стосунку, в самореалізації, у позитивних емоціях;
- уявлення про сім'ю як про систему взаємопов'язаних елементів, без узгоджених дій яких і взаємопідтримки, вдалого керівництва «мурашник», тобто сім'я, буде «недієвим», а «корабель - потоне».

Описують студенти і кризові періоди життя сім'ї – це «гірський хребет». Проте, «коли його пройдеш, то відкривається неймовірний краєвид, неймовірні щирі емоції». Окрім цього, сім'я – це «розлоге дерево», опора і зростання. Образ «дерева» засвідчує про важливість сімейного спадку, коріння – цінностей і сенсів, які сім'я передає з покоління в покоління, розростаючись і зміцнюючи молоді пагони.

Щодо майбутньої сім'ї, то студенти описують її в яскравих образах, цитують улюблених авторів, напр.: «Дім завжди тебе зігріває, і перебувати в ньому, серед рідних, «цілющих» людей – невимовне щастя. Це твоя територія – і все. Без слів» (з твору Вікторії Наймановської. «Яблуневий сад із феями») (1); сенканом «Сім'я. Міцна. Цінна. Любити. Довіряти. Бути опорою. (Підтримувати). Скарб, який неможливо придбати. Взаєморозуміння» (1).

В уявленнях студентів майбутня сім'я - це «картина, штрихи до якої робить кожен член сім'ї і відповідає за те, якою картина буде» (2). Зазначимо, що метафору картини запропонували студентки, які писали про неблагополуччя у батьківських сім'ях. Припускаємо, що такий образ зумовлено потребою у свободі й відповідальності за створення майбутніх шлюбних стосунків. Це також

«човен із двома веслами» (1), який кружлятиме на місці, якщо веслуватиме лише один, або змінюватиме курс, якщо один з веслярів раптом втратить свою функціональність або недостатньо відповідально виконуватиме сімейні обов'язки. Про значущість ієрархії та чітких правил свідчить і наступна метафора «корабель, в якому чоловік - це капітан, а я помічник капітана, а діти наші пасажери» (1).

Про цінність сімейної комунікації і сприятливого психологічного клімату свідчать метафори «затишної вечері за одним столом» (1), «яскравого вогню» (кохання, пристрасть та позитивні емоції) (3), «гроно вишень» (1), «тепла і затишку» (6), «ніжності і турботи» (4), «пташки в гніздечку, які живуть і радіють кожному моменту разом, підтримують і доповнюють один одного, не соромляться бути собою» (1). Про значення готовності до шлюбних стосунків засвідчує метафора стиглого гарбуза: «всередині червоненький і з великими насінинами. Шлюб буде укладений між двома зрілими особистостями, у яких чітко розкладені пріоритети, моральні норми, кожен знатиме своє призначення і на той час точно знатиме де його місце» (1). Також це місце безпеки – «Дах, який завжди захистить в від дощу, і від сонця» (1) й опора (4), «міцна та непорушна гора» (підтримка, стійкість та витривалість до будь-яких непорозумінь, вміння знаходити компроміси, бути завжди разом і триматися пліч-о-пліч) (1), «теплий вітерець та весняна сонячна погода» (погода, тобто сімейна атмосфера приносить радість, задоволення від життя. Вона не повинна обтяжувати або обмежувати... Сім'я повинна бути тим місцем, де кожен буде розуміти одне одного) (1).

Цікавим є факт, що в описі майбутньої сім'ї жодного разу не зустрілися метафори «вулик», «мурашник», які символізують працю, виконання обов'язків, певну буденність і відповідальність.

Аналізуючи метафори студентів, приходимо до висновку про сформоване уявлення у студентів сім'ї як соціальної інституції, яка функціонує за певними правилами, в якій панує ієрархія. В описах чітко прослідковують актуальні потреби студентів, які вони реалізують і сподіваються реалізувати у майбутніх

стосунках, зокрема в опорі, у стосунку і приналежності, а також дещо романтизоване уявлення стосовно сфер відповідальності. То ж вбачаємо необхідність в роботі з молоддю щодо підготовки до вступу у шлюб наголошувати, що шлюб – це не почуття, це – домовленість, обов'язок і відповідальність. Також ми помітили той факт, що в студентів із несприятливим кліматом у батьківській сім'ї існує дещо ідеалізоване уявлення про майбутню або вони описують її як «тепло», «затишок». Вона точно має бути не така як у батьків, відсутня реальна картина з розподілом обов'язків, чіткою ієрархією. Натомість є поетичні описи про любов і взаєморозуміння, що, як ми припускаємо, свідчить про актуальність забезпечення базової потреби у любові.

Порівняльний аналіз генограми сім'ї й опису психологічного клімату в есе показав, що там, де присутній несприятливий клімат, спостерігаються роз'єднанні стосунки між поколіннями. Причому паттерн поведінки повторюється у декількох поколіннях по материнській або батьківській лініях. Перевірка наявності значущих кореляційних зв'язків між показником «психологічний клімат у батьківській сім'ї» та емоційними зв'язками, описаними в генограмі показала, що взаємозв'язок є, коефіцієнт кореляції Пірсона $r = 0,95$. Чим ближчий цей показник до 0, тим менший зв'язок, чим ближчий він до 1, тим зв'язок тісніший.

Кожна сім'я – це як відбиток руки, неповторний візерунок, сформований під впливом безлічі випадкових чинників – впливу сімейної історії, історії етносу, спадковості й природних задатків, мікро- і макро- соціуму, природних і соціальних катаклізмів. Сплетіння візерунків кожного із членів сім'ї дають неповторний й унікальний візерунковий ландшафт полотна, на якому буде вплітатися доля наступних поколінь. Приходить усвідомлення відповідальності за кожен стібок і його вплив на вибори майбутніх поколінь.

2.3. Психологічний аналіз впливу батьківських установок на вибір жінками шлюбного партнера

Аналіз анкетних даних дозволив виявити, що студенти виховувалися у сім'ях з демократичним стилем виховання (71,9 %), 15, % - з авторитарним стилем і 12,5 % – з ліберальним. Жінки із сімей із неблагополучних сімей виховувалися як в авторитарних батьків (42,8%), так і в демократичних (42,8%). В однієї студентки із неблагополучним кліматом стиль виховання охарактеризувався як ліберальний (див. рис.2.4.).

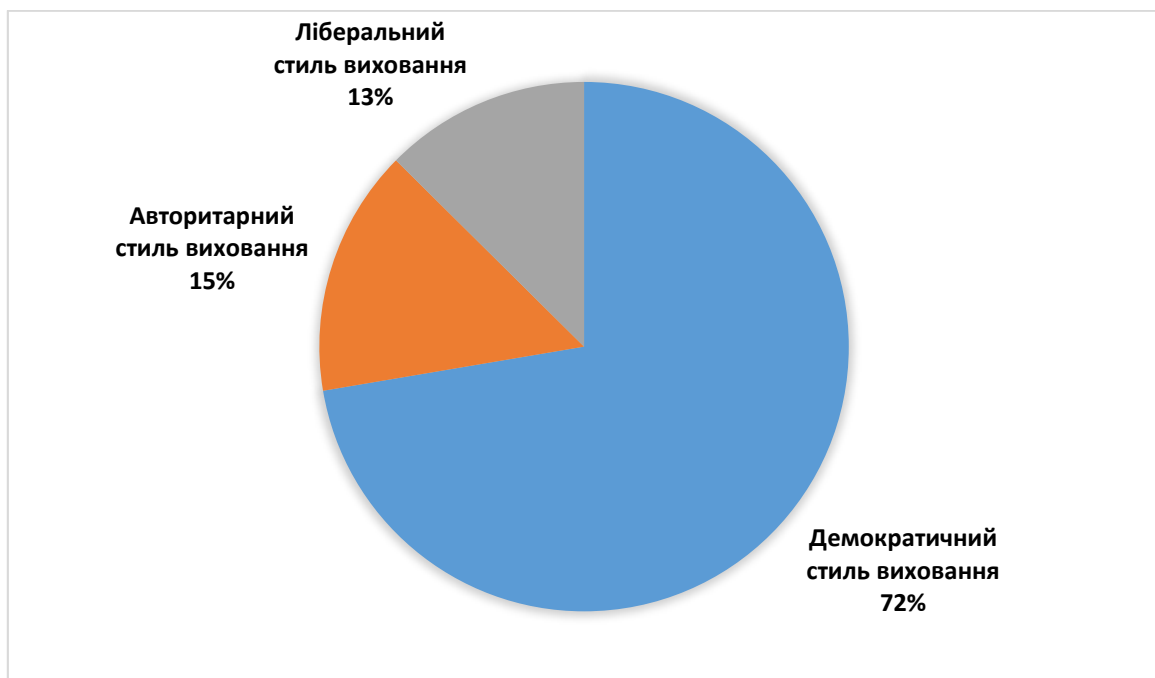


Рис. 2.4. Розподіл відповідей респондентів на запитання про стиль виховання у сім'ї

Однак есе респонденток показують на деякі суперечності у відповідях (напр., байдужість батька в есе й демократичний стиль виховання в анкеті). У трьох студенток, які вказали на демократичний стиль виховання в анкетах, в описі есе і в генограмі позначено напружені стосунки по чоловічій лінії – з батьком або з братом.

Відповідаючи на запитання «Чи хотіли б ви, щоб ваш майбутній подружній партнер був схожий на батька?», ствердну відповідь дали 12,5 %, заперечну – 40,6 % і 46,9% хотіли б, щоб партнер частково був схожий на батька (див. рис. 2.5).

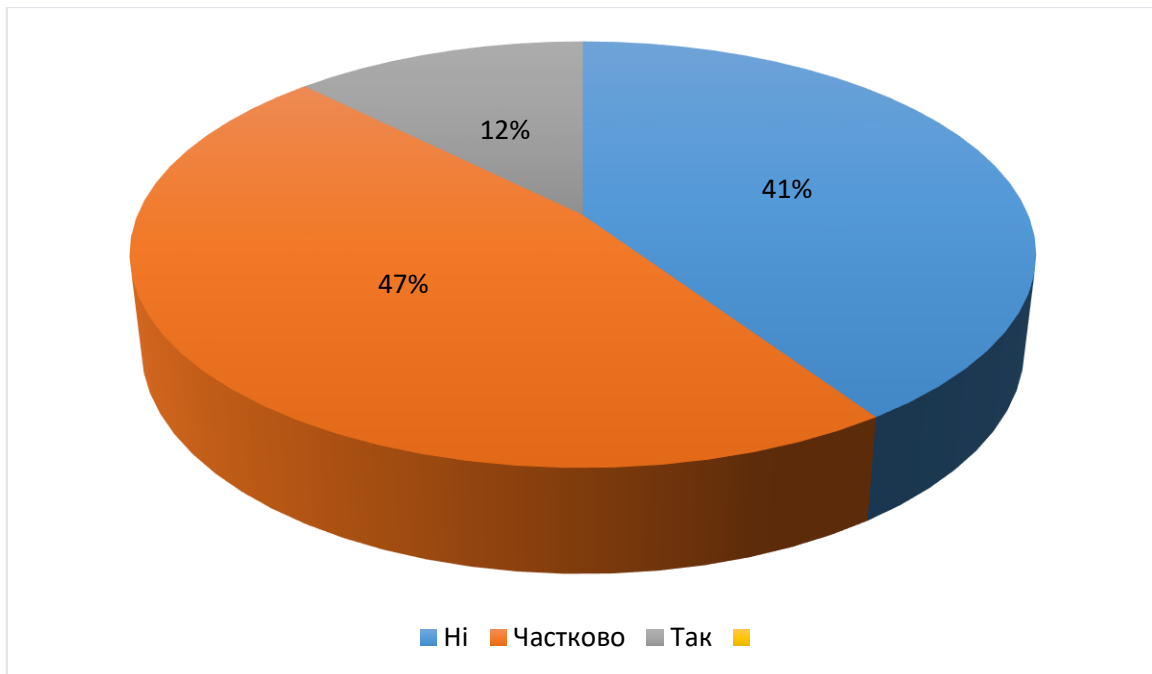


Рис. 2.5. Розподіл відповідей респондентів на запитання про ймовірну схожість за рисами характеру майбутнього подружнього партнера на батька

Ми поцікавилися у студентів: «Які риси характеру батька ви б хотіли, щоб були у вашого партнера?» й отримали дуже широкий спектр відповідей – рис характеру переважно за маскуліним типом: доброта (9), порядність, впевненість, мужність, вірність (6), відповідальність (4), турботливість, надійність, чесність, працьовитість (по 5 респондентів), цілеспрямованість, чесність, щирість, почуття гумору, любов до дітей, врівноваженість (по 3), товариськість, рішучість, вміння вислухати, терплячість, охайність, відкритість (по 2), саморозвиток, добросовісність, уважність, оптимізм, стійкість власної думки, щедрість, сила духу, міцність, співчуття, любов до тварин, чуйність. Трое осіб відповіли, що жодних батькових рис вони б не хотіли бачити у їхньому партнерові, і всі вони із сімей із неблагополучним кліматом, роз'єднаними емоційними стосунками й авторитарним стилем виховання. Отримані дані дають підстави стверджувати, що неблагополучний емоційний клімат у сім'ї, авторитарний стиль виховання, роз'єднані емоційні стосунки із членами сім'ї, а особливо по чоловічій лінії, з батьком і братами є чинниками вибору шлюбного партнера – з відмінними настановами як у батьківській сім'ї.

Оскільки значна кількість опитуваних досліджуваної вибірки (41%) не хотіли б у своєму партнерові «бачити» рис батька, то ми поцікавились, «Яких саме батькових рис характеру ви б не хотіли, щоб мав ваш партнер?». Відповіді отримали наступні: впертість, імпульсивність 7, емоційна холодність, зневажання думки іншого (по 3), відстороненість, лінь, принциповість, замовчування власної думки (по 2), надмірний аскетизм і відсутність домагань в житті, перекладання відповідальності, заздрість, імпульсивність, приховування, закритість, невпевненість, агресивність, консервативність. Зазначені відповіді свідчать про необхідність під час підготовки молоді до вступу у шлюб навчання навичкам ненасильницького спілкування, яке передбачає прояв емпатії та самоемпатії, поваги почуття гідності людини, а також навчання із розвитку емоційного інтелекту.

Ми запитали у студентів, «Чи хотіли б ви відтворити модель стосунків батьківської сім'ї?». Ствердну відповідь дали 18,75 %, заперечну – 34,4 % і 46,9% хотіли б, але частково (див. рис.2.6).

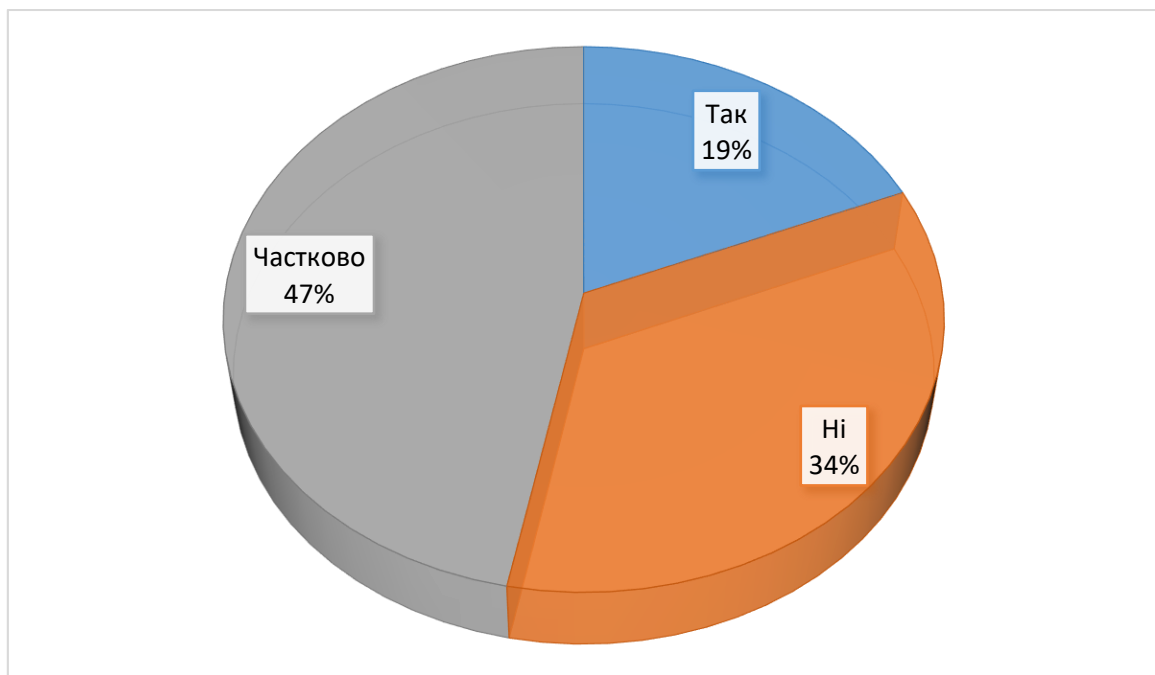


Рис. 2.6. Розподіл відповідей респондентів на запитання «Чи хотіли б ви відтворити модель стосунків батьківської сім'ї?».

Як бачимо з рисунку, для більшості студентів модель стосунків батьків є зразком для наслідування, однак не «сліпого» копіювання.

Перевірка наявності значущих кореляційних зв'язків між показниками «психологічний клімат у батьківській сім'ї», «стиль виховання» та бажанням відтворити модель стосунків батьківської сім'ї показала, що взаємозв'язок є. Відповідно, коефіцієнт кореляції Пірсона $r = 0,75$ та $r = 1$, значущість $-1 \leq R_{xy} \leq 1$. Чим ближчий цей показник до 0, тим менший зв'язок, чим ближчий він до 1, тим зв'язок тісніший. Студенти з сімей із неблагополучним сімейним кліматом і суворим контролем з боку батьків не готові відтворювати батьківську модель взаємин.

Студенти аналізують, критично розмірковують і готові запозичувати лише те, що відповідатиме їхнім потребам та потребам їхньої сім'ї. Ми поцікавилися у жінок «Які саме батьківські настанови ви хотіли б запозичити у батьківській сім'ї?». Відповіді отримали наступні:

- Любов (8);
- Підтримка один одного у будь-якій ситуації (8) - «Як би важко не було, рано чи пізно виходить сонце; не зважай на те, що говорять люди про тебе за спиною, якщо вони не можуть сказати цього в обличчя», «Ти заслуговуєш на найкраще»;
- Вирішувати конфлікти й говорити про те, що турбує, не сваритися при дітях (6);
- Вміння вислухати свого партнера, вміння поступитися партнерові (4);
- Повага (4);
- Здатність поважати особистий простір, дозволити кожному займатися своїми справами (3)– «Кожен член сім'ї повинен мати достатньо часу, щоб займатися хобі, тим що приносить задоволення»;
- «Думай не тільки про себе, а і про інших»;
- З розумінням відноситись до будь якого вибору та ситуації (3) – «Дозволяти дорослим дітям формувати власні цінності та бачення світу»;
- Турбота (3) - «Одягайся тепліше, щоб тобі не було холодно. Подзвониш, як доїдеш. Прийдеш додому, поїж»;
- Довіра (3);

- Відкритість (2);
- Не здаватися – «Притча про жабку, яка потрапила у безвихідну ситуацію і не знала що робити, але так активно барахтала лапками, що збила вершки в масло і вибралась з бочки»;
- «Разом ходити до церкви щонеділі та по святах»;
- «Батьківська модель спільного сімейного бюджету»;
- Відчуття впевненості;
- «Не обирай партнера у якого уже є сім'я»;
- «Не заводьте дітей аби врятувати шлюб».

Отже, опитувані студенти готові запозичити у батьківській сім'ї такі цінності як любов, повага, підтримка, турбота, довіра, вміння вирішувати конфлікти й розуміти іншого, відкритість і безпека. Однак є настанови, від яких студенти готові відмовитися, а саме:

- «Жінка – це постійна домогосподиня, на ній завжди кухня, діти і порядок в домі», «Жінка має слухати чоловіка, чоловік сам має забезпечувати сім'ю, жінка виконує лише хатню роботу а чоловік більш важку», «Чоловік зобов'язаний забезпечувати» (7);
- «Не відчувай (не гнівайся, не смійся так голосно при людях)», «Дорослі – не плачуть» (дорослі - в значенні діти від 7 років) (2);
- «Що ж подумують люди?!», «Потрібно любити і поважати усіх близьких і родичів, навіть, якщо вони не дуже хороші люди» (3);
- «Не обговорювати складні ситуації» (2);
- «Треба знайти чоловіка до 25 років бо потім вже мій “термін дії” закінчується (тато)»;
- «Різниця у віці з чоловіком не більше 10 років»;
- «Нова сім'я має жити з батьками»;
- «Не вимагати від дітей виконання тих правил, які не виконують батьки (батьки мають бути прикладом для дітей, тому правила одні для всіх)»;
- «Ти повинна нас слухатись тому що ми старші»;

- «Порушувати кордони іншого»;
- «Я у твоєму віці...»;
- «Не обговорювати з дітьми свої стосунки з партнером»;
- «Потрібно часто економити».
- «З боку батька – агресія, імпульсивність, невміння чути та прислухатися до інших, недовіра одне до одного і будь-які види психологічних маніпуляцій»;
- Байдужість, ігнорування, засудження.

Отже, з відповідей респондентів ми дізнаємося про те, що вони не хотіли б відтворювати у майбутніх сім'ях жорсткі правила розподілу ролей за типом патріархальної сім'ї (жінка – домогосподиня, чоловік – здобувач, діти беззаперечно підкорюються батькові), бажали б вільно висловлювати власні емоції, звільнитися остраху думки інших і відкрито висловлювати власні думки, обговорювати складні ситуації з партнером, без залучення дітей. Також жінки готові відмовитися від багатьох інших гендерних стереотипів, які стосуються різниці у віці партнерів та терміну вступу жінки у шлюб. Також ми бачимо непоодинокі прояви психологічного насилля між партнерами і в дитячо-батьківських стосунках, яке аналізується і не визнається студентами. Це ігнорування, порівняння «Я у твоєму віці», засудження та ін.

Відповідь на наступне питання «Чи погоджуєтеся ви із твердженням «Сучасним молодим людям зовсім не обов'язково реєструвати свої стосунки. Процедури укладання шлюбу безнадійно застаріли» підтвердила нашу думку про те, що сучасна молодь все ж дотримується традиційних канонів шлюбу. Так, лише 18,7% погодились із даним твердженням. А от щодо наступного питання - «Чи погоджуєтеся ви із тим, що сучасна жінка може народити дитину для себе і без шлюбу, оскільки бути мамою-одиначкою тепер зовсім не соромно», то відповіді респондентів також підтвердили попередні наші міркування про те, що молодь менше орієнтується на думку соціуму. Так, 62.% % погодились із даним твердженням.

Наступним етапом емпіричного дослідження було вивчення рольових установок і домагань у шлюбі. Результати опитувальника рольових установок та домагань у шлюбі представлено у табл. 2.1.

Таблиця 2.1.

Результати опитувальника рольових установок та домагань у шлюбі

№	Назва шкали	Середнє значення		Шкала оцінок (загальна вибірка)
		Уся вибірка (100%)	Студенти з сімей із несприятливим кліматом (21,9% із загальної вибірки)	
1.	Інтимно-сексуальна шкала	4,4	5,2	Середні оцінки
2.	Шкала особистісної ідентифікації із партнером	8,0	7,0	Високі оцінки
3.	Господарсько-побутова шкала: Підшкала «рольові очікування»	6,6	6,5	Середні оцінки
	Підшкала «рольові домагання»	6,0	4,7	Середні оцінки
4.	Батьківсько-виховна шкала: Підшкала рольових очікувань	7,5	6,5 (середні оцінки)	Високі оцінки
	Підшкала рольових домагань	4,0	3,2 (низькі оцінки)	Середні оцінки
5.	Шкала соціальної активності: Підшкала «рольові очікування»	7,0	6,2 (середні оцінки)	Високі оцінки
	Підшкала «рольові домагання»	7,9	7,3	Високі оцінки
6.	Емоційно-психотерапевтична шкала: Підшкала «рольові очікування»	8,3	7,7	Високі оцінки
	Підшкала «рольові домагання»	7,7	7,5	Високі оцінки
7.	Шкала зовнішньої привабливості: Підшкала «рольові очікування»	7,0	7,7	Високі оцінки
	Підшкала «рольові домагання»	7,6	6,8	Високі оцінки

За шкалою значимості *сексуальних стосунків* у шлюбі середній бал тверджень респондентів із загальної вибірки – 4,4. Це середній показник, близький до низького, що інтерпретується як недооцінка сексуальних взаємин у шлюбі. У жінок з сімей із неблагополучним кліматом цей показник незначно вищий – 5,2.

За шкалою *особистісної ідентифікації* середній бал тверджень – 8. У жінок з сімей із неблагополучним кліматом – 7. Це високі показники, які відображають установку респондентів на очікування спільності інтересів, потреб, ціннісних орієнтації, способів проведення дозвілля.

Господарсько-побутова шкала вимірює установку чоловіка й жінки на реалізацію господарсько-побутової функції родини. Ця шкала, як і всі наступні, має дві підшкали: «рольові очікування» й «рольові домагання». Оцінки підшкали «рольові очікування» розглядаються як ступінь очікування від партнера активного вирішення побутових питань. Середнє значення оцінок – 6,6, що означає про невисокі вимоги жінок до участі партнера в організації побуту й, відповідно, до господарсько-побутових вмінь і навичок партнера. Підшкала «рольові домагання» отримала 6 балів, відображає установки на власну активну участь у веденні домашнього господарства і середню значимість побутової організації родини. У жінок із несприятливим психологічним кліматом ця значимість ще менша (середній бал 4,7).

Батьківсько-виховна шкала дозволяє оцінювати ставлення чоловіка й дружини до своїх батьківських обов'язків. Високі бали (7,5) тверджень підшкали рольових очікувань показують виразність установки респондентів усієї вибірки на активну батьківську позицію партнера. Середні бали (6) тверджень підшкали рольових домагань свідчать про орієнтацію жінок на власні обов'язки у вихованні дітей.

Загальна оцінка шкали розглядається як показник значимості для подружжя батьківських функцій. Середня оцінка за шкалою (6,7) вказує на невисоке значення ролі матері. Можна припустити, що для респондентів даної вибірки материнство не на часі і не вважається основною цінністю життя, вони

орієнтуються на активну батьківську позицію партнера. У жінок із несприятливим психологічним кліматом цінність батьківства, зокрема власної ролі матері й материнських обов'язків у вихованні дітей ще нижча. Відповідно, середні бали тверджень підшкал нижчі – 6,5 і 3,2, а загальна оцінка шкали – 4,8.

Шкала *соціальної активності* відображає установку на значимість зовнішньої соціальної активності (професійної, суспільної) для стабільності шлюбно-сімейних стосунків. Високі оцінки (7,0) тверджень підшкали «рольові очікування» вказує на орієнтацію жінок усієї вибірки на те, що шлюбний партнер повинен мати серйозні професійні інтереси, грати активну суспільну роль. Ще вищі показники тверджень підшкали «рольові домагання» (7,9) ілюструють виразність власних професійних потреб жінок, значимість позасімейних інтересів, що є на даний час основними цінностями в процесі міжособистісної взаємодії чоловіка й жінки. Суттєвої відмінності у середніх оцінках тверджень за даною шкалою у студентів з сімей з несприятливим кліматом немає.

Емоційно-психотерапевтична шкала виражає установку на значимість емоційно-психотерапевтичної функції шлюбу. Високі бали за твердженнями підшкали «рольові очікування» (8,3) вказують на високий ступінь орієнтації жінок на те, що шлюбний партнер візьме на себе роль емоційного лідера в родині в питаннях корекції психологічного клімату в родині, надання моральної й емоційної підтримки, створення «психотерапевтичної атмосфери». Такі ж високі бали тверджень підшкали «рольові домагання» (7,7) відображають прагнення досліджуваного бути сімейним «психотерапевтом». Можемо стверджувати про високий показник значимості для партнерів взаємної моральної й емоційної підтримки членів родини, орієнтації на шлюб як середовище, що сприяє психологічній розрядці й стабілізації.

Шкала *зовнішньої привабливості* допомогла оцінити ступінь значимості зовнішнього вигляду для респондентів, його відповідність стандартам сучасної моди. Так, високі бали тверджень підшкали «рольові очікування» загальної вибірки (7,0) свідчить про виразність бажання мати зовні привабливого партнера. Ще вищі бали тверджень підшкали «рольові домагання» (7,6)

ілюструють установку на власну привабливість, орієнтації жінок на сучасні зразки зовнішнього вигляду. У студентів із сімей з несприятливим психологічним кліматом середні оцінки тверджень даної шкали дещо нижчі, але також наближені до високих і вказують на значущість зовнішньої привабливості

Таким чином, отримані результати дозволили охарактеризувати уявлення респондентів про ієрархію сімейних цінностей: значимими сферами життєдіяльності майбутньої родини є особистісна ідентифікація з партнером, соціальна активність, психотерапевтична підтримка у шлюбі. Особливо відзначимо високий показник значимості для партнерів взаємної моральної й емоційної підтримки членів родини, орієнтації на шлюб як середовище, що сприяє психологічній розрядці й стабілізації. Водночас спостерігаються невисокі вимоги й низька оцінка господарсько-побутової функції сім'ї. Ще менш поцінованою є батьківсько-виховна функція сім'ї.

На основі отриманих даних також можемо робити висновки про орієнтації респондентів у виборі шлюбного партнера: зовні привабливого; із спільними інтересам, потребами, ціннісними орієнтаціями, способами проведення дозвілля; з активною рольовою поведінкою у виконанні батьківських обов'язків; з високими професійними інтересами й домаганнями, активною суспільною позицією і роллю; як на емоційного лідера в родині в питаннях корекції психологічного клімату в родині, надання моральної й емоційної підтримки, створення «психотерапевтичної атмосфери». На даному етапі жінки не висувують високих вимог до участі партнера в організації побуту й, відповідно, до господарсько-побутових вмінь і навичок.

Отримані результати засвідчили про власну активну позицію респондентів у процесі реалізації сімейних функцій (психотерапевтична місія, соціальна активність, спільне проведення дозвілля), виразність власних професійних потреб жінок, значимість позасімейних інтересів та зовнішньої привабливості й орієнтації жінок на сучасні зразки зовнішнього вигляду.

Висновки до розділу 2

Більшість студентів (46,6 %) готові частково відтворити модель стосунків батьків. Водночас студенти аналізують, критично розмірковують і готові запозичувати лише те, що відповідатиме їхнім потребам та потребам їхньої сім'ї. Опитувані готові запозичити у батьківській сім'ї такі цінності як любов, повага, підтримка, турбота, довіра, уміння вирішувати конфлікти й розуміти іншого, відкритість і безпека. Однак є настанови, від яких студенти готові відмовитися. Вони стосуються правил розподілу ролей за типом патріархальної сім'ї (жінка – домогосподиня, чоловік – здобувач, діти беззаперечно підкорюються батькові), вільного вираження емоцій, звільнення від остраху щодо думки інших і відкритого висловлення власних думок, обговорення складних ситуацій з партнером, без залучення дітей. Жінки готові відмовитися від деяких гендерних стереотипів, які стосуються різниці у віці партнерів та терміну вступу жінки у шлюб, а також роздільного проживання молоді сім'ї. Також ми бачимо непоодинокі прояви психологічного насилля між партнерами і в дитячо-батьківських стосунках, яке також аналізується і не визнається студентами. Причиною конфліктів у сім'ях є зневага й ігнорування, відсутність підтримки, взаєморозуміння, спільних інтересів, присоромлення й осуд, наявність коаліцій у сім'ї і перевернутої ієрархії, нестриманість в емоціях членів сім'ї.

На основі отриманих даних також можемо робити висновки про орієнтації респондентів у виборі шлюбного партнера: зовні привабливого; із спільними інтересами, потребами, ціннісними орієнтаціями, способами проведення дозвілля; з активною рольовою поведінкою у виконанні батьківських обов'язків; з високими професійними інтересами й домаганнями, активною суспільною позицією і роллю; емоційного лідера в родині в питаннях корекції психологічного клімату в родині, надання моральної й емоційної підтримки, створення «психотерапевтичної атмосфери»; зі схожими рисами як у батька, такими як доброта (9), порядність, впевненість, мужність, вірність (6),

відповідальність (4), турботливість, надійність, чесність, працьовитість (по 5 респондентів), цілеспрямованість, чесність, щирість, почуття гумору, любов до дітей, врівноваженість (по 3), товариськість, рішучість, вміння вислухати, терплячість, охайність, відкритість (по 2) та ін.

Трое осіб відповіли, що жодних батькових рис вони б не хотіли бачити у їхньому партнерові, і всі вони із сімей із неблагополучним кліматом, роз'єднаними емоційними стосунками й авторитарним стилем виховання. Отримані дані дають підстави стверджувати, що неблагополучний емоційний клімат у сім'ї, авторитарний стиль виховання, роз'єднані емоційні стосунки із членами сім'ї, а особливо по чоловічій лінії, з батьком і братами є чинниками вибору шлюбного партнера – з відмінними настановами як у батьківській сім'ї.

Натомість студенти наголошують на наступних несумісних рисах партнера у шлюбі: впертість, імпульсивність 7, емоційна холодність, зневажання думки іншого (по 3), відстороненість, лінь, принциповість, замовчування власної думки (по 2), надмірний аскетизм і відсутність домагань в житті та ін. Зазначені відповіді свідчать про необхідність під час підготовки молоді до вступу у шлюб навчання навичкам ненасильницького спілкування, яке передбачає прояв емпатії та самоемпатії, поваги почуття гідності людини, а також навчання із розвитку емоційного інтелекту.

На даному етапі жінки не висувають високих вимог до участі партнера в організації побуту й, відповідно, до господарсько-побутових вмінь і навичок. В есе майбутньої сім'ї також відсутні метафор на кшталт «вулик». «мурашник», які вказують на необхідність кропіткої злагодженої щоденної праці задля забезпечення функціонування сім'ї.

Отримані результати засвідчили про власну активну позицію респондентів у процесі реалізації сімейних функцій (психотерапевтична місія, соціальна активність, спільне проведення дозвілля), виразність власних професійних потреб жінок, значимість позасімейних інтересів та зовнішньої привабливості й орієнтації жінок на сучасні зразки зовнішнього вигляду.

Психосемантичний аналіз метафори студентів дозволив зробити висновок про сформоване уявлення у студентів сім'ї як соціальної інституції, яка функціонує за певними правилами, в якій панує ієрархія. В описах чітко прослідковують актуальні потреби студентів, які вони реалізують і сподіваються реалізувати у майбутніх стосунках, зокрема в опорі, у стосунку і приналежності, а також дещо романтизоване уявлення стосовно сфер відповідальності. Результати опитувальника підтвердили значущість психотерапевтичної функції й особистої ідентифікації з партнером. Найвищий показник значимості для партнерів взаємної моральної й емоційної підтримки членів родини, орієнтації на шлюб як середовище, що сприяє психологічній розрядці й стабілізації. Водночас спостерігаються невисокі вимоги й низька оцінка господарсько-побутової функції сім'ї.

Ще менш поцінованою є батьківсько-виховна функція сім'ї. Для респондентів даної вибірки материнство не на часі і не вважається основною цінністю життя, вони орієнтуються на активну батьківську позицію партнера. У жінок із несприятливим психологічним кліматом цінність батьківства, зокрема власної ролі матері й материнських обов'язків у вихованні дітей ще нижча.

Також ми помітили той факт, що в студентів із несприятливим кліматом у батьківській сім'ї існує дещо ідеалізоване уявлення про майбутню або вони описують її як «тепло», «затишок». Вона точно має бути не така як у батьків, відсутня реальна картина з розподілом обов'язків, чіткою ієрархією. Натомість є поетичні описи про любов і взаєморозуміння, що, як ми припускаємо, свідчить про актуальність забезпечення базової потреби у любові. Порівняльний аналіз генограми сім'ї й опису психологічного клімату в есе показав, що там, де присутній несприятливий клімат, спостерігаються роз'єднанні стосунки між поколіннями. Причому паттерн поведінки повторюється у декількох поколіннях по материнській або батьківській лінії.

Отже, сучасна молодь дотримується традиційних канонів шлюбу і вважає важливим зареєстроване співжиття у шлюбі, готова частково відтворювати батьківські настанови та моделі шлюбних стосунків у власних сім'ях. Студенти

чітко виокремлюють, які саме настанови батьків є конструктивними, а які деструктивними для них. Разом з тим недостатньо поцінованими виявилися такі функції сім'ї як господарсько-побутова, батьківсько-виховна й сексуальна. Це може бути пов'язано із недостатньою актуальністю їх на даний момент, поки сім'ї не створено. Водночас великого значення набуває функція позасімейної активності й самореалізації.

Водночас молодь менше орієнтується на думку соціуму. Так, 62.9% погодилися із даним твердженням, що сучасна жінка може народити дитину і без шлюбу. Страх осуду і засудження з боку соціуму є однією із тих батьківських настанов, які б студенти не хотіли відтворювати у власних сім'ях. Тому ще одним напрямом роботи із молоддю на етапі підготовки до вступу у шлюб є вироблення суджень і уявлень стосовно гендерних стереотипів та їх ролі у функціонуванні сім'ї, формування соціальних навичок.

РОЗДІЛ III.

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГА ЩОДО УСВІДОМЛЕНОГО ВИБОРУ ЖІНКАМИ ШЛЮБНОГО ПАРТНЕРА

3.1. Модель психологічного супроводу усвідомленого вибору жінками шлюбного партнера

Психологічний супровід усвідомленого вибору шлюбного партнера особистості - це комплексний розвиток психологічних особливостей особистості, необхідних для здійснення свідомого життєвого вибору, у тому числі й оптимального вибору шлюбного партнера: рефлексії, локусу контролю, спрямованості на самоактуалізацію та її компонентів (орієнтації у часі, креативності, автономності, спонтанності і т.і.), ненасильницької комунікації, турботи про психічне здоров'я, а також отримання знань з основ шлюбно-сімейних стосунків [34]. Модель психологічного супроводу зображено на рис. 3.1.



Рис. 3.1. Модель психологічного супроводу усвідомленого вибору подружнього партнера особистості

Перший блок моделі – самоактуалізація - включає тренінгову програму “Стань автором власного життя або три «С»”, яка стосується вибору справи життя, стилю життя і стилю шлюбу, розвитку соціальних навичок, необхідних для гармонійної взаємодії у сім’ї. У Додатку Г представлено приклад тренінгового заняття. Розробка усієї програми є перспективою наших подальших досліджень.

Другий блок моделі передбачає розвиток критичного мислення й уміння ухвалювати рішення. Вправи цього блоку представлено у пункті 3.2.

Третій блок моделі включає розвиток компетентностей, необхідних кожному без виключення, умінь і навичок збереження психічного здоров’я. Вправи і рекомендації представлено у пункті 3.2.

Наступний блок передбачає розширення сфери уявлень і знань молоді про сім’ю та шлюбно-сімейні стосунки, гендерні стереотипи, становлення батьківства, тренінг батьківської ефективності. Інтерактивні заняття з основ сімейного життя також є перспективою подальших досліджень.

Ще один блок – психодіагностичний, який водночас виконує й психокорекційну функцію - це аналіз сімейної історії – аналіз генограми, що допомагає осмисленню паттернів поведінки минулих поколінь та їхній вплив на сьогодення, зокрема на вибори, побудову сімейної комунікації, порівняльний аналіз особливостей батьківської і власної сім’ї або власних уявлень про майбутню сім’ю з метою усвідомлення впливу з боку батьківської сім’ї. Метод генограми сім’ї описано у пункті 2.1. та в Додатку Б.

Модель включає також розвиток навичок ненасильницького спілкування (автор теорії американський психолог і психотерапевт Маршал Розенберг) і проходження учасниками циклу інтерактивних занять, присвячених цій темі. Тематика та зміст занять ННС представлено у Додатку В.

Упровадження моделі дасть змогу усвідомити вплив батьківських настанов на вибір подружнього партнера, що, своєю чергою, зумовить підвищення особистісної відповідальності за власні стосунки та вплине на їх покращення.

3.2. Психологічний інструментарій в роботі психолога щодо формування усвідомленого вибору шлюбного партнера

Запропоновані інструменти використовуються як в індивідуальній, так і в груповій тренінговій роботі з студентами. Їхня мета – сприяти усвідомленому вибору шлюбного партнера й виробленню уміння ухвалювати рішення, незалежні від думок й оцінок оточення.

Блок вправ, присвячений розвитку критичного мислення й уміння ухвалювати рішення [6; 7; 39].

Вправа «Звана вечеря з кумиром»

Мета: відпрацювати навички переконання і вміння знайти аргументи на користь своєї позиції.

Процедура виконання. Групі пропонується уявити, що у кожного з присутніх є можливість поужити з цікавою людиною. Це може бути знаменитість сьогодення, або історична фігура минулого, або звичайна людина, яка справила на вас враження в якийсь момент життя. Кожен повинен вирішити для себе, з ким він хотів би зустрітися, і чому. Потрібно записати ім'я свого героя на аркуші паперу і поділитися на пари, потім треба вирішити з ким із героїв ви будете зустрічатися. Після цього пари об'єднуються в четвірки і проробляють те ж саме, пізніше об'єднується вся група і вибирає одного героя.

Питання для обговорення: 1. Чому залишився саме цей герой? 2. Чи легко було поступатися і чому ви поступалися? 3. Які почуття ви відчували, коли з вами не погоджувалися? 4. Що ви відчували, коли з вами погоджувалися? 5. Чи часто Ви в житті стикаєтеся з ситуацією вибору?

Вправа «Три скрині»

Мета: сприяти системній роботі з інформацією, актуалізувати у студентів аналітичне та критичне мислення.

Студентам пропонується ситуація. «Ви у червні плануєте весілля. Уявіть, що ще пів року тому ви разом з партнером вирішили провести свій медовий місяць у липні за кордоном, у Любліні. Квитки на рейс вже куплені, готова розважальна програма та заброньований готель. Однак, світ накрив коронавірус.

Епідеміологічна ситуація напружена, карантинні обмеження часто змінюються. Вам необхідно оцінити усі ризики цієї поїздки, використовуючи технологію 3-х скринь і прийняти рішення».

Тепер потрібно послідовно наповнити інформацією три скрині. Перша скриня (наповнюється ризиками): що поганого може статися? Щоб її заповнити, потрібно відповісти якомога детальніше на питання: «Якщо ми приймаємо це рішення, які неприємності можуть нас очікувати?» Друга скриня (наповнюється реальними загрозливими сценаріями розвитку подій): які з ризиків дійсно реальні? Яким може бути найгірший сценарій реалізації реальних ризиків? Щоб її наповнити, потрібно оцінити реальну загрозу кожного ризику, що є в першій скрині, сформулювати можливий «негативний сценарій» розвитку подій. «Що нам загрожує, якщо відбудеться ...?» або «Що найстрашніше може статися, якщо ...?», «Наскільки ймовірно, що станеться...?» Третя скриня: що можна зробити, щоб запобігти або протистояти деструктивному розвитку подій? Методом «мозкового штурму» потрібно знайти способи захисту і протидії «негативним сценаріям»: «Що можна зробити, якщо станеться, це ...?».

Після застосування цієї методики, студенти мають дати відповіді на наступні питання: Які наслідки матиме втілення цієї ідеї? Чим ви ризикуєте, вибираючи конкретний сценарій?

Обговорення. По закінченню вправи, викладачем задаються запитання: Які ефекти групового рішення ви помітили у ході виконання вправи? Група називає та дискутує. Викладач пропонує придумати шляхи запобігання виникненню цих групових ефектів

Рольова гра «Бункер»

Психологічний сенс гри: відпрацювання вміння відстоювати свої інтереси, вдаючись до різних способів впливу, а також навичок групової взаємодії. Крім того, гра спонукає учасників задуматися над своїми ціннісними орієнтаціями.

Учасникам дається інструкція: «На Землі вибухнула ядерна війна. Однак вам пощастило, і в момент бомбардування ви опинилися в спеціальному бомбосховищі - герметичному бункері. Вибух стався зовсім недалеко від вас,

зверху все зруйновано, живих нікого не залишилося, і рівень радіації такий, що людина гине протягом декількох хвилин. Однак ваш бункер вцілів, і в ньому є запаси повітря, їжі, води і палива, достатні для того, щоб прожити цілий рік. Є надія, що за цей час рівень радіації на поверхні зменшиться настільки, що можна буде залишити бункер і почати жити, як і раніше. Однак що відбувається в інших частинах Землі, ви не знаєте. Цілком можливо, що загинуло все людство, а значить, саме вам, вийшовши через рік з бункера, належить заснувати нову цивілізацію». Після цього учасникам дають перелік ролей тих, хто опинився в бункері, і пропонують розподілити їх (краще, якщо учасники зроблять це самостійно, проте якщо протягом 2-3 хвилин це не вдасться, доведеться вдатися до жеребкування). Можливий перелік ролей:

1. Дівчинка-підліток, 14 років, восьмикласниця. Добре вчиться, спортивна, красива. Але володіє нестійкою нервовою системою, і історія з атомним бомбардуванням привела її в такий шок, що вона тільки плаче і нічого не може сказати. Закохана у хлопця-підлітка 16 років, який також опинився в бункері.

2. Хлопець-підліток, 16 років, десятикласник. У школі мав репутацію двієчника і бовдура, проте фізично здоровий, сильний і спритний, займався легкою атлетикою. Закоханий в дівчинку 14 років, яка теж опинилася в бункері.

3. Дівчина, 19 років, студентка театрального інституту. Чарівна та приваблива, але крім гри на сцені робити нічого не вміє. Чекає дитину, перебуває на п'ятому місяці вагітності.

4. Дівчина, 21 рік, студентка випускного курсу медичного інституту. Однак вчилася вона так собі, і не зовсім зрозуміло, чи готова вона до того, щоб самостійно лікувати людей. Захоплюється шиттям.

5. Чоловік, 22 роки, студент інституту фізичної культури. Абсолютно здоровий, фізично дуже міцний. Має досвід служби в МНС. Однак схильний до конфліктного поведіння, з МНС був звільнений за бійку на робочому місці.

6. Жінка, 24 роки, психолог. Займалася дослідженнями, готувалася захистити дисертацію. Має досвід роботи шкільним учителем. Вільно володіє англійською мовою.

7. Чоловік, 30 років, бойовий офіцер. Служив в стратегічних ракетних військах, знає, як вести себе, щоб вижити після атомного бомбардування. Зловживає спиртним.

8. Жінка, 34 роки, вчителька історії. Непогано знає історію і культуру людства, вміє виховувати і навчати дітей. Однак своїх дітей у неї немає, і вона навряд чи зможе їх мати через стан здоров'я.

9. Чоловік, 51 рік, професор, фізик-ядерник. Крім своєї спеціальності компетентний і у інших галузях, пов'язаних з технікою (електроніка, будівництво, системи зв'язку). Останнім часом часто скаржився на сильні болі в серці.

10. Жінка, 60 років, агроном. Знає, як налагодити виробництво сільськогосподарської продукції навіть в несприятливих умовах. Захоплюється кулінарією.

Коли ролі розподілені, дається друга частина інструкції: «Але раптом виявилось, що справи в вашому бункері не такі вже й добрі - ви відчули різкий брак кисню, стало важко дихати. Виявляється, система забезпечення повітрям в бомбосховищі розрахована на меншу кількість людей, ніж в ньому виявилось! Отже, кимось доведеться пожертвувати, інакше задихнуться і болісно загинуть усі ... Виберіть тих, кому доведеться вийти з бункера на поверхню, на вірну смерть. Пам'ятайте: в бункері повинні в кінцевому підсумку залишитися саме ті, хто є найважливішими для побудови нової цивілізації. Однак кожен з вас, природно, хоче вижити сам і добровільно пропонувати свою кандидатуру на вихід з бункера не стане, а навпаки, спробує довести, що саме він важливий для майбутньої цивілізації і гідний вижити! Однак якщо переконати в цьому групу не вдасться, він буде змушений покинути бункер і загинути. У вас в запасі 5 хвилин для прийняття рішення, потім запаси кисню виявляться вичерпаними і ви почнете задихатися». При визначенні того, скільки місць буде в бункері і, відповідно, скільки осіб повинні бути виключені, рекомендується керуватися наступною таблицею: Число учасників гри / Кількість місць в «бункері» 6 / 4; 7-8 / 5; 9-10 / 6; 11-12 / 7. Коли у грі бере участь більше 12-13 студентів, то краще

не додавати нові ролі, а розбити групу на дві підгрупи і провести в них гру паралельно, запропонувавши їм однаковий перелік ролей. На стадії обговорення буде цікаво порівняти, кого вибрали представники різних підгруп і чим вони при цьому керувалися. Учасникам дається 10 хвилин на обговорення і прийняття рішення. Якщо через 10 хвилин група так і не визначилася, кому слід залишити бункер, ведучий нагадує, що дихати стає все важче, тому що повітря у бункері закінчується, і дає ще 2-3 хвилини на обговорення. Якщо і після цього група не прийшла до консенсусу, то дискусія зупиняється і учасники, які повинні покинути бункер, визначаються шляхом відкритого голосування.

Обговорення. Які мешканці бункера залишилися, а які «відправлені на той світ»? Кожен з виборів потрібно аргументувати. Які техніки впливу були використані учасниками при відстоюванні своїх позицій? Чи була це маніпуляція або використовувалися такі способи, як аргументація і прохання? У даній грі робиться акцент на тому, що в грі оцінюється не особистість учасників, а вміння відстоювати свою позицію на прикладі абстрактних ролей, і «приречені на загибель» є не студенти, а придумані персонажі, інтереси яких вони представляють.

Техніка прийняття рішень «Квадрат Декарта»

За допомогою техніки прийняття рішення «Квадрат Декарта» легко встановити найбільш значущі критерії вибору, а також оцінити наслідки будь-якого варіанту прийнятого рішення.

Кожному студенту пропонується розглянути дилему (наприклад, намір змінити професію / емігрувати / зайнятися підприємницькою діяльністю / одружитися або розлучитися і т.п., відповівши на 4 питання:

Що буде, якщо це станеться? (Що я отримаю, «+» від цього). Що буде, якщо цього НЕ станеться? (Все залишиться так, як було, «+» від неотримання бажаного). Чого НЕ буде, якщо це станеться? («-» від отримання бажаного). Чого НЕ буде, якщо це НЕ станеться? («-» від неотримання бажаного). У кожен квадрант потрібно вписати по 5-10 відповідей, при цьому намагатися дивитися

на питання максимально широко і не повторювати відповіді. А потім відібрати у кожному квадраті по 3 найважливіших пункти, проаналізувати їх.

Питання до обговорення: Як розширилося Ваше уявлення про вибір рішення? Чи згодні Ви з тими втратами, до яких може привести ваше рішення? Якщо ні, то яким чином можна прийняти рішення і уникнути втрат? Якими способами? Де, коли і як саме Ви почнете реалізацію рішення?

Блок вправ і рекомендацій, присвячений збереження психічного здоров'я, турботи про себе і долання зневіри [11; 13].

1. Основа психічного здоров'я – це стабільність, безпека. Якщо ми живемо у стабільному, розміреному форматі, тоді рівень тривоги менший, рівень психоемоційної напруги менший, інший дозований рівень відповідальності та адекватності. Отже, у першу чергу дбаємо про фізичну безпеку.
2. Управляти собою в часі - тайм-менеджмент, робити правильний розподіл обов'язків. Однією з технік тайм-менеджменту є квадрат Ейзенхауера. Він складається з чотирьох елементів: важливі справи, термінові, не важливі, і не термінові. Найбільша кількість відсотків має бути витрачена протягом робочого дня на важливі, але не на термінові справи. Бо тоді вони не стануть терміновими і не викликать стрес.
3. Робити тайм-аут, відпочивати. Коли людина у гонитві виконати всі свої обов'язки, виконує чисельні функції, тоді зрештою, що повинна зробити? Так, відпочити, зупинитися.
4. Для психіки потрібен баланс. З одного боку, така стабільність означає обмеженість, бо якщо все таке саме, тоді не вистачає чогось креативного, емоційно забарвленого. Натомість, якщо є лише нестабільність і непрогнозованість, тоді виникає тривога. Найважливіша рекомендація – це баланс між хочу і треба, між активністю і спокоєм. Потрібно стежити за кількістю обов'язків і відпочинку, напруги і розслаблення.
5. Важливою є зміна виду діяльності з одного на інший. Має бути збалансована кількість обов'язків і задоволення, чергування видів діяльності.

Вправи, метою яких є подолати недовіру до себе, безнадійність у певних життєвих ситуаціях, підсилити турботу про себе [13; 20].

Вправа «Нереалізовані сподівання»

Мета: Усвідомити негативні чинники, що призвели до безпорадності, безнадії, визначити, що завадило здійсненню сподівань. Активізувати механізми позитивної дезінтеграції через усвідомлення негативних впливів та нереальних сподівань на краще у майбутньому.

Інструкція: Пропонується пригадати надії та плани, які учасники з певних причин не змогли втілити в життя. Потрібно навпроти кожного сподівання намалювати причину, яка завадила його втіленню й обґрунтувати чому так склалося.

Необхідний час: 35 хвилин.

Обговорення: Вправа спрямована на позитивну дезінтеграцію, яка полягає в усвідомленні негативних чинників, що привели до відчуття безнадії в певних ситуаціях. Важливо акцентувати увагу на те, що ніколи не пізно повернути надію на реалізацію своїх конструктивних мрій в життя. Обговорюється не конструктивність думок, емоцій, дій в реальних ситуаціях.

Вправа «Ранок завтрашнього дня».

Мета: Розвивати готовність до досягнення певної цілі, оцінювати її у теперішньому часі, що дає можливість підсилювати надію у юнацькому віці.

Інструкція: «Уявіть собі, що наступив ранок завтрашнього дня. Ви прокинулись, відкрили очі, подивилися у вікно, побачили сонечко і посміхнулись. А зараз протягом 15 хвилин напишіть список своїх сподівань на сьогоднішній день, що ви прагнете зробити, що принесе вам радість, за що ви будете вдячні людям. Не намагайтеся підбирати правильні або не правильні, важливі або не важливі слова. Пишіть їх так, як вони вам приходять в голову».

Необхідний час: 25 хвилин.

Обговорення: Підкреслюється вміння узгоджено, через інтеграцію протилежностей досягати бажаного, не втрачаючи віри у свої сили.

Усвідомлюється бажання сподіватися в майбутньому на краще, водночас цінувати теперішній час, який і веде до реалізації мрій.

Вправа «Поводир».

Мета: Виявити позитивні і негативні прояви надії, підсилити сподівання на підтримку, переживання взаєморозуміння.

Інструкція: «Розбийтесь на пари. В кожній парі один з вас буде виконувати роль поводиря, інший - роль сліпця (очі будуть зав'язані). Через п'ять хвилин ви поміняєтесь ролями. Під час вправи ви повинні мовчати. Після закінчення поділіться враженнями про те, як бути поводитирем і відповідати за благополуччя того, кого ведеш, і навпаки, які надії ви покладаєте на поводиря. В яких життєвих ситуаціях, з Вашої точки зору, ми так взаємопов'язані?»

Необхідний час: 30 хвилин.

Обговорення: Аналізується готовність брати відповідальність на себе за іншого, визначається степінь довіри учасників іншим людям. Відпрацьовується оптимістичний сценарій взаємозв'язку між партнерами завдяки надії, водночас, усвідомлюються і недоліки цього процесу.

Вправа «Я надіюсь...»

Мета: Виявити прагнення до інтеграції позитивних сподівань та оптимістичного сценарію майбутнього особистісного зростання. Усвідомити звільнення від страху, безнадійності у складних обставинах.

Інструкція: Розбийтесь на підгрупи по 5 осіб. Кожна підгрупа повинна переконливо обґрунтувати одне з вибраних наступних сподівань: «Я сподіваюсь, що буду виявляти толерантність у спілкуванні з іншими, тому що...», «Надіюсь завжди досягати поставлених життєвих цілей, тому що...», «Я сподіваюсь, що зрозумію причину життєвих невдач, зумію зробити правильні висновки і рухатися далі тому що...».

Необхідний час: 30 хвилин.

Обговорення: Під час обговорення актуалізується значення позитивних сподівань (надія, довіра до себе, турбота про себе) та значення позитивного ставлення до майбутнього.

Вправа «Лист вдячності та побажань»

Мета: Усвідомити цілісність суперечливих проявів надії, як більш збалансованого психічного явища.

Інструкція: Напишіть листа вдячності собі колишньому та висловіть свої надії на майбутнє. Яким ви бачите своє майбутнє, як ви почуваетесь у ньому?

Необхідний час: 30 хвилин.

Обговорення: Узагальнюються враження, спогади та спрямовуються на майбутні перспективи особистісного розвитку. Учасники виявляють суперечності з позицій позитивного ставлення до себе в теперішньому, минулому та майбутньому. Вправа допомагає приймати різночасові аспекти свого Я, усвідомлювати важливість теперішнього часу, що підсилює позитивне ставлення до свого минулого та майбутнього.

Вправа «Десять кімнат».

Мета: Усвідомити власну модель поведінки в різних емоційних станах.

Інструкція: «Уявіть собі, що ви живете в будинку, в якому 10 кімнат: надія, турбота про себе, страх, безнадійність, сум, довіра до себе, злість, агресія, самотність, самоефективність, любов. Намалюйте в кожній кімнаті її символи. І дайте відповідь на запитання: Як часто ви там буваєте, що робите? В якій кімнаті черпаєте сили, а в якій навпаки втрачаєте? Учасники ділять аркуш на 10 частин, в кожній записують вищеназвані якості і малюють символ».

Необхідний час: 35 хвилин.

Обговорення: Учасники обґрунтовують те, в яких кімнатах їм подобається знаходитись, а яких – ні, які почуття вони там переживають. Саме вміння керувати емоціями узгоджено дає надію у майбутньому вести здоровий спосіб життя та вміння оптимістично бачити себе як в теперішньому, так і майбутньому.

Вправа «Девіз щасливої людини»

Мета: Узагальнити набутий досвід.

Інструкція: «На основі знань, умінь та навичок, якими ви збагатились впродовж групової роботи, сформулюйте свій особистий девіз щодо майбутнього». Необхідний час: 10 хвилин.

Обговорення: Учасники визначають, який вислів вийшов найбільш влучним, аналізують, як девіз характеризує особистісне зростання його учасника.

Провідними умовами підвищення рівня надії, що сприятиме усвідомленому вибору шлюбного партнера, є: актуалізація усвідомлення значущості впевненості у своїх можливостях; поглиблення саморозуміння; зростання довіри до себе та самоприйняття; підсилення позитивного ставлення до власного майбутнього з активізацією осмислення цілісності часової перспективи, побудовою життєвого плану та професійним самовизначенням; сприяння зростанню впевненості в своїх здібностях з очікуванням успіху в поведінці, що впливає на розвиток самоефективності, а також зростання позитивного ставлення до майбутнього, самоефективності та прагнення особистісного розвитку.

Висновки до розділу 3

Студентський період життя є вирішальним для молодшої людини, коли закладається фундамент ціннісних орієнтацій, окреслюється проекція головних шляхів самореалізації на інших вікових етапах, активізуються пошуки у найглобальніших стратегічних напрямках життя: у визначенні власної життєвої позиції, професійному самовизначенні, виборі шлюбного партнера.

Усвідомлення студентами, зокрема жінками, важливості прийняття правильних стратегічних життєвих рішень є вагомим фундаментом досягнення успішності в цьому процесі. Саме тому діяльність психологічної служби у ВНЗ, шлюбних психологів має сприяти розвитку психологічної готовності студентів до прийняття стратегічних життєвих рішень. Особистісна готовність жінок до прийняття стратегічних життєвих рішень, зокрема вибору шлюбного партнера складається із ціннісно-мотиваційного, емоційно-пізнавального, цілеутворювального та операціонального компонентів та забезпечує здатність особистості до визначення власної життєвої позиції, успішного професійного та сімейного самовизначення.

На основі результатів теоретичного й емпіричного дослідження нами було розроблено модель роботи психолога щодо психологічного супроводу жінок у виборі шлюбного партнера. Модель включила компоненти самоактуалізації, психогігієни, набуття знань основ сімейного життя та сімейної історії, формування навичок ННС, критичного мислення й прийняття рішень. Упровадження моделі дасть змогу усвідомити вплив батьківських настанов на вибір подружнього партнера, що, своєю чергою, зумовлює підвищення особистісної відповідальності за власні стосунки та впливає на їх покращення.

ВИСНОВКИ

Узагальнення результатів теоретико-емпіричного дослідження впливу батьківських установок на вибір жінкою подружнього партнера дало змогу дійти таких висновків.

1. На підставі теоретичного аналізу проблеми вибору шлюбного партнера у різних психологічних концепціях виокремлено наступні критерії вибору: наявність у партнера доповнювальних рис характеру, компліментарності, можливості задоволення власних потреб у парі, рольова сумісність і можливість максимізації власної корисності за мінімізації витрат; виникнення атракції під час першої зустрічі партнерів, первинний потяг, фізична привабливість; відчуття комфорту, спільності у поглядах і цінностях; взаємні зобов'язання та близькість, поява відповідальної рольової поведінки, задоволення значущих потреб; схожіть моделей та структури влади батьківських сімей; гомогамність. Процес вибору проходить певні етапи зближення та фільтрації.

2. Здійснивши теоретичний аналіз батьківських установок як складової батьківства й системи емоційного ставлення, сприйняття та способів поведінки батьків з дитиною, та впливу батьківських установок на вибір шлюбного партнера, приходимо до наступного висновку. Зростаючи й здобуваючи досвід у батьківській сім'ї особистість засвоює батьківські установки декількох поколінь. Уявлення батьків, прабатьків про подружнього партнера, розподіл подружніх ролей та влади (когнітивний компонент), оцінки й ставлення (емоційний компонент), звичні паттерни поведінки також інтерналізуються. Передача батьківських установок відбувається у процесі виховання, безпосередньої взаємодії батьків, прабатьків і дітей. Стиль сімейного виховання є способом передання батьківських настанов. Вони стають стійкими утвореннями особистості – уявленнями, переконаннями, оцінками і ставленнями у канві уявлень про світ і себе, надають стабільності та спрямованості поведінці, є основою для здійснення важливих життєвих виборів, зокрема вибору шлюбного

партнера. На основі цього складного сплетіння, сформованого в процесі дитячо-батьківських взаємин, відбувається вибір шлюбного партнера.

3. Здійснивши емпіричне дослідження впливу батьківських установок на вибір жінкою шлюбного партнера, ми прийшли до наступних висновків. Вибір шлюбного партнера тісно пов'язані із психологічною атмосферою у батьківській сім'ї, стилем сімейного виховання, характерологічними особливостями батьків, зокрема батька, й способами вираження почуттів, в тому числі агресії в батьківських сім'ях, установками батьків щодо функціонально-рольової структури сім'ї, тобто розподілу влади і сфер відповідальності.

У студентів сформоване уявлення сім'ї як соціальної інституції, як системи, яка функціонує за певними правилами, в якій панує ієрархія. В описах чітко прослідковують актуальні потреби студентів, які вони реалізують і сподіваються реалізувати у майбутніх стосунках, зокрема в опорі, у стосунку і приналежності, а також дещо романтизоване уявлення стосовно сфер відповідальності. Результати опитувальника підтвердили значущість психотерапевтичної функції й особистої ідентифікації з партнером. Наявний високий показник значимості взаємної моральної й емоційної підтримки членів родини, орієнтації на шлюб як середовище, що сприяє психологічній розрядці й стабілізації. Водночас спостерігаються невисокі вимоги до участі партнера в організації побуту й низька оцінка господарсько-побутової функції сім'ї. В есе майбутньої сім'ї також відсутні метафори на кшталт «вулик», «мурашник», які вказують на необхідність кропіткої злагодженої праці задля забезпечення функціонування сім'ї. Ще менш поцінюваною є батьківсько-виховна функція сім'ї. Для респондентів даної вибірки материнство не на часі і не вважається основною цінністю життя, вони орієнтуються на активну батьківську позицію партнера. У жінок із несприятливим психологічним кліматом цінність батьківства, зокрема власної ролі матері й материнських обов'язків у вихованні дітей ще нижча.

Більшість респондентів досліджуваної вибірки готові цілком або частково відтворити модель стосунків батьків та наслідувати батьківські

настанови. Водночас студенти аналізують, критично розмірковують і готові запозичувати лише те, що відповідає їхнім потребам та вже сформованим уявленням про майбутню сім'ю. Опитувані готові перейняти у батьківській сім'ї такі цінності як любов, повага, підтримка, турбота, довіра, вміння вирішувати конфлікти й розуміти іншого, відкритість і безпека. Однак є настанови, від яких студенти готові відмовитися. Вони стосуються правил розподілу ролей за типом патріархальної сім'ї (жінка – домогосподиня, чоловік – здобувач, діти беззаперечно підкорюються батькові), вільного вираження емоцій, звільнення від остраху щодо думки інших і відкритого висловлення власних думок, обговорення складних ситуацій з партнером, без залучення дітей. Жінки готові відмовитися від деяких інших гендерних стереотипів, які стосуються різниці у віці партнерів та терміну вступу жінки у шлюб.

Якісний аналіз есе студентів засвідчив про наявність психологічного насилля в батьківських сім'ях, як у стосунках подружжя так і в дитячо-батьківських стосунках, яке також аналізується і засуджується студентами. Його індикаторами є: зневага й ігнорування, відсутність підтримки, взаєморозуміння, спільних інтересів, присоромлення й осуд, наявність коаліцій у сім'ї і перевернутої ієрархії, нестриманість в емоціях членів сім'ї, агресивність, надмірний контроль. Отримані дані дають підстави стверджувати, що несприятливий емоційний клімат у сім'ї, авторитарний стиль виховання, роз'єднані емоційні стосунки із членами сім'ї, а особливо по чоловічій лінії, з батьком і братами впливають на вибір шлюбного партнера та уявлення про майбутню сім'ю – відмінну від батьківської.

Відмітимо також власну активну позицію респондентів у процесі реалізації сімейних функцій (психотерапевтична місія, соціальна активність, спільне проведення дозвілля), виразність професійних потреб жінок, значимість позасімейних інтересів та зовнішньої привабливості й орієнтації жінок на сучасні зразки зовнішнього вигляду.

На основі отриманих емпіричних даних також можемо робити висновки про орієнтації респондентів у виборі шлюбного партнера:

- зовні привабливого;
- із спільними інтересам, потребами, ціннісними орієнтаціями, способами проведення дозвілля;
- з активною рольовою поведінкою у виконанні батьківських обов'язків;
- з високими професійними інтересами й домаганнями, активною суспільною позицією і роллю;
- емоційного лідера в родині в питаннях корекції психологічного клімату в родині, надання моральної й емоційної підтримки, створення «психотерапевтичної атмосфери»;
- з комплементарними (взаємодоповнюваними) рисами характеру;
- зі схожими рисами як у батька, такими як доброта, порядність, впевненість, мужність, вірність, відповідальність, турботливість, надійність, чесність, працьовитість та ін. Троє осіб відповіли, що жодних батькових рис вони б не хотіли бачити у їхньому партнерові, і всі вони із сімей із несприятливим психологічним кліматом, роз'єднаними емоційними стосунками й авторитарним стилем виховання.

Отже, сучасна молодь дотримується традиційних канонів шлюбу і вважає важливим зареєстроване співжиття у шлюбі, готова частково відтворювати батьківські настанови та моделі шлюбних стосунків у власних сім'ях. Студенти чітко виокремлюють, які саме настанови батьків є конструктивними, а які деструктивними для них. Разом з тим недостатньо поцінованими виявилися такі функції сім'ї як господарсько-побутова, батьківсько-виховна й сексуальна. Це може бути пов'язано із недостатньою актуальністю їх на даний момент, поки сім'ї не створено. Водночас великого значення набуває функція позасімейної активності й самореалізації.

3. На основі результатів теоретичного й емпіричного дослідження нами було розроблено модель та інструментарій психологічного супроводу жінок щодо усвідомленого вибору шлюбного партнера. Модель включила компоненти самоактуалізації, психогігієни, набуття знань основ сімейного життя та сімейної історії, формування навичок ННС, критичного мислення й прийняття рішень.

Упровадження моделі дасть змогу усвідомити вплив батьківських настанов на вибір подружнього партнера, що, своєю чергою, зумовить підвищення особистісної відповідальності за власні стосунки та вплине на їх покращення.

Проведене дослідження повною мірою не вичерпує всіх аспектів проблеми, що розглядалася. Перспективами подальших досліджень є розробка інтерактивних занять для молоді з основ сімейного життя та тренінгової програми «Стань автором власного життя», а також розробка психодіагностичного інструментарію для оцінки особливостей впливу батьківських настанов на вибір подружнього партнера.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Балл Г. О. Феномен вибору в контексті соціальної поведінки. *Соціальна психологія*, 2005. № 1. С. 3–13.
2. Бондарчук О.І. Психологія сім'ї: Курс лекцій. К.: МАУП, 2020. 96 с.
3. Белей М.Д., Тодорів Л.Д. Основи діагностичної психології. Івано-Франківськ: Тіповіт, 2008. 296 с.
4. Богуцька Т.О. Психофізіологічні дослідження процесу прийняття рішень. *Проблеми сучасної психології*, 2011. Вип.13. С. 22-29.
5. Бородулькіна Т. О. Метод використання метафори в процесі розвитку та корекції образу професії. *Актуальні проблеми психології. Том 3: Консультативна психологія і психотерапія: Зб.наукових праць Інституту психології ім.Г.С.Костюка АПН України*. За ред. Максименка С.Д., Кісарчук З.Г. Ніжин: Міланік, 2008. Вип.5. С.255-265.
6. Грабовська С.Л. Психологічні аспекти комунікаційного менеджменту організації : навч. посібник. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2014. 456 с.
7. Долинська Л. В., Демидова Т.А. Підготовка молоді до сімейного життя: Соціально-психологічний тренінг. К.: НПУ імені М.П.Драгоманова. 74 с.
8. Егер Е. Вибір. Харків, 2020. 360 с.
9. Канеман Д., Словик П., Тверски А. Принятие решений в неопределенности: Правила и предубеждения. Х.: Гуманитарный центр, 2005. 632 с.
10. Карасевич А. П. Формування готовності студентської молоді до створення сім'ї : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.07; Ін-т пробл. виховання АПН України. К., 2009. 21 с.
11. Кляпець О. Я. Психологічні чинники вибору молодою людиною цивільного шлюбу : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Інститут соціальної та політичної психології АПН України. К., 2004. 178 с.

- 12.Коваленко А. Б. Психологія міжособистісного взаєморозуміння: підруч. К.: ВПЦ «Київський університет», 2010. 215 с.
- 13.Кравець В. П. Теорія і практика дошлюбної підготовки молоді. К. : Київ. правда, 2000. 688 с.
- 14.Крайлюк А. І. Вибір шлюбного партнера : теоретичні аспекти. Теоретичні і прикладні проблеми соціології, психології, педагогіки. *Зб. Наук. праць Східноукраїнського націон. ун-ту ім. В. Даля*. 2015. № 3 (38) . С. 207 – 215.
- 15.Мацюк В. В. Психологічні механізми формування у молоді образу шлюбного партнера : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна і вікова психологія», 2009. 22 с.
- 16.Москалець В.П. Психологія особистості. Підручник. Івано-Франківськ, 2020. 450 с.
- 17.Моргун В. Ф. Психологічний супровід екзистенційних виборів особистості (три «С»): стилю життя, справи життя і супутника життя. Майстер-клас. *Суб'єктно-особистісні виміри психологічної освіти. Програма Міжнародної науково-практичної конференції* (Полтава, 1-2 жовтня 2010 р.). – Полтава –Київ, 2010. – 16 с.
- 18.Мушинська О. В. Особливості структури психологічної готовності керівників економічних відділів до прийняття рішень в умовах ризику. *Актуальні проблеми психології*, 2007. Т.7, вип. 24. С.208-215.
- 19.Мушкевич М. І. Психологічні особливості впливу батьківської сім'ї на молоде подружжя : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна і вікова психологія». Рівне, 2002. 20 с.
- 20.Особистісний вибір: психологія відчаю та надії. За ред. Т. М. Титаренко. К.: Міленіум, 2005. 336 с.
- 21.Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія. К.: Академвидбав, 2003. 448.
- 22.Панок В. Г., Рудь Г. В. Психологія життєвого шляху особистості : Монографія. К. : Ніка-Центр, 2006. 280 с.
- 23.Петров Е. Г., Новожилова М. В., Гребеннік І. В. Методи і засоби прийняття рішень у соціально-економічних системах. Київ: Техніка, 2004.

- 24.Петруня Ю. Є., Говоруха В. Б., Літовченко Б. В. та ін. Прийняття управлінських рішень. Навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2011. 216 с.
- 25.Психологія сім'ї: підручник. За ред. В. М. Поліщука. Суми: Університетська книга, 2021. 248 с.
- 26.Психологія сім'ї : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Укладачі: Л.В.Помиткіна, В.В.Злагодух, Н.С.Хімченко, Н.І.Погорільська. К. : НАУ, 2011. 272 с.
- 27.Помиткіна Л. В. Психологічні особливості прийняття студентами стратегічного життєвого рішення щодо вибору супутника життя. *Науково-практичний журнал Південного наукового центру НАПН України «Наука і освіта. Педагогіка і психологія»*, № 9/CVX, 2012. С. 174-178.
- 28.Помиткіна Л. В. Психологія прийняття особистістю стратегічних життєвих рішень: *Монографія*. К., 2013.
- 29.Радчук В.М. Механізми вибору шлюбного партнера. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2014 №2(23). С. 232-239.
- 30.Орликовський М.О., Осовська Г.В., Ткачук В.І. Самоменеджмент: практикум: навч. посіб. К.: Кондор-Видавництво, 2012. 410 с.
- 31.Санников А.И. Психология принятия жизненных решений личностью. Диссертация на соиск. доктора психол. наук. Одеса, 2016. 508 с.
- 32.Тополенко О.О. Модель впливу психологічних чинників на процес прийняття управлінських рішень. *Збірник наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка*. К., 2008.
- 33.Федоришин Г.М., Михайлюк І.Б. Батьківські установки як складова батьківства та чинник вибору шлюбного партнера. *«Modern research in world science» (29-30 жовтня 2022 р.)*. Матеріали VIII Міжнародної науково-практичної конференції. Львів, 2022.
- 34.Федоришин Г.М., Михайлюк І.Б. Модель психологічного супроводу усвідомленого вибору жінками шлюбного партнера. *«Актуальні питання*

науки, освіти і суспільства: теорія і практика» (28 жовтня 2022 р.):
Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції. Умань, 2022.

35. Хлопоніна Н. Є. Вплив ролєвих очікувань подружжя на характер сімейного спілкування : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук 19.00.05 «Соціальна психологія, психологія соціальної роботи». К., 2007. 16 с.
36. Чаусова Ю. А. Сімейний наратив як соціально-психологічний засіб конструювання подружніх стосунків : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.05 «Соціальна психологія, психологія соціальної роботи». К., 2013. 16 с.
37. Чуйко О.М., Куравська Н.В. Гендер і кар'єра: навчальний посібник. Івано-Франківськ: Супрун В.П., 2019. 364 с.
38. Чхайдзе А. О. Духовні цінності особистості як мотив створення сім'ї : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Одеса, 2014. 20 с.
39. Шастко І.М. Використання психотренінгу з метою підвищення рівня надії у юнацькому віці. *Молодий вчений*. № 5 (57), травень. 2018 р. С. 30-32.
40. Шевчишина О. В. Психологічні чинники виникнення та профілактика конфліктів у молодій сім'ї : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна і вікова психологія». К., 2009. 20 с.
41. Adams K. M., Morgan A.P. When He's Married to Mom: How to Help Mother-Enmeshed Men Open Their Hearts to True Love and Commitment. New York : [s. n.], 2007. 288 p .
42. Coates S.W. John Bowlby and Margaret s. Mahler: their lives and theories. *Journal of the American Psychoanalytic Association* 02/2004; 52(2): 571-601.
43. Erikson E. H. Studies in the interpretation of play: clinical observation of play disruption in young children. *Genetic Psychology Monographs*, Vol. 22, 1940, P. 557-671.
44. Gurvitch G. *Rechtsphilosophie Otto Gierke*. 1924. 154

45. Homans G. K. *Social Behavior Its Elementary Forms*. N.Y., 1961, 234 p
46. Heath Ch., Heath D. *Decisive: How to Make Better Choices in Life and Work*. New York : Crown Business, 2013. 243 p
47. Heyman, James, Ariely, Dan (2004), "Effort for Payment: A Tale of Two markets", *Psychological Science* T. 15 (11): 787–793(7).
48. Kahneman D., Tversky A. *Judgment under Uncertainty: Heuristics and Biases* . *Science*. September 27, 1974. Vol. 185, Issue 4157. pp. 1122-1131.
49. Mussweiler T. *The Malleability of Anchoring Effects // Experimental Psychology*. – 2002. – Vol. 49, no. 1. – P. 67-72.
50. Murstein B. *A Theory of marriage choice and its applicability to marriage adjustment*. In: *Theories of Attraction and Love*. - H.Y.: Springer, 1971, P.100 – 151.
51. McClelland D.C. *Assessing Human Motivation*. N.Y. 1971. 200 p.
52. Simon H. *Administrative Behavior*. New York : The Free Press, 1976.
53. Snyder C.R. *Hope and Optimism*. *Encyclopedia of Human Behavior*. Ed. Ramachandran V.S. San Diego, CA: Academic Press, 1994.
54. Wansink, B., Kent, R.J. and Hoch, S.J. *An Anchoring and Adjustment Model of Purchase Quantity Decisions*. 1998. No. 35. P. 71-81.
55. Winch R. F., Ktsane T., Ktsanes V. *The Theory of Complementary Needs in Mate-Selection: An Analytic and Descriptive Study*. *American Sociological Review*, 1954. № 19. P. 241–249.

ДОДАТКИ

Додаток А

Опитувальник рольових установок та домагань у шлюбі

Методика запропонована для вивчення сімейних установок і цінностей і рольової структури подружньої пари при виконанні сімейних функцій [2]. Є одним із методичних прийомів вивчення подружніх труднощів (автори А.М. Волкова, Т.М. Трапезнікова), зокрема на етапі адаптації до подружніх стосунків. Особливої актуальності використання методики набуває у кризові періоди розвитку сімейних стосунків, змістом яких є рольове переструктурування подружньої пари та на етапі вступу в шлюб, вибору шлюбного партнера для виявлення уявлень майбутнього подружжя про майбутню сім'ю, цінності. Методика може бути використана як методичний прийом для діагностики та корекції подружніх установок у сімейному консультуванні, а також у період дошлюбного спілкування з метою вивчення очікувань й настанов молодих людей перед вступом у шлюб. У поєднанні з методом генограми сім'ї дана методика дозволить виявити, на скільки рольові очікування і домагання в шлюбі відрізняються від батьківської сім'ї.

Методика містить по 36 тверджень у кожному варіанті (чоловічому і жіночому) і складається з 7 шкал. Респондентам було запропоновано самостійно ознайомитися із відповідними твердженнями стосовно їх майбутнього шлюбу і висловити своє ставлення до кожного з них, використовуючи наступні варіанти відповідей: «Повністю згодний», «В цілому це вірно», «Це не зовсім так», «Це невірно».

Інструкція: «Перед Вами ряд тверджень, які стосуються шлюбу, род чоловіком і дружиною. Уважно прочитайте твердження й оцініть ступінь своєї згоди або незгоди з ними. Вам пропонується 4 варіанти відповіді: «Повністю погоджуюсь», «В цілому це вірно», «Це не зовсім так», «Не погоджуюсь». Вибираючи варіант відповіді до кожного із тверджень, намагайтеся якомога

точніше передати Вашу власну думку, а не те, що прийняте серед Ваших близьких і друзів. Свої відповіді реєструйте в спеціальному бланку».

Текст опитувальника (Жіночий варіант)

1. Настрій і самопочуття людини залежать від задоволення її сексуальних потреб.
2. Щастя в шлюбі залежить від сексуальної гармонії чоловіка й жінки.
3. Сексуальні стосунки - головне у відносинах чоловіка і дружини.
4. Головне в шлюбі - щоб у чоловіка й дружини було багато спільних інтересів.
5. Чоловік - це друг, що поділяє мої інтереси, думки, захоплення.
6. Чоловік - це насамперед друг, з яким можна поговорити про свої справи.
7. Найбільша турбота чоловіка - забезпечити матеріальний статок і побутовий комфорт родини.
8. Чоловік повинен займатися домашнім господарством нарівні із дружиною.
9. Чоловік повинен уміти обслужити себе, а не чекати, що дружина візьме на себе всі турботи про нього.
10. Чоловік повинен займатися дітьми не менше, ніж дружина.
11. Я хотіла б, щоб мій чоловік любив дітей.
12. Чоловіка я оцінюю по тому, чи гарний він батько своїм дітям.
13. Мені подобаються енергійні, ділові чоловіки.
14. Я дуже ціную чоловіків, серйозно захоплених своєю справою.
15. Для мене дуже важливо, як оцінюють на роботі ділові й професійні якості мого чоловіка.
16. Чоловік повинен уміти створювати в родині теплу, довірливу атмосферу.
17. Для мене головне - щоб мій чоловік добре розумів мене й приймав такою, якою я є.
18. Чоловік - це насамперед друг, уважний і турботливий до моїх переживань, настрою, стану.

19. Мені подобається, коли мій чоловік красиво й модно одягається.
20. Мені подобаються гарні, високі чоловіки.
21. Чоловік повинен виглядати так, щоб на нього було приємно дивитися.
22. Найбільша турбота жінки - щоб усі члени сім'ї були доглянуті.
23. Я завжди знаю, що потрібно купити для моєї родини.
24. Я збираю корисні поради господарці: як готувати смачні страви, консервувати овочі, фрукти.
25. Головну роль у вихованні дитини завжди грає мати.
26. Я не боюся труднощів, пов'язаних з народженням і вихованням дитини.
27. Я люблю дітей і із задоволенням піклуюсь про них.
28. Я прагну знайти своє місце в житті.
29. Я хочу стати висококваліфікованим фахівцем своєї справи.
30. Я пишаюся, коли мені доручають важку й відповідальну роботу.
31. Близькі й друзі часто звертаються до мене за порадою, допомогою й підтримкою.
32. Оточуючі часто довіряють мені свої негаразди.
33. Я завжди щиро співчуваю, втішаю й опікую людей, які цього потребують.
34. Мій настрій у значній мірі залежить від того, як я виглядаю.
35. Я люблю гарний одяг, ношу прикраси, користуюся косметикою.
36. Для мене важливий мій зовнішній вигляд

Відповіді на запропоновані твердження свідчать про виразність у чоловіка й жінки семи основних сімейних цінностей. Відповідно, бали по кожній шкалі сімейних цінностей підсумовуються окремо. По перших двох шкалах ці результати є підсумковими й переносяться в останній стовпець таблиці. Підсумкові бали інших п'яти шкал обчислюються як напівсума балів за підшкалами «рольові очікування» (установка чоловіка й дружини на активне виконання партнером сімейних обов'язків) і «рольові домагання» (особиста готовність кожного з партнерів виконувати сімейні ролі).

Відповіді оцінюються в такий спосіб: – відповідь «Повністю погоджуюсь» - 3 бали; – відповідь «В цілому це вірно» - 2 бали; – відповідь «Це не зовсім так» - 1 бал; – відповідь «Це невірно» - 0 балів. Таким чином, мінімальний сумарний бал по шкалі становить 0 балів, максимальний підсумковий бал по шкалі - 9 балів.

Шкала оцінок взаємин представлена трьома категоріями:

- низькі оцінки по шкалі - 0-3 бала;
- середні оцінки по шкалі - 4-6 бала;
- високі оцінки по шкалі - 7-9 балів.

Характеристика шкал сімейних цінностей

1. Інтимно-сексуальна шкала (твердження № 1-3) — шкала значимості сексуальних стосунків у шлюбі. Високі оцінки за шкалою означають, що шлюбні партнери вважають сексуальну гармонію важливою умовою подружнього щастя, ставлення до партнера істотно залежить від оцінки її (його) як сексуального партнера. Низькі оцінки по шкалі інтерпретуються як недооцінка сексуальних відносин у шлюбі.

2. Шкала особистісної ідентифікації із партнером (твердження № 4—6) — шкала, що відображає установку чоловіка (дружини) на особистісну ідентифікацію зі шлюбним партнером: очікування спільності інтересів, потреб, ціннісних орієнтації, способів проведення дозвілля. Низькі оцінки за шкалою припускають установку на особисту автономію.

3. Господарсько-побутова шкала вимірює установку чоловіка й жінки на реалізацію господарсько-побутової функції родини. Ця шкала, як і всі наступні, має дві підшкали: «рольові очікування» й «рольові домагання». Підшкала «рольові очікування» (твердження № 7-9) - оцінки розглядаються як ступінь очікування від партнера активного вирішення побутових питань. Чим вище оцінки за шкалою рольових очікувань, тим більше вимог пред'являє чоловік (дружина) до участі партнера в організації побуту, тим більше значення мають господарсько-побутові вміння й навички партнера. Підшкала «рольові домагання» (твердження № 22-24) відображає установки на власну активну

участь у веденні домашнього господарства. Загальна оцінка по шкалі розглядається як оцінка чоловіком (дружиною) значимості побутової організації родини.

4. Батьківсько-виховна шкала дозволяє оцінювати ставлення чоловіка й дружини до своїх батьківських обов'язків. Підшкала рольових очікувань (твердження № 10-12) показує виразність установки шлюбних партнерів на активну батьківську позицію партнера. Підшкала рольових домагань (твердження № 25-27) свідчить про орієнтацію чоловіка (дружини) на власні обов'язки у вихованні дітей. Загальна оцінка шкали розглядається як показник значимості для подружжя батьківських функцій. Чим вищою є оцінка за шкалою, тим більше значення надає чоловік (дружина) ролі батька (матері), тим в більшій мірі він (вона) вважає батьківство основною цінністю життя родини.

5. Шкала соціальної активності відбиває установку на значимість зовнішньої соціальної активності (професійної, суспільної) для стабільності шлюбно-сімейних стосунків.

Підшкала «рольові очікування» (твердження № 13-15) вимірює ступінь орієнтації чоловіка (дружини) на те, що шлюбний партнер повинен мати серйозні професійні інтереси, грати активну суспільну роль.

Підшкала «рольові домагання» (твердження № 28- 30) ілюструє виразність власних професійних потреб шлюбних партнерів. Загальна оцінка шкали показує значимість позасімейних інтересів для чоловіка (дружини), що є основними цінностями в процесі міжособистісної взаємодії чоловіка й жінки.

6. Емоційно-психотерапевтична шкала виражає установку на значимість емоційно-психотерапевтичної функції шлюбу.

Підшкала «рольові очікування» (твердження № 16-17) вимірює ступінь орієнтації чоловіка (дружини) на те, що шлюбний партнер візьме на себе роль емоційного лідера в родині в питаннях корекції психологічного клімату в родині, надання моральної й емоційної підтримки, створення «психотерапевтичної атмосфери».

Підшкала «рольові домагання» (твердження № 31-33) відбиває прагнення досліджуваного бути сімейним «психотерапевтом». Загальна оцінка шкали розглядається як показник значимості для партнерів взаємної моральної й емоційної підтримки членів родини, орієнтації на шлюб як середовище, що сприяє психологічній розрядці й стабілізації.

7. Шкала зовнішньої привабливості оцінює ступінь значимості зовнішнього вигляду для чоловіка (дружини), його відповідність стандартам сучасної моди.

Підшкала «рольові очікування» (твердження № 19-21) свідчить про виразність бажання мати зовні привабливого партнера.

Підшкала «рольові домагання» (твердження № 34-36) ілюструє установку на власну привабливість, прагнення модно й красиво одягатися. Загальна оцінка - показники орієнтації подружжя на сучасні зразки зовнішнього вигляду.

Аналіз індивідуальних показників шкали сімейних цінностей, рольових очікувань і домагань респондентів проводиться на підставі підрахунку балів. Отримані результати характеризують:

– уявлення респондентів про ієрархію сімейних цінностей: чим вище бали за шкалою сімейних цінностей, тим більш значимою є ця сфера життєдіяльності родини;

– орієнтацію респондента на активну рольову поведінку шлюбного партнера (рольові очікування) і на власну активну роль у процесі реалізації сімейних функцій (рольові домагання).

Сімейна генограма

Сімейна генограма відноситься до графічних методів діагностики комунікацій в сім'ї і взаємин між її членами [25]. Проте головною сферою її застосування є вивчення сімейних історій (тем) — специфічних, таких, що несуть емоційне навантаження проблем, навколо яких формується конфлікт, що періодично повторюється в сім'ї. Сімейна тема визначає спосіб організації життєвих подій і зовні виявляється в стереотипах поведінки, які відтворюються з покоління в покоління (установки щодо форми шлюбу, мати або не мати дітей, установки щодо вибору шлюбного партнера і ін.). Автор методу сімейної генограми — американський психотерапевт Мюррей Боуен. Працюючи з хворими шизофренією, він намагався визначити, яку роль в їх захворюваннях відіграють порушене сімейне середовище і так званий «сімейний спадок» — передача паттернів поведінки з покоління в покоління.

Сімейна генограма є схематичним зображенням сімейної системи, в якій прямокутники використовуються для зображення чоловіків, круги — для жінок. Горизонтальні лінії позначають шлюб, а вертикальні лінії — наявність дітей. Також приводяться дати народження, смерті, шлюбів, розлучень і розривів у взаєминах.

Для графічної конкретизації психологічних комунікацій в сім'ї використовується цілий ряд умовних позначень. Ступінь тісноти (прихильність, психологічна залежність), що проявляється одними членами сім'ї по відношенню до інших, ми представляємо таким чином:

=====	дуже тісна	-----	тісна
-----	слабка	-----	дуже слабка

Ступінь вираженості конфлікту між членами сім'ї відображається так: | — слабка || — помірна ||| — виражена. Напрямок зв'язку (тобто хто по відношенню до кого проявляє почуття, що позначаються) вказується стрілкою.

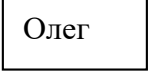
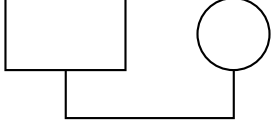
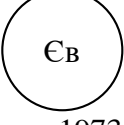
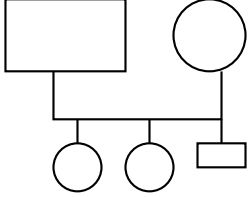
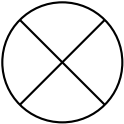

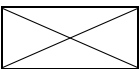
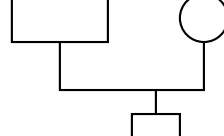
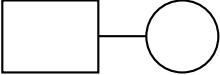
<p>Петренко</p>  <p>1962</p>	<p>Чоловік (прямокутник) с датою народження (ім'я пишеться всередині прямокутника, прізвище – зверху)</p>	 <p>1930-1970</p>	<p>Подружнє життя з датами</p>
<p>Герега</p>  <p>1973</p>	<p>Жінка (коло) з датою народження</p>	 <p>1948 1950 1961</p>	<p>Батько, мати, діти (в порядку їх народження, зліва направо)</p>
<p>1880-1950</p> 	<p>Покійна жінка з датою народження і смерті</p>	 <p>1950-1951</p>	<p>Співжиття (з датами)</p>
<p>1889-1960</p> 	<p>Покійний чоловік з датою народження і смерті</p>	 <p>1972-1982</p>	<p>Розлучення з датами подружнього життя, дитина залишилась з матір'ю</p>
	<p>Близнюки різної статі</p>		

Рис. Б.1. Основні позначення до генограми:

На рисунку Д.2. представлені прямі взаємні конфліктні взаємини.

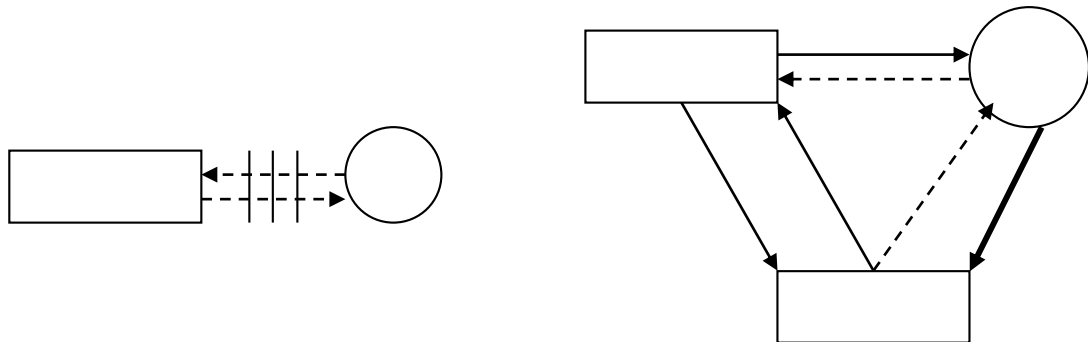


Рис. Б.2. Приклад взаємин в трикутнику.

Приклад заняття з розвитку навичок ненасильницького спілкування

Концепція ненасильницького спілкування (ННС) розроблена на початку 1960-х років й опирається на гуманістичну філософію Махатми Ганді та дослідження Карла Роджерса, засновника методу клієнт-центрованої психотерапії. Застосування даного методу психологом допоможе змінити звичну стратегію мислення і поведінки студентів у конфліктних ситуаціях із реактивної (відповідь на подразник) на усвідомлену й співчутливу (емпатійну).

Вправа № 1. Аналіз поведінки у конфліктній ситуації
Інструкція. Дайте відповідь на запитання: «Як Ви реагуєте у ситуації конфлікту?», «Чи мають ці реакції позитивний довгостроковий ефект?», «Чи Ви реагуєте лише звертаючи увагу на свій добробут – як живе Ви? Чи Ви розумієте себе як частину спільноти – як виживемо ми?». Ці ж запитання можна спрямувати на стосунки серед студентів: «Чи Ви розумієте себе як Я проти світу чи Я – частина команди?». У кожному випадку поведінка буде різною. Яка стратегія – такий і результат.

Запитання для рефлексії: Чи була вправа цікавою? Що дізналися нового про себе? Які стратегії поведінки у конфліктні є звичними для Вас? Що Ви хотіли б змінити у своїй поведінці? Чого Ви хотіли б навчитися? На початку психокорекційної роботи психолог розглядає із студентом різновиди спілкування, таке, що об'єднує і сприяє кооперації та порозумінню (підтримка, похвала, заохочення, оцінка вчинку, а не особистості, визнання досягнень та ін), та насильницьке, роз'єднуюче, спілкування (вимога, вказівка на те, що «ти повинен»; оцінка-ярлик, у тому числі і похвала-порівняння, критика; докір, звинувачення; пересторога, погроза; нотація, моралізаторство; готові рішення, поради; висміювання, зверхній гумор, іронія, сарказм; узагальнення («всі ви...», «ніхто з вас...», «ви завжди...»); ігнорування або заперечення почуттів іншого; втеча від розмови, мовчання).

Психолог пропонує студенту пригадати випадки об'єднуючого та роз'єднуючого спілкування у його досвіді, а також думки, емоції, поведінку за таких ситуацій. Запитує, чи вдавалося досягти цілей комунікації у цих ситуаціях, застосовуючи звичні стратегії?

Наступними етапами психокорекційної роботи є ознайомлення з компонентами ненасильницького спілкування та формування навичок, необхідних для втілення кожного із компонентів у практику.

Ненасильницьке спілкування складається з чотирьох основних компонентів (*кроків*), а саме: спостереження, почуття, потреби, прохання. Перший компонент методу ненасильницького спілкування передбачає розділення спостереження від оцінки. Другий компонент – аналіз та висловлення емоцій, що є основою конфлікту. Третій компонент полягає в усвідомленні актуальних потреб, які ув'язнені чи засуджені намагаються задовольнити у комунікації, формулювання того, чого насправді вони прагнуть. Завершальним кроком є висловлення бажання у вигляді конкретного і здійсненого прохання. Представимо кожен із компонентів у вправах.

Вправа № 2. Крок перший. Споглядання замість трактування.
Мета: навчитися ідентифікувати, споглядати ситуацію та відділяти її від інтерпретації.

Інструкція. Занотуйте ситуацію, 2-3 речення, яка вас обтяжує (наприклад, конфлікт з партнером) та свої трактування/оцінки. Що саме відбулося у конкретній ситуації? Що було сказано або зроблено? Важливо розрізнити ситуацію, факти, те, що може побачити відеокамера й оцінку ситуації.

Запитання для рефлексії: «Що нового Ви дізналися у цій вправі?», «Що було для Вас цінним?», «Що тепер будете робити по-іншому?»

Вправа № 3. Крок другий. Почуття замість думок
Мета: навчитися розрізнити думки і почуття, взяти відповідальність за свої почуття.

Інструкція. Візьміть свій приклад, де Ви відділили спостереження від історії та пригадайте, які почуття були у тій ситуації, або ті почуття, які все ще є й досі. Наприклад, «Я відчуваюся схвильовано». Можна скористатися наведеною таблицею почуттів. Почуття вказують нам на задоволені та незадоволені потреби.

Коли потреби задоволені, ми відчуваємо	Коли потреби НЕ задоволені, ми відчуваємо
Наповненість, захоплення, бадьорість, комфорт, задоволення, вдячність, надію, ентузіазм, натхнення, зацікавленість, радість, зворушення, полегшення, задоволення, здивування, вдячність, розчулення.	Скутість, побоювання, тривога, збентеження, занепокоєння, розгубленість, розчарування, огида, зніяковіття/сором, страх, безпорадність, сумнів, безнадія, жах, самотність, перевантаженість, сум, стурбованість.

У повсякденному житті ми часто описуємо словами почуття, які не є нашими почуттями, а перенесенням відповідальності на партнера у наших почуттях. В рамках ненасильницького спілкування ми беремо відповідальність за свої почуття. Почуття залежать також від попереднього досвіду спілкування з особою з ситуації й оцінки ситуації.

Важливо дозволити собі усвідомити ці почуття. Вони дають вказівки, як нам краще потурбуватися про те, щоб усі наші потреби були задоволені. Коли ми довший час пригнічуємо наші почуття, утворюється «пробка почуттів». Це накопичення згодом ми відчуємо дуже інтенсивно. Саме це накопичення пояснює, як ми в незначних ситуаціях можемо відчути дуже сильний приплив почуттів.

Запитання для рефлексії: «Що було цінним для Вас у вправі?», «Що Ви відчуваєте, коли усвідомлюєте ці почуття?», «Що для Вас є важливим під час спілкування?», «Якого Ви хочете спілкування, щоб почуватися краще?»

Вправа № 4. Крок третій. Потреби замість стратегій

Мета: навчитися розрізняти потреби і стратегії їх задоволення, брати на себе відповідальність за вибір стратегій.

Інструкція. Запишіть Ваші незадоволені потреби у даній ситуації. Запишіть Ваші задоволені потреби у ситуації. Використовуйте список потреб для допомоги.

Поміркуйте, як Ви можете самі потурбуватися про себе, щоб задовольнити актуальні потреби. Хто може допомогти Вам у цьому? Зробіть припущення, якою метою / потребою він керувався?

Перелік потреб, які є джерелами почуттів

Насолода життям	Наповненість енергією і життям, краса, комфорт, легкість, веселощі гармонія, радість, умиротвореність, безпека, стабільність
Цілісність	Гідність, кохання/любов, прийняття себе, самоповага, самовираження
Соціальні зв'язки	Приналежність, турбота, співпраця, заохочення, зворотний зв'язок, дружба, чесність, підтримка, ніжність
Значимість, сенси	Визначеність, внесення вкладу, слідування призначенню
Розвиток	Пригода, виклик, творчість, рівні можливості, навчання, натхнення
Автономія	Можливість вибору, спонтанність, взаємна повага
Життєзабезпечення	Повітря, вода, харчування, чуттєвість, фізична безпека, сексуальне вираження

Інформативна частина для студентів. Всі люди мають в основному однакові потреби. Кожної миті актуалізуються різні потреби. Якщо моя потреба в їжі, дуже сильна, буде задоволена, з'явиться потреба у спокої, а потім у близькості, а ще далі у свободі. Потреби – це те, що нас кожної миті мотивує. Стратегії - це те, що ми робимо, щоб задовольнити ці потреби. Наприклад, для потреби у натхненні можна відвідати веб-семінар, почитати книгу чи подивитися фільм. У кожного є власні стратегії. Вони формуються протягом життя. Це наш досвід і те що ми отримали у спадок від батьків. На рівні потреб немає конфлікту, вони універсальні для всіх. Конфлікти виникають на рівні стратегій їх задоволення. Ніколи не відмовляйтеся від своїх потреб, але будьте гнучкими у стратегіях. Усі складні ситуації можна вирішити, створивши нові способи задоволення потреб. І якщо не спрацьовує одна стратегія, то наша відповідальність – знайти іншу стратегію задоволення. І чим більше є таких стратегій, тим особистість є більш гнучкою та адаптованою до різних життєвих ситуацій.

Запитання для рефлексії: «Як Ви почуваетесь зараз, коли Ви записали усі свої задоволені і незадоволені потреби?», «Як вважаєте, які потреби вашого партнера по комунікації залишилися не задоволеними?», «Припустіть, які потреби є актуальними для іншої особи?», «Що Ви зробите наступного разу інакше?»

Вправа № 5. Крок четвертий. Прохання замість вимог
Мета: навчитися формулювати прохання щодо задоволення своєї потреби, виявляючи емпатію та самоемпатію.

Інструкція. Пригадайте минулий тиждень. Коли Ви потурбувалися про себе та подбали про свої важливі потреби? Запишіть свої спостереження. Неправильно вважати, що якщо Ви навчилися називати свої потреби, то відразу отримуєте право на їх задоволення. Люди мають турбуватися про власні потреби. Тому *сформулюйте прохання до себе та до інших, а також чіткі й максимально конкретні стратегії задоволення своїх потреб.* Поміркуйте, чи не порушили ви кордони іншого і чи врахували ви його актуальні потреби?

Інформація для студентів. Агресія – стратегія задоволення своїх потреб без врахування потреб інших. І ця людина може не знати інших стратегій. Коли ми підвищуємо голос, ми хочемо щоб нас почули, сприйняли серйозно, звернули увагу. Нас почують, але не сприйматимуть серйозно. Коли я принижують вашу цінність словами, то цілком можливо я хочу бути побаченим у ситуації невпевненості, чи, можливо, я навіть хочу відчутти вашу підтримку. Однак спосіб, який я для цього обрав, блокує задоволення цієї потреби, тому що інша особа закриє своє серце. Таким чином, за будь-якою формою поведінки стоять потреби, які хтось намагається задовольнити. Наша мета - навчитися шукати інші, більш ефективні стратегії, за допомогою яких ми порушуватимемо якомога менше своїх потреб та потреб інших. Критерії формулювання прохання: констатувати факти і не висловлювати оцінки ситуації; залишати простір для відмови, тобто співрозмовник повинен мати свободу вибору – погодитися із вашим проханням або ні. Тому прохання варто починати словами «Чи готовий Ви...», «Чи могли б Ви...»; говорити про почуття і потреби, чому це так важливо для Вас; прохання мають бути конкретними, наприклад, просити не про підтримку, а чітко вказати, у чому партнер може підтримати вас; прохання мають бути позитивно сформульованими.

Запитання для рефлексії: «Як ви себе відчуваєте?», «Чи змінилися ваші почуття?», «Хотілося б почути, що для вас було корисним?». Таким чином, робота психолога з метою формування навичок ненасильницького спілкування буде ефективним з позиції профілактики конфліктів, покращення морально-психологічного клімату та може відбуватися в індивідуальній або груповій роботі. Успішність практичного застосування концепції ненасильницького спілкування залежить і від рівня компетентності психолога, який проводить групові заняття.

Приклад тренінгового заняття формування усвідомленого вибору шлюбного партнера

Завдання: формування здатності до самостереження та вибору власних реакцій та близькості в стосунках.

Привітання: «З яким настроєм, самопочуттям сьогодні на занятті?».

Актуалізація пройденого. Обговорення результатів домашнього завдання, інсайтів та питань.

Техніка «Вихід за межі трикутника» спрямована на формування відповідальності та особистісної зрілості.

Теоретичний огляд теорії трикутника С. Капрмана, визначення головної своєї ролі в ньому, усвідомлення власних шляхів входу та засвоєння інструментів виходу з трикутника.

Інструкція: подумайте про ситуацію, яка вас не влаштовує у батьківській сім'ї, та визначте, яку роль ви найчастіше граєте у цій ситуації; складіть список цих ролей; зробіть це цілком фізично (позначена зона на підлозі у формі трикутника) – стоячи в трикутнику необхідно згадати всі почуття і переживання, які найбільш притаманні, стійкі та некомфортні; потім фізично ступіть за межі трикутника та походить по кімнаті й знайдіть собі місце, почуття або переконання, які є найбільш комфортними для перебування в стосунках; обговорення (порівняйте та поділіться почуття у першому та другому випадках).

Рефлексія. Зворотний зв'язок по вправі.

Вправа «Глибинні потреби»

Метою вправи є виявлення незадоволених потреб, які зумовлюють виникнення конфліктів.

Інструкція: напишіть, які почуття й емоції виникають, коли член сім'ї не виправдовує тих сподівань, яких ви очікуєте від нього; (пропонується список для визначення відтінків почуттів і емоцій).

Вправа «Приховані незадоволені потреби».

Вправа спрямована на усвідомлення власних незадоволених потреб (діапазон потреб: потреба в безпеці, у визнанні, в прийнятті, в захисті, в підтримці, в спілкуванні) та того, що транлюється в реальній поведінці.

Інструкція: дайте відповідь на питання: «Які глибинні потреби проявляються, коли партнер по спілкуванню не виправдовує Ваших очікувань?»; (діапазон потреб: потреба в безпеці, у визнанні, в прийнятті, в захисті, в підтримці, в спілкуванні); подумайте, ці почуття і потреби з'явилися в цих відносинах чи були характерними для вас ще у батьківській сім'ї?; порівняйте свою поведінку і внутрішній стан; проаналізуйте, що зчитує партнер за вашою поведінкою і чи тотожне це вашим переживанням (продовжіть фразу: «Глибоко всередині я відчуваю....., але зовні я показую....»).

Підведення підсумків тренінгової роботи.

Домашнє завдання (вправа «Прошу!» направлена на пошук та засвоєння нових продуктивних способів взаємодії з партнером).

Інструкція: протягом дня в продовж тижня звертатися до свого партнера з проханням не менше п'яти разів (необхідно було вибирати нескладні прохання, відмова на які не стане болісною); алгоритм використання формулювання: дія партнера → ваші почуття, потреби («Зроби, будь ласка, це (дія). Завдяки цьому я відчую ... (ваші почуття, потреби)») дія партнера → результат, наслідок («Зроби, будь ласка, це (дія), це допоможе тим-то»).