

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
Кафедра практичної психології та психодіагностики**

На правах рукопису

ВІЩИНЕЦЬ АЛЛА ВОЛОДИМИРІВНА

**ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ МОЛОДІ ДО
РАНЬОГО ШЛЮБУ ТА СІМЕЙНОГО ЖИТТЯ**

Спеціальність: 053 «Психологія»

Освітня програма «Практична психологія
(психологічне консультування та психотерапія)»

Робота на здобуття освітнього ступеня «Магістр»

Науковий керівник:

МЕЛЬНИК АНТОНІЙ ПЕТРОВИЧ

кандидат психологічних наук, доцент кафедри
практичної психології та психодіагностики

РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ

Протокол № _____

засідання кафедри практичної психології
та психодіагностики

від _____ 2024 р.

Завідувач кафедри

_____ Людмила Магдисюк

ПШ (підпис)

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ

Волинський національний університет імені Лесі Українки

Факультет психології

Кафедра практичної психології та психодіагностики

Освітній ступінь «Магістр»

Спеціальність 053 Психологія

Освітня програма Практична психологія (психологічне консультування та психотерапія)

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри

« ___ » _____ 2023 року

ЗАВДАННЯ НА ВИПУСКНУ КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ (ПРОЄКТ)
СТУДЕНТУ

Віцинець Алла Володимирівна

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема роботи (проєкту) **Психологічна готовність молоді до раннього шлюбу та сімейного життя.**

Керівник роботи (проєкту) Мельник Антоній Петрович, кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології та психодіагностики.

2. Строк подання студентом роботи (проєкту) **15.11.24 р.**

3. Мета та завдання випускної кваліфікаційної роботи (проєкту) – є у теоретичному аналізі проблеми психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та створення сім'ї

4. Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз літератури щодо проблеми готовності молоді до раннього шлюбу та створення сім'ї.

2. Емпірично дослідити особливості психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та створення сім'ї.

3. Розробити програму соціально-психологічного тренінгу з формування готовності молоді до раннього шлюбу.

5. Дата видачі завдання **15.10.23р.**

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

| № з/п | Назва етапів випускної кваліфікаційної роботи (проекту) | Строк виконання етапів роботи (проекту) | Примітка |
|-------|--|---|----------|
| 1. | <p>На <i>першому етапі</i> дослідження, на основі попереднього знайомства з проблемою та результатів попереднього її вивчення, основна увага була зосереджена на виборі напряму дослідження, опрацюванні мети та завдань, визначенні об'єкту, предмету та методів дослідження, виборі можливих джерел інформації.</p> | листопад 2023 року | |
| 2. | <p><i>Другий етап</i> дослідження був присвячений вивченню теми особливості психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та сімейного життя. Цей етап передбачав аналіз сучасних теоретичних джерел вітчизняних та зарубіжних авторів з приводу дослідження психологічної готовності. Проаналізовано основні підходи до розкриття поняття психологічна готовність, шлюб, сімейне життя. Розглянуто основні теоретико-методологічні орієнтири дослідження особливості психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та сімейного життя.. Було проаналізовано основні погляди науковців на природу формування психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та сімейного життя, визначено категорійно-понятійний апарат досліджуваної проблеми, окреслені перспективи її подальшого вивчення. Отримані при цьому результати стали підставою провести відповідні організаційні заходи щодо подальшого планування кваліфікаційної роботи (визначення завдань, розробки програми дослідження і збору матеріалу, визначення етапів дослідження, вибір методів, адекватних меті та завданням дослідження, кількісного та якісного аналізу отриманих даних тощо).</p> | грудень 2023 року | |
| 3. | <p>Протягом <i>третього етапу</i> дослідження було проведено емпірико-діагностичне дослідження. Цей етап включав у себе підготовку до проведення діагностичного дослідження, розробку та уточнення інструкції для респондентів, попередню її перевірку на простоту й зрозумілість та діагностику</p> | січень 2024 року | |

| | | | |
|----|--|------------------------------------|--|
| | респондентів. Завданням третього етапу дослідження став збір та аналіз матеріалів з метою встановлення наявності зв'язку між двома досліджуваними концептами. | | |
| 4. | <i>Четвертий етап</i> дослідження передбачав формування бази емпіричного матеріалу для подальшого їх аналізу, інтерпретації та їх представлення у вигляді схем, таблиць, діаграм та рисунків, а також власне їх аналіз та оформлення. | лютий – травень 2024 року | |
| 5. | На основі теоретичного опрацювання наукових джерел, проведеного емпіричного дослідження психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та сімейного життя та аналізу результатів були сформульовані програмв, висновки, узагальнення. | вересень – жовтень 2024 року | |
| 6. | Остаточне оформлення роботи | листопад 2024 року | |

Студент

(підпис)

Віцинець А. В.
(прізвище та ініціали)

Керівник роботи (проекту)

(підпис)

Мельник А. П.
(прізвище та ініціали)

АНОТАЦІЯ

Віцинець А. В. Психологічна готовність молоді до раннього шлюбу та сімейного життя. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Випускна кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня «Магістр» за спеціальністю 053 «Психологія» – Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, 2024.

У вступі обґрунтована актуальність теми дослідження, завдання та методи дослідження психологічна готовність молоді до раннього шлюбу та сімейного життя.

У першому розділі описано численні дослідження психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та сімейного життя. Функція комунікації у сім'ї включає створення гармонійного середовища для емоційного та психічного відновлення, спілкування між членами сім'ї, а також взаємодію сім'ї з зовнішнім світом та культурними цінностями суспільства.

Емпіричне дослідження особливостей психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та сімейного життя описано у другому розділі. Дослідження готовності молоді до сімейного життя показало проблемні моменти за такими показниками: хибне уявлення про особливості статевої поведінки; відсутність психологічної готовності до домашньої праці, рівномірного розподілу домашніх обов'язків; несформованість психологічних рис, необхідних для гармонійного спілкування в шлюбі, невміння розв'язувати конфліктні ситуації в міжстатевому спілкуванні; відсутність психологічної та практичної підготовки до виховання і догляду дітей, виконання материнських і батьківських функцій.

У третьому розділі розроблено, описано корекційно-тренінгову програму психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та сімейного життя. Представлено мету, завдання, методи та техніки для роботи з такою категорією клієнтів.

Висновки роботи містять чіткий виклад теоретичних і емпіричних результатів дослідження проблеми особливостей психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та сімейного життя.

Практичне значення одержаних результатів дослідження полягає у тому, що його основні положення і висновки можуть використовуватися у діяльності практичних психологів в ході консультування та тренінгової роботи з молоддю, котрі готуються до сімейного життя.

***Ключові слова:** сім'я, партнери, психологічна готовність, ранній шлюб, подружні взаємини, молодь.*

SUMMARY

Vitsynets A. V. Psychological readiness of young people for early marriage and family life. – Qualification research paper on manuscript rights.

Graduation qualification work for obtaining a Master's degree in specialty 053 «Psychology» – Volyn National University named after Lesya Ukrainka, Lutsk, 2024.

The introduction substantiates the relevance of the research topic, tasks and research methods of psychological readiness of young people for early marriage and family life. The first chapter describes numerous studies of the psychological readiness of young people for early marriage and family life. The function of communication in the family includes the creation of a harmonious environment for emotional and mental recovery, communication between family members, as well as the interaction of the family with the outside world and the cultural values of society.

An empirical study of the psychological readiness of young people for early marriage and family life is described in the second chapter. Research on the readiness of young people for family life showed problematic points according to the following indicators: misconceptions about the peculiarities of gender role behavior; lack of psychological readiness for housework, equal distribution of household duties; lack of formation of psychological features necessary for harmonious communication in marriage, inability to resolve conflict situations in intersex communication; lack of psychological and practical preparation for raising and caring for children, performing maternal and paternal functions.

In the third chapter, a corrective training program for psychological readiness of young people for early marriage and family life is developed and described. The purpose, tasks, methods and techniques for working with this category of clients are presented.

The conclusions of the work contain a clear statement of the theoretical and empirical results of the study of the problem of the psychological readiness of young people for early marriage and family life.

The practical significance of the obtained research results is that its main provisions and conclusions can be used in the activities of practical psychologists

during counseling and training work with young people who are preparing for family life.

Key words: family, partners, psychological readiness, early marriage, marital relations, youth.

ЗМІСТ

| | |
|---|-----------|
| ВСТУП..... | 2 |
| РОЗДІЛ 1..... | 5 |
| ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ МОЛОДІ ДО РАНЬОГО ШЛЮБУ ТА СТВОРЕННЯ СІМ'Ї..... | 5 |
| 1.1. Поняття інституту сімейних відносин в психологічній літературі..... | 5 |
| 1.2. Особливості розвитку взаємовідносин майбутнього молодого подружжя..... | 14 |
| 1.3. Чинники що впливають на формування готовності молоді до раннього шлюбу та створення сім'ї..... | 19 |
| РОЗДІЛ 2..... | 23 |
| ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ МОЛОДІ ДО РАНЬОГО ШЛЮБУ ТА СТВОРЕННЯ СІМ'Ї..... | 23 |
| 2.1. Загальна характеристика емпіричного дослідження психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та створення сім'ї | 23 |
| 2.2. Аналіз результатів дослідження психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та створення сім'ї | 27 |
| РОЗДІЛ ІІІ. ТРЕНІНГОВА ПРОГРАМА РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ МОЛОДІ ДО РАНЬОГО ШЛЮБУ ТА СТВОРЕННЯ СІМ'Ї | 61 |
| 3.1. Опис комплексної тренінгової програми | 61 |
| 3.2. Тренінгова програма розвитку рівня психологічної готовності молоді до с | |
| ВИСНОВКИ | 38 |
| ЄПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ | 3 |
| ДОДАТКИ..... | 8 |

р

е

н

н

я

ВСТУП

Актуальність теми. У контексті нинішніх складних соціально-економічних та соціально-політичних змін, що відбуваються в українському суспільстві, особливу актуальність набуває питання готовності молоді до раннього шлюбу. Ці зміни впливають на демографію, культурні та духовні цінності, а також на відносини в родині. У зв'язку з цим, важливо розглянути, як сучасна молодь відноситься до ідеї раннього шлюбу, з огляду на їхню психологічну та емоційну зрілість, а також здатність до самостійності та відповідальності в сімейних відносинах.

Така переорієнтація у розумінні шлюбу та родинних відносин вимагає від молодих людей осмислення нової системи цінностей, стратегії і тактики поведінки у сім'ї, а також свідомого підходу до вирішення протиріч, що характерні для сучасного життя. Це стає особливо актуальним, враховуючи, що сучасні сім'ї часто зіштовхуються з матеріальними, культурними та духовно-психологічними викликами, які можуть ускладнити здатність молоді до створення та підтримання здорових сімейних відносин.

Тому, забезпечення умов для формування психологічної готовності молоді до створення сім'ї і конструктивних подружніх взаємовідносин, в контексті готовності до раннього шлюбу, стає ключовим аспектом соціально-психологічного розвитку молодої людини як повноцінного члена суспільства.

Об'єкт дослідження – підготовка молоді до сімейного життя та створення сім'ї.

Предмет дослідження – особливості психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та створення сім'ї.

Мета дослідження – виявити особливості психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та створення сім'ї.

Досягнення мети дослідження здійснювалось послідовним вирішенням таких задач:

1. Здійснити теоретичний аналіз літератури щодо проблеми готовності молоді до раннього шлюбу та створення сім'ї.

2. Емпірично дослідити особливості психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та створення сім'ї.

3. Розробити програму соціально-психологічного тренінгу з формування готовності молоді до раннього шлюбу.

Теоретико-методологічна основа дослідження. Емпіричні та теоретичні дослідження в представленій тематиці проводили такі науковці як: теоретико-методологічні основи гендерних досліджень (П. Бергер, Р. Бейлз, Г. Гарфінкель, І. Гоффман, Л. Колберг, І. Кон, Т. Парсонс, З. Фрейд); проблеми гендерних відносин та статево-рольової поведінки, культурних стереотипів соціалізації хлопців і дівчат, конструювання маскуліності та фемінності (Т. Гурко, І. Кльоцина, Н. Лавриненко, В. Левицький, Л. Столярчук, І. Тартаковська); гендерні аспекти виховання й підготовки учнівської молоді до створення сім'ї, статеві відносини (С. Голода, В. Кравець, О. Кікінежді, М. Мушкевич, Л. Магдисюк, В. Титаренко, Р. Федоренко); проблеми подібності-відмінності чоловіка та жінки на основі особистісних характеристик, а також рольових і ціннісних орієнтацій (Д. Ісаєв, В. Каган, І. Кон, Д. Майерс, Т. Титаренко та ін.).

Методи дослідження: теоретичні (синтез, порівняння, логіко-теоретичний аналіз спеціальної психологічної та медичної літератури для розкриття сутності понять психологічної готовності молоді для шлюбу. Емпіричні – психодіагностичний комплекс для виявлення рівня готовності молоді до шлюбу, за допомогою методик: Методика «Рольові очікування та домагання у шлюбі» РОП; Методика «Мотиву вступу в шлюб»; Методика «Шкала любові і симпатії»; Методика «Мій лист про чоловіка (дружину)».

База дослідження. Вибірку дослідження склали представники неодруженої молоді, переважно студенти факультету психології Волинського національного університету імені Лесі Українки.

Новизна дослідження. В даній роботі вперше досліджуються готовність молоді до шлюбу.

Практичне значення. Полягає в можливості подальшого використання зібраного теоретичного та емпіричного матеріалу при роботі зі молоддю, розуміння картини молодого покоління щодо готовності до шлюбу, покращення розуміння молодих людей що до шлюбу, розробка тренінгів чи консультацій для профілактичних цілей що до неговності до шлюбного життя.

Апробація результатів та публікації. Результати дослідження були обговоренні та опубліковані під час проведення наступних науково-практичних конференцій, науково-практичних семінарів: XVII науково-практичного семінару «Актуальні проблеми практичної психології у Волинському регіоні» (17–27 листопада 2023 року, м. Луцьк); XVI Міжнародної науково-практичної конференції «Психологічні основи здоров'я, освіти, науки та самореалізації особистості» (28–29 березня 2024 року, м. Луцьк); Фестиваль науки Волинського національного університету імені Лесі Українки (13–17 травня 2024 року, м. Луцьк); XVIII науково-практичного семінару «Актуальні проблеми практичної психології у Волинському регіоні» (18–25 жовтня 2024 року, м. Луцьк).

Структура та обсяг роботи. Робота складається з вступу, двох розділів та додатків. Містить 10 рисунків та 3 таблиці. Список рекомендованих джерел налічує 50 найменування.

Основні положення роботи викладені у таких публікаціях:

1. Віцинець А., Мельник А., Ізмаїлов Р. Чинники що впливають на формування готовності молоді до раннього шлюбу. *Актуальні проблеми практичної психології у Волинському регіоні*. Луцьк: Вежа-Друк, 2024. С. 73-77.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ МОЛОДІ ДО РАННЬОГО ШЛЮБУ ТА СТВОРЕННЯ СІМ'Ї

1.1. Поняття інституту сімейних відносин в психологічній літературі

Дослідження сімейно-родинних стосунків, які зазнали значних трансформацій разом із усім нашим суспільством, є надзвичайно важливим на сучасному етапі. Актуальність досліджень в царині сімейної проблематики зумовлена загальною кризою сім'ї, яку відзначають педагоги, психологи, соціологи, демографи. Ця криза є доволі поширеною, виявляється у кількісних (зменшення показників народжуваності дітей, значна кількість розлучень, проблемних сімей) та якісних показниках (трансформація суспільних та сімейних цінностей, ослаблення виховної функції сім'ї, психологічні проблеми членів сім'ї тощо). Очевидно, що за таких умов необхідними є ґрунтовні дослідження сучасної сім'ї та пошук ресурсів для подолання негативних явищ.

Розвиток шлюбно-сімейних відносин історично зумовлений потребою в стійкому потомстві для виживання роду та розвитком продуктивної та господарської діяльності. В історії людства можна виділити кілька етапів: промискуїтет, характерний для ранніх суспільств; ендогамія, соціально нерегульоване співжиття в межах спільноти; та екзогамія, регульовані відносини з обмеженням на інцест, які виникли з переходом від інстинктивного до соціального способу життя. Розвиток родини як соціокультурного явища аналізується у роботах Ф. Арієса і І. Кона, з акцентом на виховання дітей. Трансформація родини, з феодального до буржуазного суспільства, пов'язана з індустріальною революцією, міграцією населення, та появою індивідуального батьківства, веде до зміни від патріархальних до нуклеарних сімей. Сучасна

родина, зародилася на початку ХХ ст., відображає загальні тенденції суспільного розвитку.

Експерти підкреслюють, що сучасні сім'ї переживають кризу, яка стає очевиднішою у більш розвинених суспільствах з вищим рівнем життя. Сім'я відображає економічні та культурні виклики суспільства, такі як економічні зміни, демографічні проблеми та культурні кризи. Вірджинія Сатір, американський психолог, наголошує на важливості гармонійних сімейних стосунків для уникнення соціальних проблем. Вона стверджує, що сім'я має бути осередком гуманістичного виховання для створення здорового суспільства.

Сім'я як природна група формує певні стереотипи поведінки, які визначають структуру сімейних взаємодій та спосіб функціонування її членів, як зазначає С. Минухін. Ці стереотипи сприяють індивідуальності та відчуттю єдності в сім'ї. Важливою задачею подружньої підсистеми є встановлення меж, що дозволяють кожному задовольняти свої психологічні потреби.

Основні характеристики сім'ї включають її функції, структуру та динаміку. Життєдіяльність сім'ї тісно пов'язана з задоволенням потреб її членів. Виховна функція сім'ї полягає у задоволенні потреб у батьківстві та материнстві, тоді як господарсько-побутова функція забезпечує матеріальні потреби та сприяє здоров'ю членів сім'ї.

Емоційна функція сім'ї передбачає забезпечення взаємної симпатії, поваги, емоційної підтримки та психологічного захисту. Культурне спілкування в родині задовольняє потреби у спільному дозвіллі та духовному розвитку. Функція соціального контролю полягає в дотриманні сім'єю соціальних норм, а сексуально-еротична функція враховує задоволення сексуальних потреб подружжя. З часом функції сім'ї змінюються, відображаючи нові соціальні умови. Зокрема, сучасні сім'ї демонструють більшу терпимість до порушень традиційних норм, таких як розлучення та позашлюбні діти. Ці зміни також впливають на виховну та емоційну функції, що потребує додаткових досліджень.

Структура сім'ї описує її склад та взаємини між членами. Існують сім'ї з авторитарною системою, де керівництво зосереджено в руках одного члена, та сім'ї з демократичною системою, де кожен член бере участь у управлінні. Дослідження цих систем може допомогти вирішити проблеми сімейних конфліктів та взаємодії з дітьми.

Окремий напрямок досліджень становить вивчення етнокультурних особливостей української родини. Дослідники зазначають особливості східнослов'янських сімей, типові для України: багатопоколінність, матеріальна та моральна залежність, невизначеність сімейних ролей та часті непорозуміння.

Сім'я, як соціальна одиниця, складається з подружжя, їх дітей (власних чи усиновлених), а також інших родичів, що створюють спільний економічний та побутовий уклад, підтримують морально-психологічний клімат і відповідають за виховання дітей. Вона відображає суспільні виклики, такі як економічні зміни, демографічні проблеми, кризи у політиці та культурі, що можуть спричинити її дезорганізацію.

В умовах кризи, сім'я як соціальний інститут стикається з труднощами, які впливають на її основні функції, включаючи економічне забезпечення та створення комфортних побутових умов. Це впливає на моральний та психологічний клімат, виховання дітей та організацію дозвілля.

Особливо складними є умови для молодих сімей. Українські молоді сім'ї, де вік чоловіка та жінки не перевищує 28 років, стикаються з матеріальними та житловими викликами. Невизначеність майбутнього, нестабільність роботи та доходів, недостатня підготовка до сімейного життя впливають на демографію, внутрішньосімейні взаємини, виховання дітей та організацію вільного часу. Ці виклики є актуальними для великої частини молоді України, враховуючи, що значна частина населення країни перебуває у шлюбі або готується до нього, зосереджуючи свою увагу на питаннях шлюбу та сімейних відносин.

Державна підтримка молодих сімей в Україні втілена у законодавстві, зокрема у Законі про сприяння соціальному становленню молоді, а також у

програмах Міністерства молоді та спорту, спрямованих на покращення умов життя молодих жінок та сімей. Ці заходи реалізуються через соціальні служби для молоді, створені на початку 90-х років.

Аналізуючи різні аспекти сімейного життя, варто розглянути, наскільки ефективно сучасні сім'ї виконують свої функції. Більшість сімей мають доходи нижче прожиткового мінімуму, що призводить до бідності. Не в усіх сім'ях є стабільність у працевлаштуванні, багато хто займається комерційною діяльністю для забезпечення своїх потреб. Це особливо важко для багатодітних та неповних сімей. Щодо житлово-побутової функції, лише невелика частина молодих сімей має власне житло. Більшість або живуть з батьками, або орендують житло, що ускладнює організацію домашнього побуту та впливає на мікроклімат сім'ї.

У демографічному плані, більшість молодих сімей має одну дитину або зовсім є бездітними. Це призводить до старіння населення і зменшення народжуваності. Комбінація складних матеріальних умов, проблем з житлом і демографічних викликів негативно впливає на загальний розвиток суспільства, включаючи економіку, науку і здоров'я населення. Ці фактори, разом із розповсюдженням таких явищ, як алкоголізм, наркоманія і хвороби, що передаються статевим шляхом, впливають на якість народжуваного покоління.

Функція комунікації у сім'ї включає створення гармонійного середовища для емоційного та психічного відновлення, спілкування між членами сім'ї. Психологічний клімат сім'ї, який формується через якість взаємовідносин, може бути позитивним чи негативним і залежить від членів сім'ї. Сприятливий мікроклімат характеризується злагодою, взаємоповагою, терпимістю, а також бажанням проводити час разом. Натомість, негативний клімат, викликаний конфліктами, нервовістю та сварками, може призводити до емоційного перенапруження та стресу. Сучасні сім'ї, особливо молоді, стикаються з високим рівнем розлучень. У багатьох випадках молоді люди не готові ані морально, ані матеріально до створення сім'ї та народження дітей, що призводить до розпаду шлюбів. У деяких регіонах України спостерігається своєрідність цього процесу.

Крім того, молоді люди все частіше відмовляються від офіційного реєстрування шлюбу та народження дітей, що веде до збільшення кількості позашлюбних дітей, в тому числі серед неповнолітніх матерів [10].

Зростає також кількість неповних сімей, де діти не отримують адекватного матеріального забезпечення і виховуються одним з батьків, зазвичай матір'ю, що впливає на їхнє особистісне формування.

В благополучній сім'ї проблеми вирішуються раціонально, з урахуванням інтересів усіх членів, де кожен має можливість задовольняти свої потреби та зберігати свободу. Проте, коли шлюбно-сімейні відносини дестабілізуються, це може призвести до зниження соціальної та працевлаштованості, психічних та фізичних проблем, ускладнення сімейного виховання, зростання дитячих хвороб, важковиховуваності, девіантної поведінки, невротичних станів, та збільшення ризику суїцидів. Фактори, що сприяють розпаду шлюбів, включають не тільки матеріальні та житлові проблеми, але й недостатню підготовку молоді до сімейного життя, включаючи медичні, соціальні, психологічні, юридичні та педагогічні аспекти, а також невміння вирішувати конфлікти.

Виховна функція сім'ї полягає у передачі соціального досвіду від дорослих до дітей. Ефективне сімейне виховання сприяє розвитку талантів та інтересів дитини, формує коректне світобачення, позитивне ставлення до праці, інкулькує гуманні моральні якості, дотримання правових і моральних норм. Ця функція, одна з найважливіших, має на меті передати молодому поколінню необхідні знання, орієнтири, норми, уміння та навички для морального життя в суспільстві.

Успіх виховання залежить від виховного потенціалу сім'ї, який у свою чергу залежить від її матеріальних і побутових умов, чисельності та структури сім'ї, взаємостосунків, які складаються між всіма членами родини, особистого прикладу батьків, їх педагогічної культури, специфіки самого процесу сімейного виховання [16; 25].

У сучасному суспільстві молоді сім'ї зіштовхуються з рядом викликів у процесі виховання дітей. Завданням соціальних служб та шкіл є допомога сім'ям

у створенні сприятливих умов для виховання, розвитку інтересів та здоров'я дітей, а також підготовка батьків до вирішення складних виховних питань. Проте, часто сім'ї стикаються з проблемою матеріального забезпечення, яка відволікає батьків від духовного розвитку дітей. Крім цього, сім'ї потребують допомоги у взаємодії з родичами та вирішенні конфліктів. Спеціальної уваги потребують сім'ї, де є конфлікти, зловживання алкоголем, аморальний спосіб життя, а також неповні та малозабезпечені сім'ї. Необхідно підготувати батьків до якісного виконання їх обов'язків.

Сім'ї з ризиковими групами, такими як багатодітні сім'ї, самотні матері, неповнолітні матері, сім'ї з дітьми-інвалідами чи батьками-інвалідами, також потребують соціальної, педагогічної та психологічної підтримки.

Рекреативна функція сім'ї полягає в організації вільного часу та відпочинку, сприяє зміцненню сімейних зв'язків, розвитку культурних і моральних цінностей. У стабільних сім'ях ця функція постійно розвивається, тоді як у дезорганізованих вона може бути порушеною. Важливим є використання часу після роботи та відпустки для відновлення фізичних та емоційних сил, а також для духовного та інтелектуального розвитку кожного члена сім'ї. Реалізація рекреативної функції молодих сімей ускладнюється через обмежені можливості проведення дозвілля, обумовлені фінансовими труднощами. Це обмежує відвідування культурних заходів та оздоровчих закладів, а також здійснення подорожей. Найчастіше доступний варіант відпочинку – це поїздки до родичів у село. Обмеженість у дозвіллі та незадовільні житлові умови часто призводять до стресу та негативного поведінкового стереотипу в сім'ї.

Аналіз показує, що всі функції сім'ї є взаємопов'язані, і невиконання однієї функції може негативно впливати на інші. Тому необхідно державне регулювання, спрямоване на підтримку і розвиток сімей, зокрема через стимулювання їхніх внутрішніх ресурсів (економічних, демографічних, виховних, рекреативних) та надання допомоги у їх реалізації. Також варто відзначити, що наукова типологія сімей ще не достатньо розвинена і вимагає

додаткової розробки для ефективного застосування у практиці освітніх установ та соціальних служб.

Ми вважаємо за доцільне визначати типи сімей залежно від функцій, яку виконує сім'я. І у той же час слід зазначити, що якусь конкретну сім'ю можна віднести до різних типів, залежно від того, під яким кутом зору вона розглядається. Отже, виходячи з основних функцій сім'ї, можна назвати такі типи сімей [10; 23]:

1. Залежно від виконання матеріально-економічної функції:

– за рівнем матеріальної забезпеченості – бідні, малозабезпечені, забезпечені, багаті;

– за професійною приналежністю, освітнім рівнем, віком, ставленням, до релігії та за особливими умовами сімейного життя – сім'ї робітників, службовців, акторів, вчителів та ін.; студентські сім'ї; неповнолітніх; баптистів, мусульман; моряків, космонавтів, висококваліфікованих спортсменів, геологів та ін.

2. Залежно від виконання житлово-побутової функції, за структурою сім'ї та особливостей проживання:

– за складом сім'ї (структурою): неповні, прості нуклеарні (батьки і діти), складні (батьки, діти, дідусі, бабусі – у різних варіантах);

– великі (батьківська пара, декілька дітей зі своїми сім'ями – три і більше подружніх пар).

3. Залежно від виконання демографічної функції:

– за кількістю дітей в сім'ї: інфертильні (бездітні), одnodітні, малодітні (2 дитини), багатодітні (3 і більше дітей до 16 років);

– за однорідністю соціального складу: однорідні (сім'я складається з представників однакових соціальних прошарків – робітничі сім'ї, сім'ї інтелігентів, сім'ї вчених і т.д.) – їх налічують до 70 відсотків; різнорідні сім'ї (члени сім'ї мають різну освіту, професію. У таких сім'ях у їх членів загальних інтересів менше) за регіональними принципом (міські, сільські);

– за тривалістю подружнього життя – сім'ї молодожонів (до 1 року); сім'ї з тривалістю подружнього життя від 1 до 3 років; від 3 до 5 років; від 5 до 10 років; від 10 до 20 років; від 20 до 25 років; від 25 до 30 років; від 30 років і більше.

Деякі автори таку типологію розглядають дещо інакше і виділяють етапи життєвого циклу, що враховують тривалість спільного проживання й вік дитини: молоді сім'ї, сім'ї з дітьми певного віку, сім'ї пенсіонерів.

В зарубіжній літературі визначаються відповідно такі типи сімей:

– сім'я двокар'єрна (чоловік і жінка-професіонали); сім'я середнього класу, сім'ї кольорових (в США), міжнаціональні сім'ї, сім'ї безробітних, гомосексуалістів, емігрантів, національних меншин у зоні конфлікту та ін.

4. Залежно від виконання комунікативної функції:

– сім'ї за типом керівництва – гелітарні (рівноправні, демократичні); авторитарні (підпорядкування одного члена подружньої пари іншому);

– за типом юридичних взаєностосунків – побудовані на шлюбних стосунках; позашлюбні (співжиття без оформлення шлюбу); оформлені юридичне, але проживають окремо;

– за юридичними взаєностосунками батьків та дітей – чоловік і жінка живуть з різними дітьми; чоловік або жінка (чи обидва) мали дітей до вступу в шлюб, зведені діти; усиновлені діти; опікунські сім'ї;

– за якістю емоційно-психологічних взаєностосунків у сім'ї: гармонійні; конфліктні; емоційно невірноважені; дезорганізовані (панує страх, культ сили);

– соціальне неблагополучні (мають негативні взаєностосунки з морально-правовими органами суспільства);

– сім'ї зі специфічними проблемами – сім'ї з психічними та фізичними захворюваннями; сім'ї правопорушників; сім'ї алкоголіків, наркоманів; сім'ї з захворюваннями на СНІД; сім'ї зі схильністю до суїциду; сім'ї інвалідів.

5. Залежно від виконання виховної функції:

– благополучні;

- неблагополучні (в тому числі, зовні благополучні);
- сім'ї групи ризику.

Існує багато типів сімей, які можна класифікувати за різними критеріями, включаючи статус благополучності та місце проживання (міські чи сільські). Багато сімей є змішаними, комбінуючи різні типи і характеристики, наприклад, змішуючи різні рівні матеріального добробуту та взаємовідносини.

Соціальні служби особливу увагу приділяють сім'ям, які потребують соціально-психологічної та соціально-педагогічної допомоги. До неблагополучних сімей належать ті, що втратили можливості для ефективного виховання через різні причини, що створює несприятливі умови для розвитку дитини. Такі сім'ї можуть мати проблеми з алкоголізмом, наркоманією, аморальною поведінкою, низьким морально-культурним рівнем, конфліктами чи педагогічними недоліками.

Зовні благополучні сім'ї також можуть мати проблеми, які виявляються у формальному спілкуванні з дітьми, відсутності єдності у вимогах до дитини, надмірній любові або суворості у вихованні, а також у неврахуванні вікових та індивідуальних особливостей дитини. Останнім часом зростає увага до сімей «нових українців», які фокусуються на бізнесі та часто зводять виховання до матеріального забезпечення дітей, не приділяючи достатньо уваги їхньому духовному та моральному розвитку.

Сімейне невдачі значно впливають на розвиток особистості дитини. У сім'ях з негативним емоційним мікрокліматом діти часто втрачають інтерес до спілкування з батьками, стають егоїстичними, замкнутими, конфліктними, упертими і часто мають проблеми з самооцінкою. Це може призвести до негативних наслідків, таких як складнощі у вихованні, правопорушення та наркозалежність.

За словами В. Сухомлинського, у благополучній сім'ї панують гармонія та взаєморозуміння між батьками, що сприяє формуванню позитивного світосприйняття у дітей. В таких сім'ях існує сильний внутрішній зв'язок,

взаємна повага, позитивна моральна атмосфера, які сприяють розвитку здорових духовних та моральних цінностей.

Сім'я має важливу роль у формуванні особистості дитини, особливо у підлітковому віці, коли формується самосвідомість. Батьківське ставлення є ключовим фактором у становленні образу «Я» підлітка. Спосіб, яким батьки сприймають і розуміють своїх дітей, впливає на їхнє самосприйняття, самооцінку та соціальну адаптацію.

В сучасному суспільстві сім'я залишається найстабільнішою соціальною одиницею, що підтримує духовні та фізичні сили людини, формує основи соціалізації та сприяє духовному дозріванню особистості.

1.2. Особливості розвитку взаємовідносин майбутнього молодого подружжя

Формування молодого сім'ї – важлива соціальна, психологічна, демографічна та державна проблеми. В сучасних умовах економічної кризи в Україні вона стала вкрай гострою. Як об'єкт соціологічного та психологічного аналізу і соціальної політики молода сім'я вивчена недостатньо. Проблемі становлення молодого сім'ї присвячена значна кількість досліджень [9; 10], але більшість з цих праць соціологічного та демографічного плану. Окремі соціально-психологічні аспекти життєдіяльності молодого сім'ї розглядалися у ряді досліджень [3; 20]. Ґрунтовний аналіз психологічних проблем молодого подружжя, який би базувався на лонгітюдних дослідженнях як дисфункційних, так і благополучних сімей, в сучасній літературі не представлений. Саме тому, наше дослідження було спрямоване на вивчення молодого сім'ї.

З моменту оформлення шлюбу подружжя пара протягом свого подальшого життя проходить ряд етапів. Кожному з них відповідають певний стан, умови існування сім'ї, характер взаємин та проблеми. По-різному складається життя

сім'ї на окремих етапах, змінюються її структура, характер сімейної взаємодії. Однак, єдиної, загальноприйнятої градації життєвого циклу сім'ї не існує.

Поняття «життєвого циклу сім'ї», або «сімейного циклу» демографи і соціологи [19] визначають як послідовність соціально-демографічних станів, що переживає сім'я з моменту створення до часу припинення свого існування. «Життєвий цикл сім'ї» з демографічних позицій являє собою процес, що відбувається безперервно і призводить до постійної зміни шлюбної та сімейної структури населення [3]. Аналізуючи сім'ю із соціологічних позицій, дослідники Я. Щепанський, А. Рум'янцев визначають три фази розвитку подружньої пари: період до народження дитини, період виховання дітей, період після відділення самостійних дітей (цит. за [3]). Подібна інтерпретація «життєвого циклу сім'ї» із соціологічних позицій не пояснює психологічних проблем і труднощів, з якими зустрічається сім'я, і того, яким чином вона їх вирішує. «Життєвий цикл сім'ї» з психологічної точки зору, це – складний, динамічний процес взаємодії членів сімейної системи як незалежних особистостей з власними життєвими та сімейними сценаріями, в ході якого відбувається трансформація окремих життєвих циклів в один. Цей процес супроводжується взаємною адаптацією, переживанням подружжям певних психологічних станів, вирішенням психологічних проблем і завдань, характерних лише для окремої стадії та їх загострення при переході сім'ї з однієї стадії в іншу.

Відомою є система «стадій», запропонована Е. Duvall, який як основну ознаку їх розмежування використовує факт наявності чи відсутності дітей у сім'ї та їх вік. Згідно з його теорією, визначають такі стадії в життєвому циклі сім'ї: зустріч подружжя, їх емоційний потяг один до одного; прийняття та розвиток нових ролей; прийом у сім'ю нової особистості, перехід від діадних взаємин подружжя до взаємин у трикутнику; введення дітей у позасімейні інститути; прийняття підліткового віку дітей; експерименти з незалежністю; підготовка до періоду, коли діти покидають сім'ю; залишення дітьми сім'ї, примирення з цим, життя подружжя «око в око»; прийняття факту виходу на пенсію і старості.

На увагу заслуговують концепції життєвого циклу сім'ї Е. Васильєвої, J. Haley, M. Hicks, R. Hill. Автори виділяють структурний аспект у функціонуванні сім'ї. Так, Е. Васильєва визначає п'ять стадій життєвого циклу: зародження сім'ї з моменту шлюбу до народження першої дитини; народження і виховання дітей; закінчення виконання сім'єю виховної функції; діти живуть з батьками і хоча б один з них не має власної сім'ї; подружжя живе одне чи з дітьми, які мають власні сім'ї.

В концепції R. Hill домінує вік дітей, і автор виділяє такі чотири стадії розвитку сім'ї: партнерство без дітей; сім'я з маленькими дітьми; сім'я з дітьми підліткового віку; сім'я після відокремлення дорослих дітей. Зародження сім'ї – складний процес, коли формування внутрішньосімейних і позасімейних взаємин, зближення звичок, уявлень, цінностей подружжя проходить досить інтенсивно і напружено. До моменту появи першої дитини молода сім'я вирішує ряд завдань: адаптація до подружнього життя та до психологічних особливостей партнера, завершення сексуальної адаптації. Чимала частина молодих сімей розпадається саме на початковому етапі сімейного життя. Основні причини розпаду таких шлюбів, на думку П. Дичюс – невідповідність до подружнього життя, незадовільні побутові умови, відсутність житла, втручання родичів у стосунки молодого подружжя [4].

Після початкової стадії сімейного життя настає період зрілої сім'ї, коли з'являються діти. На цьому етапі розвитку сім'ї акцент зміщується на виховання та розвиток дітей, що стає ключовим завданням. Поява дітей в сім'ї стає випробуванням для її ефективності на попередніх стадіях і вимагає від батьків нових навичок та якостей. Коли у сім'ї з'являються підлітки, за дослідженнями різних авторів, спостерігається зниження задоволеності сімейним життям. Цей період характеризується емоційним охолодженням, конфліктами, включаючи сексуальну незгоду та розлучення. Головними проблемами є перевантаження батьків і перебудова взаємин.

На завершальній стадії життя сім'ї зменшується активність виховної діяльності, з'являються конфлікти з дорослими дітьми, що прагнуть самостійності. Зростає значення відпочинку та домашньої роботи, особливо догляду за онуками.

Деякі дослідники вважають, що традиційні періодизації життєвого циклу сім'ї можуть бути недостатньо точними для психологічного дослідження та консультування. Замість цього, вони пропонують звернути увагу на різні аспекти міжособистісних відносин, кризові періоди та реакції партнерів на кризові ситуації в сім'ї. Важливою є взаємодія та емоційні відносини між подружжям, тривалість шлюбу, вік партнерів, взаємодія з дітьми та їхня роль у сім'ї. Все це впливає на динаміку розвитку сімейних відносин та вирішення виникаючих проблем.

Грунтовний аналіз наукової літератури та власний досвід психологічного консультування зосередили нашу увагу на періодизації, запропонованій В. Сисенком [9], в основі якої лежить тривалість шлюбу: зовсім молода сім'я (до 4-х років спільного життя); молода сім'я (від 5-ти до 9-ти років); середня сім'я (від 10-ти до 19-ти років); зріле подружжя (від 20 років і більше).

Визначені В. Сисенком стадії функціонування сім'ї дають можливість як практикуючим психологам, так і дослідникам зрозуміти та спрогнозувати характер розвитку сімейних взаємин у різних типах сімей (безплідна, неповна, повторний шлюб, позашлюбна сім'я тощо), а не лише у середньостатистичній сім'ї.

Аналіз показує, що немає одностайності щодо визначення поняття «психологічна сумісність». Деякі дослідники трактують це як відповідність або відмінності у характерах, поглядах, звичках, тоді як інші вбачають у сумісності процес взаємного пристосування. Ключові передумови подружньої сумісності включають сексуальну гармонію, соціальну зрілість, здатність забезпечувати сім'ю, відчуття обов'язку, самоконтроль, подібність характерів та інтелекту, а також матеріальну відповідність. Психологічна сумісність між партнерами

створює різні рівні взаємодії: від психофізіологічної сумісності (узгодження темпераментів, сенсомоторних актів) до соціально-ціннісної сумісності, що включає узгодженість цінностей, цілей, очікувань та відображає глибину взаєморозуміння та єдності думок у сім'ї.

Поняття "молода сім'я" також не має єдиного визначення. Часто його визначають за віком подружжя або тривалістю шлюбу. У цьому контексті "молодою" можна вважати сім'ю, яка перебуває на початковій стадії подружнього життя, приблизно протягом перших п'яти років. Цей період характеризується адаптацією до сімейного життя, партнера, формуванням сімейних норм і ролей, а також загостренням подружніх проблем.

Важливим є також дошлюбний період, який є фундаментом для майбутнього сімейного життя. Цей етап часто недооцінюється, хоча він має вирішальне значення для подальшої стабільності шлюбу. На цьому етапі пари збирають спільні враження, глибше пізнають один одного і планують своє майбутнє. Однак, закоханість часто призводить до ідеалізації партнера, ігноруючи його недоліки.

Наше дослідження акцентує на важливості вибору шлюбного партнера, що відображає установки і цінності особистості щодо сім'ї та шлюбу. Ці фактори формують міжособистісні взаємини, впливають на задоволеність і стабільність у сімейному житті. Як зазначає Н. Соловйов, існують різні типи установок на шлюб, від негативних до високих очікувань. Найефективнішою є середньорівнева установка на створення сім'ї. Також ключовим є психологічна підготовка до сімейного життя. Дослідження Т. Буленко виявило, що багато молодих людей мають низький рівень готовності до шлюбу, недостатньо розвинені ціннісні орієнтації і сімейну мотивацію. Часто спостерігаються розбіжності у розподілі сімейних ролей.

Становлення сім'ї вимагає фізичної, психічної та соціальної зрілості. Фізична зрілість означає біологічну готовність до батьківства, психічна -

здатність виконувати сімейні обов'язки, а соціальна зрілість передбачає самостійність і здатність забезпечувати сімейне існування.

Сімейні відносини починають формуватися ще до шлюбу, у період залицяння, і це має велике значення для подальшої стабільності шлюбу. Початкова стадія сімейного життя включає накопичення спільних досвідів, глибше пізнання одне одного та планування майбутнього. Однак, часто цей етап недооцінюється, що може призвести до розбіжностей у подружньому житті.

1.3. Чинники що впливають на формування готовності молоді до раннього шлюбу

У сучасному суспільстві важливим питанням є готовність індивіда до виконання сімейних ролей і обов'язків. Це зумовлено невідповідністю ціннісних орієнтацій, вирощених у батьківських сім'ях, складнощами у формуванні рольової структури майбутньої сім'ї, а також відсутністю відповідальності за підтримку стабільних взаємовідносин. Особлива увага приділяється психологічній готовності до шлюбу, яка забезпечує створення міцних сімейних стосунків.

Психологічний контекст «готовності» включає формування системи установок і навичок, які сприяють позитивному ставленню до шлюбу та адаптації до нової ролі [11]. Л. Шнейдер визначає готовність до шлюбу як інтегральну категорію, що об'єднує моральний комплекс, готовність до міжособистісного спілкування, здатність до самовідданості, емпатію, естетичну культуру, а також уміння конструктивно вирішувати конфлікти [19].

Складовими готовності до шлюбу є фізична, соціальна, сексуальна, інструментальна, психологічна та педагогічна готовність. Психологічна готовність передбачає створення стійких сімейних стосунків, здатність до

розподілу ролей і обов'язків, створення сприятливого мікроклімату та усвідомлення чинників формування здорової сім'ї.

Психологічна готовність до шлюбу включає здатність до подружнього взаєморозуміння, що базується на наступних чинниках:

Справжнє кохання як мотив шлюбу. На відміну від ілюзорного сприйняття кохання, справжнє кохання вважається ключовим фактором гармонії у шлюбі. Н. Пезешкіан [9] розглядає різні неправильні уявлення про кохання, такі як кохання як розслаблення, задоволення цікавості тощо. Лише глибоке і справжнє кохання може бути вирішальним у подружньому розумінні.

Подружня сумісність. Це включає взаємність почуттів, сумісність характерів, темпераментів, інтересів, уявлень та звичок. Вона заснована на емоційній і духовній близькості партнерів.

Здатність до адаптації та розподілу ролей у шлюбі. Це включає гармонізацію думок, почуттів, поведінки через взаємне пізнання, ідентифікацію та рефлексію.

Уявлення про шлюб. Це включає особистісну картину світу, яка базується на реальних уявленнях про шлюб, а не на ілюзіях. Ілюзорні уявлення можуть створювати нереалістичні очікування [10].

До концепції «здатності до шлюбу» В. Торохтій [7] вносить такі компоненти:

Здатність піклуватися і самовіддано служити іншій особі.

Емпатія і співпереживання з партнером.

Здатність до співробітництва та міжособистісного спілкування.

Високий етичний і психологічний рівень, що передбачає терпимість, великодушність та здатність приймати іншу людину з усіма її особливостями.

У сучасному суспільстві значення психологічної готовності до сімейного життя полягає у формуванні певних цінностей: взаємної поваги, кохання, самоповаги, відданості, і саморозвитку як особистості, так і партнера. Важливим

є виховання навичок прийняття обдуманих рішень і вирішення конфліктів конструктивним шляхом.

Серед чинників, що впливають на психологічну готовність до шлюбу, виділяють:

Автентичне кохання як мотив укладання шлюбу. Н. Пезешкіан розрізняє справжнє кохання від ілюзорного, вказуючи на такі неправильні форми, як кохання з метою задоволення цікавості чи як засіб досягнення цілей. А. Менегетті стверджує, що справжнє кохання передбачає здатність відповідати на потреби коханої особи.

Подружня сумісність. Включає взаємність почуттів, сумісність характерів, інтересів та поглядів. Ця сумісність підтримується спільністю духовних і емоційних зв'язків [11].

Подружня адаптація та розподіл ролей. Охоплює взаємне узгодження думок, почуттів і поведінки, використовуючи ідентифікацію та рефлексію для пізнання один одного. Включає адаптацію у матеріально-побутовій, морально-психологічній та інтимно-особистісній сферах [7].

Ці чинники визначають здатність особистості до створення міцних, здорових сімейних відносин, заснованих на взаєморозумінні, повазі та гармонії.

Уявлення про шлюб та сім'ю як визначальний чинник подружнього взаєморозуміння.

У сучасному контексті важливість психологічної готовності до сімейного життя полягає в розумінні, що картина світу людини, включаючи уявлення про шлюб та сім'ю, формується не лише на основі особистого досвіду та раціонального мислення, але й під впливом ілюзорних уявлень [7]. Часто такі уявлення про майбутнє сімейне життя та партнера відриваються від реальності, будуючись на стереотипах, страхах, проєкціях. Значний вплив на формування поглядів щодо сім'ї має батьківська модель поведінки та стосунків. Діти несвідомо відтворюють звички та моделі стосунків, перейняті від батьків, незалежно від їхньої адекватності [6].

С. Ковальов вказує на парадокс уявлень молоді про шлюб: значні розбіжності між бажаними якостями майбутнього партнера та реальними критеріями вибору в повсякденному житті [7]. Це може призвести до розчарувань та відсутності взаєморозуміння у майбутньому подружжі.

О. Кляпець та Т. Ларіна наголошують, що готовність до шлюбу зумовлена соціальними, соціально-психологічними та індивідуально-психологічними факторами. Успішність та гармонія в шлюбі залежать від того, наскільки молоді люди почуватимуться впевнено у цьому союзі [8].

Таким чином, розуміння та аналіз особистісних уявлень про шлюб та сімейне життя є ключовими для формування здорових та гармонійних сімейних взаємин.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ МОЛОДІ ДО РАНЬОГО ШЛЮБУ ТА СТВОРЕННЯ СІМ'Ї

2.1. Загальна характеристика емпіричного дослідження психологічної готовності молоді до раннього шлюбу

Організація емпіричного дослідження (дослідження психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та створення сім'ї) проходила у три етапи.

Перший етап є пошуковим. У ході роботи було проведено аналіз джерел з питання психологічної готовності молоді до раннього шлюбу. Були виявлені та узагальнені основні компоненти психологічних особливостей готовності молоді до шлюбу. Згідно з отриманих даних були підібрані методики, які б найкраще висвітлювали дану проблему.

Другим етапом є організація та проведення емпіричного дослідження. Даний етап складається з підготовки онлайн опитувальників використаних методик емпіричного вивчення, інструкцій, бланків та проведення психодіагностики. Для емпіричного дослідження були підібрані психологічні методики, спрямовані на вивчення соціально-психологічних чинників психологічної готовності молоді до раннього шлюбу. Проведення емпіричного дослідження відбувалося за допомогою методики:

1. Методика «Рольові очікування та домагання у шлюбі» РОП;
2. Методика «Мотиву вступу в шлюб», розроблена;
3. Методика «Шкала любові і симпатії»;
4. Методика «Мій лист про чоловіка (дружину)».

Третім етапом виступала обробка та статистичний аналіз результатів, отриманих під час дослідження, та узагальнення підсумків.

Вибірку дослідження склали представники неодруженої молоді, переважно студенти факультету психології Волинського національного університету імені Лесі Українки, 30 чоловіків та 30 жінок. Вік досліджуваних в межах 18–24 років.

Зважаючи на аналіз наукових джерел, компонентами готовності молоді до створення сім'ї визначили когнітивний, емоційно-оцінний і поведінковий. Кожен з них характеризувався певними критеріями, які, у свою чергу, містили відповідні показники сформованості досліджуваної якості.

Критеріями сформованості у молоді готовності до сімейного життя відповідно названих компонентів визначили:

1. Когнітивний компонент: знання про сім'ю, способи і засади її створення, уявлення про правила її ефективного функціонування.

2. Емоційно-оцінний компонент: емоційно-позитивне ставлення до сім'ї, мотивація на її створення, поцінування норм і правил її ефективної життєдіяльності.

3. Поведінковий компонент: уміння застосовувати наявні знання, ставлення та дотримувати норм і правил особистісної взаємодії на засадах взаємоповаги, взаєморозуміння, взаємопідтримки як реальних основ функціонування сім'ї.

До показників критеріїв когнітивного компоненту належать: знання сутності сім'ї, передумов і способів її створення та розвитку; знання правил конструктивної взаємодії між статями; уявлення про засоби досягнення сумісності партнерів; розуміння сутності поняття "готовність до створення сім'ї".

Показниками критеріїв емоційно-оцінного компоненту є: ставлення до сім'ї і сімейної життєдіяльності як до особистісної цінності; прагнення вступати у сімейні взаємовідносини і розвивати їх на паритетних засадах; адекватну самооцінку та оцінку свого партнера; мотивовану орієнтацію на різнофункціональні внутрішньо сімейні стосунки.

Показниками критеріїв поведінкового компоненту є: реальні вчинки, що співвідносяться з показниками когнітивної та емоційно-оцінної сфери; поведінка з представниками протилежної статі, що ґрунтується на нормах моралі, діалогового спілкування.

Компоненти, критерії та їх показники перебувають у тісному взаємозв'язку та взаємозалежності.

На основі теоретичного аналізу літератури нами були встановлені основні чинники, які впливають на особливості психологічної готовності молоді подружніх стосунків. До таких чинників було віднесено: 1) узгодженість сімейних цінностей і рольових настановлень (очікувань і домагань); 2) мотиви створення сім'ї; 3) емоційно-оцінне забарвлення стосунків, (прихильність, турбота, пошана, захоплення); 4) причини непорозуміння і конфліктів між подружжям. Відповідно до визначених чинників було підібрано методики дослідження.

1. Методика «Рольові очікування та домагання у шлюбі» РОП. Методика призначена для визначення узгодженості сімейних цінностей і рольових настановлень (очікувань і домагань) у подружній чи потенційно подружній парі. Дана методика дає змогу з'ясувати:

1) уявлення партнерів про значущість в сімейному житті сексуальних взаємин, особистісної спільності чоловіка і дружини, батьківських обов'язків, професійних інтересів кожного з подружжя, господарсько-побутового обслуговування, моральної та емоційної підтримки, зовнішньої привабливості партнерів. Ці показники, відображуючи основні функції сім'ї, складають шкалу сімейних цінностей (ШСЦ);

2) уявлення подружжя про бажаний розподіл сімейних ролей у процесі реалізації сімейних функцій. Ці уявлення поєднані шкалою рольових очікувань і домагань (ШРОД).

В результаті проводиться аналіз індивідуальних показників шкали сімейних цінностей, рольових очікувань і домагань кожного з партнерів. Проводиться на основі підрахунку балів, у результаті чого маємо:

– ієрархія сімейних цінностей кожного з пари. Чим більше балів він (вона) набирає за шкалою сімейних цінностей, тим більш значущою для нього (неї) є ця сфера життєдіяльності сім'ї;

– рольові очікування і домагання кожного з партнерів за кожною сімейною функцією.

2. Методика «Мотиву вступу в шлюб». Проведене у 1989 році ґрунтовне дослідження на основі такої анкети мотивів створення сім'ї показало, для якої частини чоловіків та жінок та або інша причина створення сім'ї була головною. Розроблена анкета застосована нами з метою вивчення мотивів вступу в шлюб досліджуваних.

3. Методика «Шкала любові і симпатії» З. Рубіна в модифікації Л. Гозман. Тест призначений для визначення, що переважає у взаєминах: кохання або симпатія. Спочатку шкали кохання і симпатії З. Рубіна являли собою 2 набори висловів, в кожен з яких входило 13 пунктів, потім у міру роботи над створенням методики кількість тверджень була зменшена до 9. При складанні шкал опитувальника З. Рубін виходив з певних теоретичних уявлень про внутрішню структуру вимірюваних феноменів. Зокрема, важливими для виміру представлялися три компоненти кохання: прихильність, турбота і міра інтимності стосунків. Шкала симпатії реєструє: міру пошани, міру захоплення і міру сприйманої схожості об'єкту оцінки з респондентом. У остаточний варіант методики включено 14 пунктів.

4) Методика «Мій лист про чоловіка (дружину)». Методика була розроблена у 1998 році і є варіантом відомого в психології методу незавершених речень. Даний тест широко використовується в родинному консультуванні і покликаний виявити причини непорозуміння і конфліктів між подружжям з подальшою можливістю їх рішення. Для чоловіків та жінок методика володіє

великою цінністю: структурована інформація, що міститься в ній, може бути відкриттям для одного або обох з подружжя, що дає можливість для нових перспектив спільного життя. Тест бажано проходити обом – написати «листа», заповнивши запропоновані незавершені речення. Проте, діагностика лише одного з подружжя дозволяє йому краще зрозуміти себе і претензії, що пред'являються, вимоги, побажання до чоловіка. Час заповнення тесту не обмежений, в середньому займає не більш за півгодини. Після заповнення форми листа подружжю належить обмінятися написаним і прочитати варіант листа партнера. Далі слід обговорити написане собою і партнером по шлюбу. Особливу увагу слід звернути пропозиціям що залишилися незаповненими або дописаним дуже детально і об'ємно.

2.2. Аналіз результатів дослідження психологічної готовності молоді до раннього шлюбу

Враховуючи, що досліджувані чоловіки та жінки не перебувають у шлюбі, за методикою *“Рольові очікування та домагання у шлюбі”* РОП нами аналізувалися лише ієрархія їх сімейних цінностей та співвідношення рольових очікувань і домагань з метою їх порівняння за кожною сімейною функцією. Рольові очікування – це установка на активне виконання партнером родинних обов'язків, а рольові домагання – особиста готовність кожного з партнерів виконувати родинні ролі.

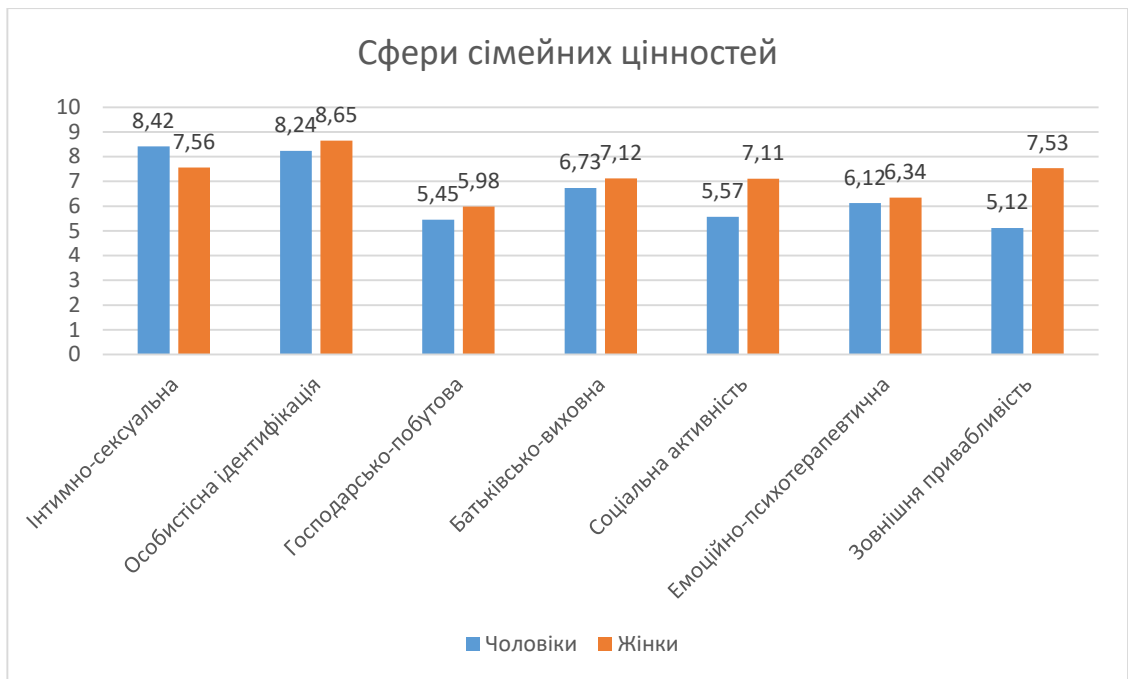


Рис. 2.1. Результати оцінки сфери сімейних цінностей за методикою «Рольові очікування та домагання у шлюбі» РОП

Аналіз особливостей орієнтацій молоді в інтимно-сексуальній сфері засвідчив, що молодь надає великого значення та орієнтується на сексуальну гармонію в сім'ї як важливу умову сімейного щастя та благополуччя. Проте у чоловіків (8,42) цей показник значущо переважає показник жінок (7,56), що свідчить про надання ними інтимно-сексуальній сфері більшого значення. Кожен вважає сексуальну гармонію важливою умовою подружнього щастя, ставлення до партнера суттєво залежить від оцінювання її як сексуального партнера.

Щодо сфери особистісної ідентифікації з партнером, слід зазначити, що молоді притаманні високі очікування спільності в інтересах, потребах, захопленнях, поглядах на життя, ціннісних орієнтаціях зі своїм майбутнім сімейним партнером, а також сумісного проведення вільного часу. Зокрема, у показники жінок (8,65) та чоловіків (8,24) не відрізняються значущо та відповідають високому рівню. Чоловіки та жінки очікують спільності інтересів, потреб, ціннісних орієнтацій, способів проведення дозвілля.

У господарсько-побутовій сфері молодь орієнтується на те, що більшість функцій при веденні домашнього господарства, забезпеченні сімейно-

побутового комфорту сім'ї, буде виконувати партнер, на рівні незначно вищому за середній та без значущих відмінностей у виявлених показниках чоловіків (5,45) та жінок (5,98). Зазначимо, що «рольові очікування» жінок від партнера активного вирішення побутових питань та до участі його в організації побуту є більшими за чоловіків. «Рольові домагання» чоловіків як настановлення на власну активну участь у домашньому господарюванні є вищими за жінок. В цілому слід визначити недооцінку молоддю значущості побутової організації сім'ї.

Аналізуючи особливості орієнтацій молоді щодо батьківсько-виховної сфери, слід зазначити, що представникам молодого покоління властивою є відповідальність за своїх дітей та прагнення повноцінно їх виховувати. Так жінки (7,12) показали значущо вищі результати за чоловіків (6,73). Цікавим є також те, що «рольові домагання» як орієнтацію чоловіка (дружини) на виконання власних обов'язків, пов'язаних з вихованням дітей і чоловіків і жінок є вищими за «рольові очікування» як настановлення особистості на активну батьківську позицію шлюбного партнера, тому прагнення до особистої участі у виконанні батьківсько-побутових функцій переважає над бажанням передати ці функції своєму партнеру. Молодь велике значення надає ролі батька (матері) та визнає батьківство за основну цінність, що концентрує навколо себе життя сім'ї.

Результати вивчення сфери соціальної активності показали, що молодь переважно орієнтується на соціальну активність (професійну, суспільну), впровадження позасімейних інтересів, які є основними цінностями в процесі міжособистісної взаємодії партнерів для стабільності шлюбно-сімейних відносин. Втім, у жінок (7,11) така орієнтація є значно вищою за чоловіків (5,57), що може свідчити про те, що чоловік повинен мати серйозні професійні інтереси, грати активну суспільну роль, ефективно забезпечувати родину. «Рольові очікування» жінок як ступінь орієнтації на те, що шлюбний партнер повинен мати серйозні професійні інтереси, грати активну суспільну роль є вищими за їх «рольові домагання» як виразність власних професійних потреб, а у чоловіків

навпаки. При цьому слід зазначити, що виразність особистих професійних потреб особистості у соціальній активності є нижчою від професійних вимог до свого партнера, та знаходиться на нижчому рівню розвитку.

У емоційно-психотерапевтичній сфері молодь орієнтується на взаємну моральну та емоційну підтримку членів сім'ї, виділяючи її як важливу цінність, а також сприймає шлюб як середовище, яке сприяє психологічному розвантаженню та підтриманню внутрішнього комфорту. Слід зазначити також і той факт, що розподіл емоційно-психотерапевтичних функцій знаходиться на однаковому рівні у чоловіків (6,12) та жінок (6,34) й значущо не відрізняється. «Рольові домагання» жінок демонструють вищу спрямованість на опанування ніші сімейного «психотерапевта» за чоловіків та переважають над їх «рольовими очікуваннями». Чоловіки більш орієнтовані на виконання жінками ролі емоційного лідера сім'ї в таких питаннях, як корекція психологічного клімату, моральна і емоційна підтримка, створення «психотерапевтичної атмосфери» в родині.

Аналізуючи особливості шлюбних орієнтацій молоді щодо сфери зовнішньої привабливості, слід зазначити, що молодь орієнтується як на свій, так і на зовнішній вигляд свого партнера, надає йому вагомого значення та прагне, щоб він відповідав стандартам сучасної моди. Проте у жінок (7,53) цей показник значно вищий за чоловіків (5,12). Разом з тим жінки віддзеркалюють в «рольових очікуваннях» бажання мати зовнішньо привабливого партнера, але їх «рольові домагання» ілюструють настановлення на власну привабливість, прагнення модно і красиво одягатися. У чоловіків «рольові очікування» до жінок вищі за «рольові домагання» до власної зовнішності, що є цілком зрозумілим.

Результати оброблення анкет досліджуваних, де просили вказати їх, мотиви вступу до шлюбу наведені в рис. 2.2.

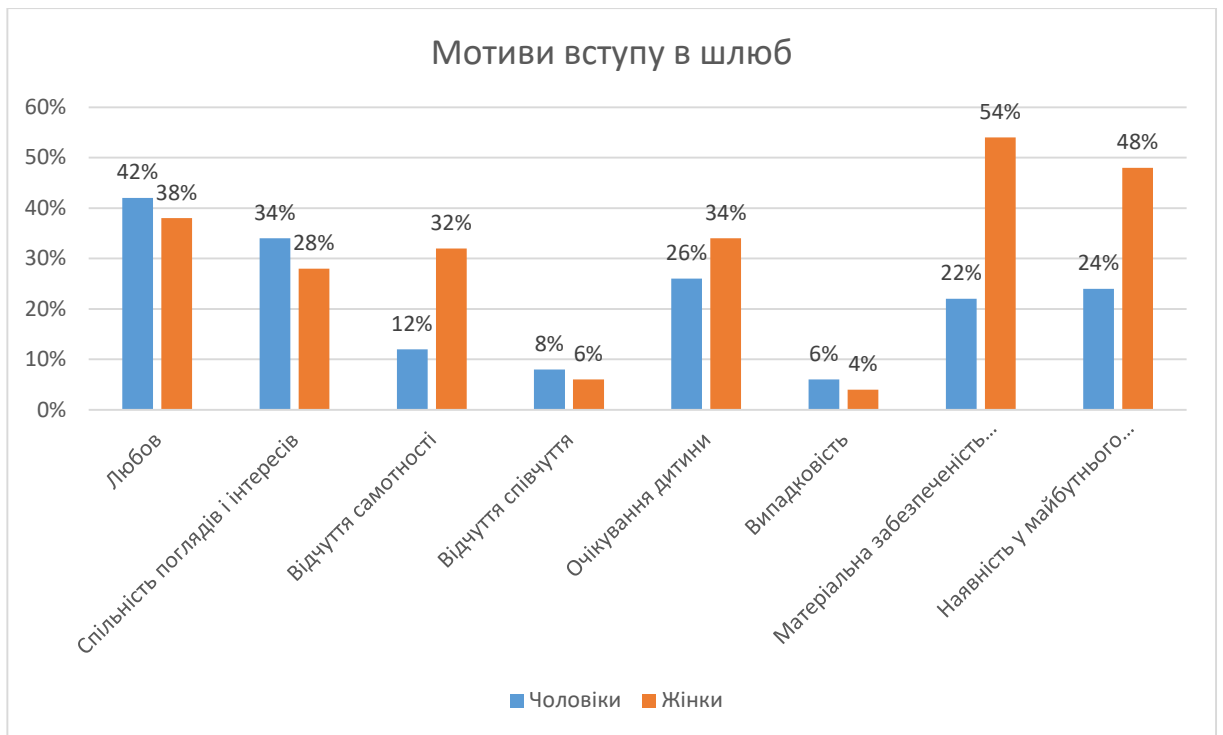


Рис. 2.2. Результати оцінки мотиву вступу в шлюб за методикою «Мотиву вступу в шлюб», %

Як показано на рис. 2.2, найбільш значущими мотивами створення сім'ї для чоловіків виявилися – Любов 42%, Спільність поглядів і інтересів 34%, Очікування дитини 26%, а для жінок – Матеріальна забезпеченість майбутнього шлюбного партнера 54%, Наявність у майбутнього чоловіка житлоплощі 48%, Любов 38%, Очікування дитини 34%. Разом цим жінки порівняно з чоловіками не показали значущі відмінності за шкалами Любов, Відчуття співчуття, Випадковість. Така орієнтованість жінок на матеріальну забезпеченість, порівняно з чоловіками може бути обумовлена тим, що жінки підсвідомо налаштовані на обертання сімейного побуту, впорядкування матеріальних статків по різних напрямках в родинному середовищі, тому їм необхідно бути впевненими в тому, що ресурсів для цього буде достатньо. Тоді як чоловіки підсвідомо орієнтовані на забезпечення сімейного господарства, вони налаштовані на постійний процес добування й забезпечення сім'ї. І хоча в наш

час такі реалії змінюються, втім усталені стереотипи, набуті століттями напевно залишають свій відбиток у підсвідомому чоловіків і жінок.

В цілому виявлено, що для чоловіків більш характерна орієнтація у створенні сім'ї на почуття, спільність та схожість у поглядах партнера, взаєморозумінні, підтримці, тенденції до співробітництва і компромісу, почуття обов'язку. Для жінок, більш характерна орієнтація на матеріальну забезпеченість, тенденція до задоволення спектра потреб поза сім'єю, почуття, взаємопідтримку та обов'язок.

За Методикою «Шкала любові і симпатії» З. Рубіна в модифікації результати наведені на рис. 2.3.

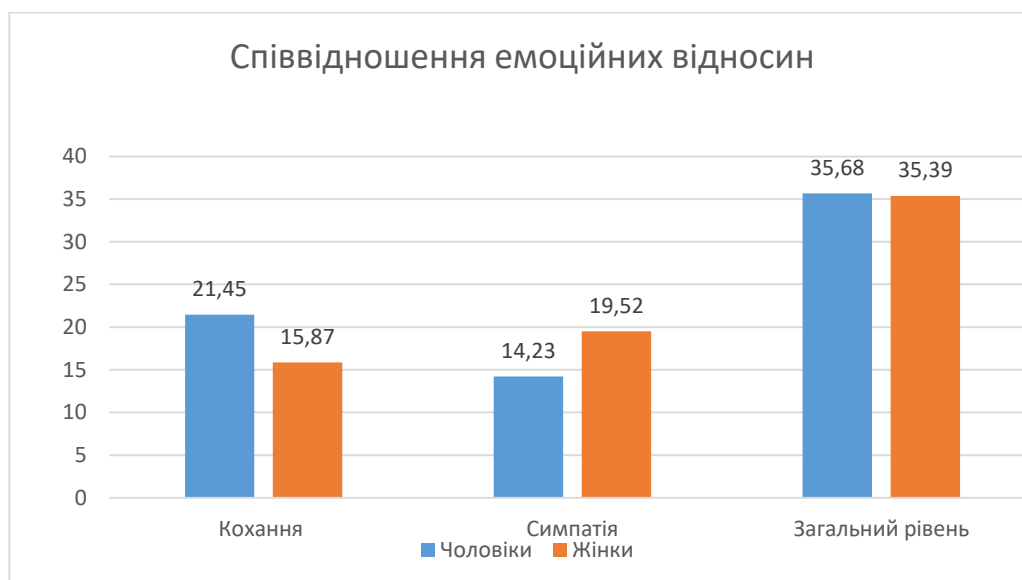


Рис. 2.3. Результати оцінки співвідношення емоційних відносин за методикою Методикою «Шкала любові і симпатії» З. Рубіна в модифікації

Як показали результати дослідження, такі компоненти кохання, як прихильність, турбота і міра інтимності стосунків є більш виразними у чоловіків – 21,45, що значущо відрізняються від показників жінок – 15,87. А за шкалою симпатії, що відображає міру пошани, міру захоплення і міру сприйманої схожості об'єкту оцінки з собою результати виявилися зворотними, для чоловіків – 14,23 результат значно нижчий за жінок – 19,52. при цьому загальний рівень емоційних відносин чоловіків і жінок значно не відрізняється.

За Методикою “Мій лист про чоловіка (дружину)” отримані наступні результати. Були проаналізовані можливі стереотипи та конфліктні сфери у взаємодії.

Аналіз листів уявлюваному майбутньому партнеру показав, що більшість чоловіків (55%) і жінок (65%) здебільше згодні з тим, що сім'я дає можливість жити з коханою людиною, мати дітей (45%/35%), наповнює життя змістом (45%/25%) і упорядковує інтимні стосунки (35%/30%). Також чоловіки менш впевнені в тому, що сім'я допомагає вирішувати матеріальні проблеми (45%/30%), додає людині впевненості у собі (37,9%/25,6%), сприяє кар'єрі (31%/28,3%).

На характер міжособистісних відносин у сім'ї безпосередньо впливає розподіл домашніх обов'язків, витрати часу членами родини на організацію споживання і побуту, розподіл сімейних доходів і система лідерства в економічних взаєминах. Отримані дані показують, що чоловіки і жінки в розподілі господарсько-економічних відносин здебільшого зорієнтовані на рівноправність.

Аналіз даних розподілу лідерства в сім'ї виділив психологічний вимір взаємин “влади – підкорення”. Значна частина чоловіків вважають, що лідером в родині повинен бути чоловік (70%). У жінок не настільки однозначний розподіл лідерства, так у сім'ї вони в більшості випадків орієнтуються на традиційний уклад сім'ї, де лідером є чоловік (45%).

Досліджувані мають розгорнуті уявлення про якості ідеального чоловіка й ідеальної дружини, проте дещо по-різному розуміють ці поняття, що може привести до формування в молоді неадекватних очікувань щодо майбутнього партнера. Складовою системи уявлень про шлюб і сім'ю є уявлення про організацію сімейного життя (тип родини, її матеріально-побутова організація, характер і стиль взаємин, права й обов'язки чоловіка і дружини, спосіб проведення вільного часу і т.ін.). За отриманими даними, уявлення чоловіків про цю сторону сімейного життя досить обмежені. Їх знання про організацію

сімейного життя показали, що 15% досліджуваних знають “нічого”, 5% “усе”, 5% “мало”, 5% “досить”. Серед тих чоловіків, що розкрили свою точку зору, більшість (25%) вказали, що для організації сімейного життя необхідна любов, менш значущим аспектом виявилися фінанси (гроші) (5%), розподіл ролей між чоловіком і дружиною вказали 10% досліджуваних. Найчастіше чоловіки вказували на важливість взаєморозуміння (10%), в одиничних випадках зустрічалися повага, здатність до компромісу, секс, благополуччя, рівноправність, упевненість (по 5%). Недостатні знання у сфері організації сімейного життя ми схильні пояснювати тим, що вона в повному її обсязі ще не стала предметом осмислення чоловіків і жінок.

Питання розподілу сімейних ролей між чоловіком і дружиною показало, що чоловік повинен забезпечувати сім'ю (85%), піклуватися (35%), господарювати (25%), виконувати батьківську роль (15%), бути главою сім'ї (10%). Дружина повинна господарювати (85%), виконувати роль матері (35%), морально підтримувати чоловіка (20%). Як бачимо, більшість сімейних ролей в уявленнях чоловіків та жінок співпадають, чоловіки не схильні різко розділяти обов'язки чоловіка і дружини в родині.

Виходячи з отриманих даних, можна стверджувати, що уявлення про цілі шлюбу у досліджуваних сформовані недостатньо. Найменше чоловіків (55%) і жінок (65%) прагнуть створити морально-психологічний союз; найбільш виражена спрямованість на інтимно-особистісний характер шлюбу.

Серед найбільш конфліктних сфер у шлюбі виявлені порушення ролевих чекань – 38%, неузгодженість норм поведіння – 35%, прояв домінування одним з чоловіка і жінки – 33%, проблеми відносин з родичами і друзями – 31%.

Проведене дослідження дає підстави констатувати, що студентська молодь недостатньою мірою готова до вступу в шлюб: з опитаних студентів високий рівень готовності мають 14%, середній – 47%, низький – 39% (рис. 2.1).



Рис. 2.4. Результати оцінки рівня готовності студентської молоді до сімейного життя, %

Для молоді з *низьким* рівнем готовності до сімейного життя характерні: несформованість психологічних рис, необхідних для гармонійного спілкування у шлюбі; невміння розв'язувати конфліктні ситуації в міжстатевому спілкуванні; відсутність психологічної та практичної підготовки до виховання і догляду за дітьми, виконання материнських і батьківських функцій. Молоді люди психологічно не готові до домашньої праці, до рівномірного розподілу домашніх обов'язків; мають хибне уявлення про особливості статево-рольової поведінки.

Середній рівень готовності молоді до сімейного життя полягає в тому, що людина має уявлення та виокремлює особливості статево-рольової поведінки; психологічно майже готова до розподілу домашніх обов'язків; у неї ще не повною мірою сформовані психологічні риси, які необхідні для гармонійного спілкування у шлюбі; уміє йти на компроміс, але не завжди може знайти конструктивне вирішення конфліктної ситуації; має уявлення про виконання батьківських і материнських функцій, а саме виховання і догляд за дітьми, але не сповна готова нести відповідальність за виховання дітей.

До студентської молоді з *високим* рівнем готовності до сімейного життя відноситься та її частина, що психологічно готова до домашньої праці, знає, як і чи потрібно розподіляти домашні обов'язки; у неї повністю сформовані

психологічні риси, які необхідні для гармонійного спілкування в шлюбі; уміє конструктивно розв'язувати конфлікти в міжстатевому спілкуванні і запобігати ситуаціям, які сприяють їхньому виникненню; психологічно і практично готова до виховання дітей та догляду за ними, виконання материнських і батьківських функцій.

У процесі статевої диференціації даних емпіричного дослідження ми також виявили певні особливості у готовності студентської молоді до сімейного життя (рис. 2.5).

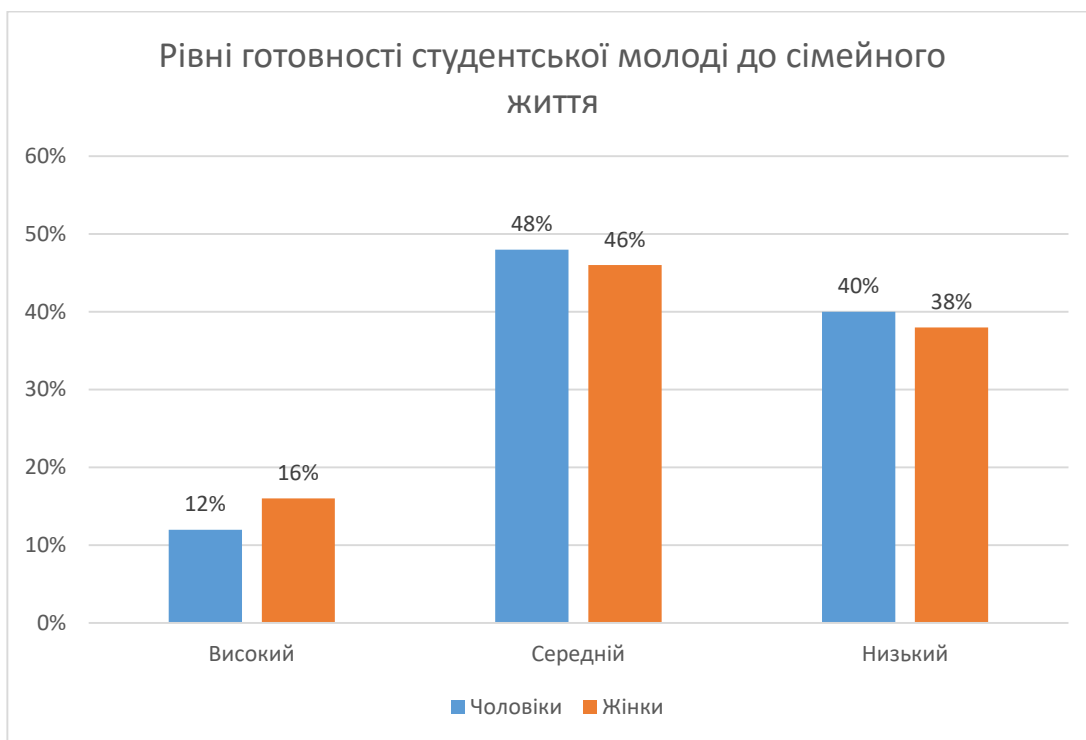


Рис. 2.5. Результати оцінки рівня готовності студентської молоді до сімейного життя, %

Результати дослідження, подані в рис. 2.4, свідчать про те, що жінки є підготовленішими до сімейного життя, ніж чоловіки, що зумовлено специфікою життєвих інтересів та статево-психологічними особливостями студенток.

При визначенні рівневої диференціації готовності молоді до сімейного життя ми виходили із характеристик, які враховують намагання партнерів домінувати в сім'ї; незадоволену потребу в спілкуванні; несумісність партнерів,

що зумовлена різними умовами проживання, перебуванням під впливом різних колективів, сімей, різними життєвими цінностями; недоліки виховання, характер і моральний розвиток сім'ї (споживацтво, егоїзм, надмірна критичність); нерівномірний розподіл обов'язків; незадоволені матеріальні потреби; порушення сімейної етики (ревності, подружня невірність), незадоволення сексуальних потреб.

Отже, на основі проведеного аналізу виявилось, що значна більшість представників молодого покоління у віці від 18 до 24 років мають недостатній рівень готовності до вступу у шлюб. При цьому слід враховувати те, що шлюбні орієнтації молоді розкриваються у прагненні молоді до створення міцних, щасливих, дружелюбних сімей, члени яких завжди будуть готовими до компромісу та конструктивного вирішення проблем.

РОЗДІЛ 3. ТРЕНІНГОВА ПРОГРАМА РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ МОЛОДІ ДО РАНЬОГО ШЛЮБУ ТА СТВОРЕННЯ СІМ'Ї

3.1. Опис комплексної тренінгової програми

Участь дівчат та хлопців у тренінгових заняттях передбачала такі показники: низький рівень готовності до шлюбу у молодих людей, очевидний високий ступінь конфліктності, різні причини проблем у спілкуванні, низький рівень емоційної зрілості, невпевненість у собі, низька самооцінка, тривожність, агресія.

Основні завдання тренінгу:

- опанування навичками позитивної невербальної і вербальної комунікації;
- розвиток вміння ділитися своїми думками, почуттями та розуміння почуттів іншого;
- розвиток взаємної підтримки, співпереживання, довіри, емпатії;
- підкріплення позитивного образу «Я»;
- оволодіння техніками саморегуляції;
- підвищення емоційної стійкості;
- формування адекватних шляхів подолання агресивної поведінки;
- розвиток вміння здійснювати самопрезентацію;
- вироблення побудови міжособистісних взаємин.

Мета програми: є надання парі інструментів і технік для покращення їх особистісного життя, підвищення рівня задоволення та усунення дисгармоній в стосунках.

Програма складається з кількох етапів, кожен з яких спрямований на виявлення та вирішення різних аспектів дисгармоній [38].

Основні етапи програми включають:

1. **Оцінка дисгармоній:** Виконання опитувань і тестів для виявлення існуючих проблем у життємолодих людей. Цей етап передбачає детальне обговорення переживань та очікувань кожного з партнерів.

2. **Освітній модуль:** Надання знань про сексуальність, комунікацію та емоційну близькість. Це може включати лекції, семінари та інформаційні матеріали про здорові сексуальні практики та техніки покращення інтимного життя.

3. **Індивідуальні та парні консультації:** Проведення сеансів з психологом або сексологом для вирішення особистих і парних проблем. Цей етап передбачає індивідуальне та парне консультування з метою покращення взаєморозуміння і довіри.

4. **Практичні заняття:** Впровадження практичних вправ для покращення сексуальної взаємодії та інтимної близькості. Це може включати техніки розслаблення, експериментування з новими аспектами сексуальності та роботу над комунікацією в інтимних стосунках.

5. **Оцінка прогресу:** Регулярне оцінювання прогресу та коригування програми відповідно до потреб і результатів. Цей етап включає аналіз досягнень та визначення подальших кроків для підтримки та зміцнення позитивних змін.

Очікувані результати:

- Покращення сексуального задоволення та якості інтимного життя.
- Збільшення рівня комунікації і довіри між партнерами.
- Усунення або значне зменшення сексуальних дисгармоній.
- Створення здорових і гармонійних сексуальних відносин, які сприяють загальному благополуччю пари.

Методи та інструменти:

Програма використовує комбінацію науково обґрунтованих методів, включаючи психотерапевтичні техніки, освітні матеріали, практичні вправи та індивідуальні консультації [14]. Основний акцент робиться на безпечному і

підтримуючому середовищі для відкритого обговорення і вирішення сексуальних проблем.

Таблиця 3.1

ПЛАН ТРЕНІНГОВОЇ ПРОГРАМИ

| Етап | Мета | Дії | Методи/Інструменти | Тривалість |
|------------------------|---|---|---|------------|
| Оцінка | Визначити проблеми та потреби партнерів | Провести інтерв'ю з кожним партнером Заповнити анкети та самооцінки | Оцінка за допомогою анкет. Індивідуальні консультації | 1-2 сесії |
| Освідомлення | Розуміння причин дисгармонії | Провести тренінги на тему сексуального здоров'я Розглянути історію відносин | Освітні матеріали Групові обговорення | 2-3 сесії |
| Розвиток навичок | Покращення комунікації та взаєморозуміння | Навчити технік ефективної комунікації Виконати вправи для зміцнення емоційного зв'язку | Рольові ігри. Комунікаційні вправи | 3-4 сесії |
| Розв'язання конфліктів | Управління конфліктами та відмінностями | Виконати вправи на вирішення конфліктів. Розглянути індивідуальні та спільні проблеми | Моделювання конфліктних ситуацій. Техніки переговорів | 2-3 сесії |
| Інтимна близькість | Поліпшення сексуальної | Вивчити та практикувати техніки | Техніки релаксації Сексуальна освіта | 4-5 сесій |

| | | | | |
|-----------------|-------------------------------------|---|------------------------------------|-----------------------|
| | функції та задоволення | сексуального задоволення. Розглянути фізіологічні аспекти | | |
| Оцінка прогресу | Визначити результати та коригування | Провести повторну оцінку. Обговорити досягнення та проблеми | Оцінювальні анкети. Обговорення | 1-2 сесії |
| Підтримка | Підтримувати досягнуті результати | Надати ресурси для подальшого самовдосконалення . Запланувати подальші зустрічі | Рекомендації. Плани підтримки | Постійно, за потребою |

Програма розвитку рівня психологічної готовності молоді до створення сім'ї спрямована на допомогу парам у досягненні готовності до створення сім'ї, гармонії і задоволення у їх сексуальному житті. Завдяки комплексному підходу та професійній підтримці, молоді люди зможуть подолати існуючі проблеми і побудувати здорові, щасливі відносини.

3.1. Тренінгова програма розвитку рівня психологічної готовності молоді до створення сім'ї

Тренінгова програма розвитку рівня психологічної готовності молоді до створення сім'ї скомбінована з занять. У Таблиці 3.1 представлена структура тренінгової програми. У суті програми саме залучення студентської молоді до групової роботи у формі тренінгу із використанням різних технік та технологій. Групова робота допоможе хлопцям та дівчатам відчувати, що вони мають підтримку та опору, що дасть їм мотивацію до змін. А також, тренінгові робота

допомагає працювати у групі, дізнатися щось нове, покращити комунікативні навички, пропрацювати переживання, страхи тощо [45]. Для того, щоб програма була ефективною, ми вирішили розділити її на декілька занять [14]:

ЗАНЯТТЯ 1

Опитувальник комунікаційних навичок

1. Загальна комунікація:

- Як часто ви і ваш партнер обговорюєте свої потреби та бажання? (Рідко, час від часу, регулярно, завжди)
- Як ви зазвичай реагуєте, коли ваш партнер висловлює своє невдоволення чи незадоволення? (Заспокоюю, ігнорую, намагаюся вирішити проблему, інше)
- Наскільки комфортно вам говорити про свої сексуальні бажання та інтереси з партнером? (Зовсім не комфортно, трохи комфортно, досить комфортно, повністю комфортно)

2. Вміння відкрито обговорювати сексуальні питання:

- Як ви зазвичай ініціюєте розмови про сексуальні потреби? (Заздалегідь планую, під час близькості, після сексу, інше)
- Чи є у вас конкретні стратегії для вираження своїх бажань у ліжку? Якщо так, які саме?
- Як ви справляєтеся з відмінностями в сексуальних бажаннях і потребах? (Знаходжу компроміси, ігнорую відмінності, шукаю допомогу спеціаліста, інше)

3. Виявлення проблем у комунікації:

- Які труднощі ви зустрічаєте при обговоренні сексуальних тем? (Незадоволення, незрозуміння, страх перед реакцією партнера, інше)
- Як часто ви відчуваєте, що ваші потреби не були почуті або зрозумілі? (Ніколи, рідко, інколи, часто)
- Які емоції найчастіше супроводжують ваші розмови про сексуальність? (Задоволення, страх, тривога, роздратування, інше)

Цей опитувальник може допомогти виявити проблеми в комунікації та вказати на області, які потребують покращення для підвищення якості сексуальних стосунків.

ЗАНЯТТЯ 2

Тренінг на тему «Основи сексуального здоров'я»:

1. Вступ (15 хв)

- **Знайомство:** Представлення учасників і тренера.
- **Мета тренінгу:** Що учасники дізнаються і чого досягнуть.

2. Фізіологія та анатомія сексуального здоров'я (30 хв)

- **Анатомія:** Основні частини репродуктивної системи у чоловіків і жінок.
- **Фізіологічні процеси:** Як працюють сексуальні функції, цикли та реакції.

3. Важливість регулярних медичних оглядів (20 хв)

- **Профілактика:** Що таке регулярний медичний огляд і чому це важливо.
- **Венеричні захворювання:** Як їх виявити та лікувати.
- **Рак:** Огляд типів раку, які можуть вплинути на сексуальне здоров'я (рака шийки матки, простати тощо).

4. Психологічний аспект сексуального здоров'я (20 хв)

- **Емоційний стан:** Як стрес і тривожність впливають на сексуальне здоров'я.
- **Психологічні проблеми:** Депресія, тривога, які можуть вплинути на сексуальність.

5. Основи безпеки (20 хв)

- **Захист від інфекцій:** Методи запобігання венеричних захворювань.
- **Контрацепція:** Різні методи контрацепції, їх ефективність та вибір.

6. Відповіді на запитання (15 хв)

- **Запитання та відповіді:** Вільна дискусія, відповіді на конкретні запитання учасників.

7. Ресурси та підтримка (10 хв)

- **Ресурси:** Перелік корисних ресурсів і контактів для подальшої інформації та підтримки.

- **Заключне слово:** Підсумки тренінгу, наступні кроки.

Рекомендації

- Використовуйте візуальні матеріали (слайди, моделі) для пояснення анатомії та фізіологічних процесів.

- Включайте інтерактивні елементи, такі як вікторини чи обговорення групами.

- Забезпечте анонімність для питань, якщо це необхідно.

Цей план можна адаптувати в залежності від конкретної аудиторії та їхніх потреб.

ЗАНЯТТЯ 3

Рольові ігри:

1. **Вибір сценаріїв:** Створіть сценарії, які відображають реальні ситуації, що викликають дисгармонії. Це можуть бути ситуації, де партнер може виявити своє незадоволення, або сценарії, які допоможуть розвинути розуміння і чутливість до потреб іншого.

2. **Зміна ролей:** Учасники можуть спробувати різні ролі, щоб краще зрозуміти погляди і потреби своїх партнерів. Це допоможе розвинути емпатію і знайти нові способи вирішення конфліктів.

3. **Вправа на вираження потреб:** Один партнер грає роль особи, яка має певні потреби або бажання, а інший партнер має спробувати їх задовольнити, використовуючи техніки активного слухання та підтримки.

Комунікаційні вправи:

1. **Активне слухання:** Партнери по черзі висловлюють свої думки і почуття, а інший партнер відображає почуте, щоб перевірити розуміння. Це допомагає уникнути непорозумінь і знижує рівень емоційної напруги.

2. **Письмові обміни:** Напишіть один одному листи, в яких відкрито висловлюєте свої емоції і побоювання. Це дозволяє обміркувати свої слова і уникнути імпульсивних реакцій під час особистого спілкування.

3. **«Я-повідомлення»:** Використовуйте фрази, які починаються з «Я відчуваю...», «Я потребую...» замість «Ти завжди...» або «Ти ніколи...». Це допомагає зменшити оборонні реакції і фокусується на особистих переживаннях.

4. **Регулярні «перевірки»:** Встановіть час для регулярних розмов про стосунки і відчуття. Це може бути раз на тиждень або місяць, щоб обговорити, що працює, а що потребує корекції.

Такі вправи і рольові ігри можуть допомогти подолати бар'єри в комунікації і знайти нові шляхи для вирішення проблем у стосунках.

ЗАНЯТТЯ 4

Моделювання конфліктних ситуацій

1. **Створення сценаріїв:** Розробіть сценарії, які відображають типові конфліктні ситуації в стосунках, що стосуються сексу. Наприклад, це може бути ситуація, де один партнер відчуває себе неуваженим або недостатньо задоволеним, а інший не розуміє причини цього.

2. **Рольові ігри:** Партнери грають ролі в цих сценаріях, щоб проаналізувати, як кожен з них реагує і що могло б покращити ситуацію. Це може допомогти виявити основні проблеми та знайти можливі рішення.

3. **Відгуки і аналіз:** Після виконання сценаріїв обговоріть, що працювало, а що ні. Партнери можуть висловити свої враження і почуття, а також отримати зворотний зв'язок від одного одного.

Техніки переговорів

1. **Встановлення спільних цілей:** Розпочніть переговори, визначивши спільні цілі для обох партнерів. Це може бути, наприклад, поліпшення

сексуальної задоволеності обох партнерів або досягнення більшої гармонії у стосунках.

2. **Активне слухання:** Під час переговорів кожен партнер повинен активно слухати іншого, без переривань. Це дозволяє краще зрозуміти потреби і переживання іншої сторони і зменшує рівень конфлікту.

3. **Використання техніки «зміни перспективи»:** Спробуйте поглянути на ситуацію з точки зору іншого партнера. Це може допомогти зрозуміти його/її погляди і потреби, що полегшує пошук компромісів.

4. **Формулювання компромісів:** Зосередьтеся на пошуку компромісів, які задовольняють обидві сторони. Наприклад, один партнер може запропонувати певні зміни у поведінці або підході до сексу, а інший може бути готовий зробити те ж саме.

5. **Формулювання чітких і досяжних цілей:** Після обговорення, визначте конкретні і досяжні цілі, які можна реалізувати. Це можуть бути зміни в поведінці, нові спільні практики або чіткий план дій.

6. **Регулярний моніторинг і корекція:** Після досягнення домовленостей регулярно перевіряйте, як йдуть справи, і коригуйте план дій за потреби. Це допоможе підтримувати позитивну динаміку і оперативно вирішувати нові проблеми.

Ці техніки і підходи можуть допомогти в покращенні комунікації між партнерами і в управлінні конфліктами, що виникають в результаті сексуальних дисгармоній.

ЗАНЯТТЯ 5

1. **Дихальні вправи:**

○ **Глибоке дихання:** Сядьте в зручну позу, закрийте очі і робіть глибокі вдихи через ніс, повільно видихаючи через рот. Це допоможе знизити рівень стресу та напруження.

- **Дихання по 4-4-4-4:** Вдихайте на рахунок 4, затримайте дихання на 4 рахунки, видихайте на 4 рахунки, і затримайтеся ще на 4 рахунки. Повторюйте кілька разів.

2. Прогресивна м'язова релаксація:

- Напружуйте і розслабляйте різні групи м'язів тіла по черзі. Це допомагає зменшити загальне напруження і покращити усвідомлення власного тіла.

3. Медитація та майндфулнес:

- Проводьте кілька хвилин на день у тиші, зосереджуючи увагу на своєму диханні або на певних думках. Це допоможе знизити тривогу і покращити концентрацію на партнері.

4. Еротичний масаж:

- Легкі та чутливі дотики можуть допомогти розслабитися і створити більш близький контакт між партнерами.

5. Техніки саморегуляції:

- Вивчіть і застосовуйте техніки саморегуляції, такі як візуалізація спокійних сцен або слухання релаксуючої музики.

6. Спільні заняття:

- Заняття, які заспокоюють і об'єднують, такі як йога або прогулянки на природі, можуть допомогти знизити стрес і зміцнити зв'язок між партнерами.

Залучення професійного психолога або сексолога для допомоги у вирішенні сексуальних проблем також може бути корисним.

Оцінювальні анкети для корекції сексуальних дисгармоній можуть бути дуже корисними для збору інформації та оцінки проблем у відносинах. Кілька прикладів запитань, які можуть бути включені до таких анкет:

ЗАНЯТТЯ 6

1. Загальний контекст відносин:

- Як би ви оцінили загальний стан ваших відносин?
- Які основні проблеми ви відчуваєте у вашому партнерстві?

2. **Сексуальна функція та задоволення:**
 - Як ви оцінюєте своє сексуальне задоволення на шкалі від 1 до 10?
 - Які конкретні проблеми ви відчуваєте під час сексуальної активності?
3. **Комунікація:**
 - Наскільки комфортно ви обговорюєте сексуальні питання з вашим партнером?
 - Чи є у вас регулярні обговорення ваших сексуальних потреб і бажань?
4. **Емоційний аспект:**
 - Які емоційні реакції ви відчуваєте після сексу?
 - Як часто ви відчуваєте стрес або тривогу у зв'язку з сексуальною активністю?
5. **Фізичні аспекти:**
 - Чи є у вас фізичні дискомфорти під час або після сексу?
 - Як часто ви стикаєтеся з проблемами сексуальної функції (наприклад, еректильна дисфункція, вагінальні сухості)?
6. **Індивідуальні потреби та бажання:**
 - Які сексуальні бажання чи фантазії у вас є?
 - Чи відчуваєте ви, що ваші сексуальні потреби задовольняються?
7. **Взаємне задоволення:**
 - Як би ви оцінили рівень задоволення вашого партнера від сексу?
 - Чи є у вас відчуття, що ваш партнер ігнорує ваші потреби?

Ці питання можуть допомогти виявити проблеми та працювати над ними. Важливо, щоб анкета була конфіденційною і підтримувала відкриту та чесну комунікацію між партнерами.

ЗАНЯТТЯ 7

Рекомендації

1. **Забезпечте відкриту комунікацію:**

- Створіть безпечну і підтримуючу середу для обговорення сексуальних потреб і побажань. Це може включати регулярні розмови, де ви обоє можете висловлювати свої думки та відчуття без страху бути осудженими.

2. Оцінка та розуміння проблем:

- Розпочніть з оцінки конкретних проблем, які виникають у ваших відносинах. Включайте як фізичні, так і емоційні аспекти.

3. Пошук професійної допомоги:

- Консультації з фахівцем, таким як сексолог або психолог, можуть допомогти виявити причини дисгармонії і розробити індивідуальний план дій.

4. Освіта та інформація:

- Знайдіть ресурси для навчання про сексуальність і відносини. Це можуть бути книги, статті або онлайн-курси.

5. Регулярна оцінка прогресу:

- Проводьте регулярні перевірки для оцінки прогресу і внесення необхідних коректив у ваш підхід.

6. Покращення інтимності:

- Робіть акцент на зміцненні емоційної і фізичної інтимності між партнерами, що може включати додаткові акти ніжності, спільні активності або експерименти в сексуальному житті.

Результати теоретичного пошуку та емпіричного дослідження дозволяють рекомендувати психологам програму психологічної допомоги, спрямовану на розвиток рівня психологічної готовності молоді до створення сім'ї, підвищення рівня задоволеності шлюбом.

ВИСНОВКИ

У результаті проведеного теоретико-емпіричного дослідження психологічної готовності молоді до раннього шлюбу та створення сім'ї було встановлено наступне.

1. Теоретичне дослідження показало, що у контексті психологічної готовності молоді до раннього шлюбу сім'я виступає як динамічна соціальна система, що адаптується до змін у суспільстві, але при цьому дотримується власних законів, норм та правил. Ця система включає три ключові підсистеми: подружню, батьківську та сиблінгову, кожна з яких впливає на взаємодію, благополуччя та успішність сімейного життя. Основні фактори, що визначають стабільність шлюбу, включають узгодженість сімейних цінностей, установок на шлюб, функційно-рольову комплементарність, задоволеність шлюбом, міжособистісну взаємодію, тип поведінки в конфліктах, сімейну адаптацію, характерологічні якості, емоційну сферу, сімейний сценарій та індивідуальні та сімейні межі партнерів.

Психологічна готовність молоді до раннього шлюбу залежить від складної взаємодії соціальних, соціально-психологічних та індивідуально-психологічних чинників. Це включає розуміння подружніх та батьківських обов'язків, баланс між любов'ю та шлюбом, об'єктивну оцінку власних почуттів і ставлення до партнера, створення сприятливого соціально-психологічного клімату в сім'ї. Важливою є здатність до реалістичного планування майбутнього сімейного життя, з урахуванням впливу батьківських родин та матеріально-економічних можливостей.

2. Для діагностики рівня готовності молоді до раннього шлюбу були застосовані такі методики: Методика «Рольові очікування та домагання у шлюбі» РОП; Методика «Мотиву вступу в шлюб», розроблена; Методика «Шкала любові і симпатії»; Методика «Мій лист про чоловіка (дружину)».

3. Емпіричне дослідження показало, що молодь цінує сексуальну гармонію, спільність інтересів, потреби та цінності з майбутнім партнером. При

цьому існують відмінності в орієнтаціях чоловіків та жінок: чоловіки схильні до співробітництва та компромісів, а жінки - до матеріальної забезпеченості та задоволення потреб поза сім'єю. Конфлікти часто виникають через невідповідність очікувань і поведінкових норм.

В цілому виявлено, що для чоловіків більш характерна орієнтація у створенні сім'ї на почуття, спільність та схожість у поглядах партнера, взаєморозумінні, підтримці, тенденції до співробітництва і компромісу, почуття обов'язку. Для жінок, більш характерна орієнтація на матеріальну забезпеченість, тенденція до задоволення спектра потреб поза сім'єю, почуття, взаємопідтримку та обов'язок.

4. Висновки дослідження свідчать про те, що підготовка до раннього шлюбу має включати не лише формування у молоді усвідомленого ставлення до шлюбу і сімейних цінностей, але й навички вирішення конфліктів, ефективного спілкування, розуміння та прийняття відповідальності в сімейному житті. Значну роль в цьому процесі відіграють батьківські родини, які можуть бути джерелом позитивних або негативних моделей взаємин, а також освітні та соціальні інституції, які повинні забезпечувати підтримку та належну підготовку молоді до сімейного життя.

5. Проведене дослідження дає підстави констатувати, що студентська молодь недостатньою мірою готова до вступу в шлюб: з опитаних студентів високий рівень готовності мають 14%, середній – 47%, низький – 39%. Значна більшість представників молодого покоління у віці від 18 до 24 років мають недостатній рівень готовності до вступу у шлюб. При цьому слід враховувати те, що шлюбні орієнтації молоді розкриваються у прагненні молоді до створення міцних, щасливих, дружелюбних сімей, члени яких завжди будуть готовими до компромісу та конструктивного вирішення проблем.

Перспективою подальших розвідок, на нашу думку, є порівняльний аналіз ставлення до подружньої зради партнерами, які перебувають в першому і повторних шлюбах.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексєєва М. І. Сімейна взаємодія та вплив на виховання *Демографічна ситуація в карпатському регіоні: реальність, проблеми, прогнози на XXI століття*. Чернівці-Київ, 2006. С. 480-482.
2. Березко І. В. Сімейна психологічна консультація: можливості та проблеми. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Київ, 2001. Т. III, Ч. 4. С. 16-20.
3. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості : Навчальний посібник для студентів старших курсів психологічних факультетів та відділень університетів. Харків : Фоліо, 1996. 237 с.
4. Буленко Т. В. Особливості формування психологічної готовності до сімейного життя у студентської молоді. Автореферат дис. на здобуття наукового студепеню канд. психол. наук. 19.00.07. Київ : Інститут психології АПН України, 1995. 25 с.
5. Буленко Т. В. Соціально-психологічні основи функціонування сучасної сім'ї. *Науковий вісник ВДУ*. 2008. №9. С.132-136.
6. Вовчик-Блакитна Т. В. Підготовка молоді до сімейного життя. Київ : Знання, 1994. 48 с.
7. Говорун Т. В. Психологія статі: жіночий аспект проблеми. *Психологія на перетині тисячоліть: Збірник наукових праць учасників П'ятих Костюківських читань*: В 3 т. Київ: Гнозис, 1998. Т.1. С. 289-296.
8. Говорун Т. В., Кікінежді О. М. До проблеми статевої соціалізації дітей. *Наукові записки Тернопільського державного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка*. Серія: педагогіка. №4. Тернопіль: ТДПУ, 2010. С. 16–22.
9. Говорун Т. В., Кікінежді О. М. Стать та сексуальність: психологічний ракурс. Тернопіль: Навчальна книга «Богдан», 2009. 380 с.
10. Грицюк І. М., Магдисюк Л. І. Дослідницькі методи в різних галузях

практичної психології: навч. посібник. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 248 с.

11. Давиденко Г. Шлюб і сім'я. Київ : Вид-во політ. Літератури України, 1992.
12. Дідук І. А. Сім'я як чинник політичної ідентифікації особистості. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. Київ, 2011. Т. III, ч. 4. С. 60-64.
13. Дмитренко-Карабін Х. Чоловік і Жінка в дзеркалі стосунків (ресурсно-орієнтоване психотерапевтичне консультування). *Позитум Україна*. 2011. № 4. С. 83-92.
14. Долинська Л. В., Демидова Т. А. Ідентифікація з батьками як механізм формування образу майбутньої сім'ї. *Психологія: Збірник наукових праць НПУ імені Драгоманова*. Вип. 2 (9). Ч. I, К., 2010. С. 156-160.
15. Долинська Л., Демидова Т. Проблеми підготовки молоді до сімейного життя. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. Київ, 2001. Т. III, ч. 4. С. 73-76.
16. Дьоміна Г. А. Становлення особистісної зрілості молоді до подружнього життя як психологічна проблема у вітчизняній і зарубіжній психології. *Innovative processes in education: Collective monograph*. AMEETSр. z o.o., Lodz, Poland, 2017. P.40-48.
17. Журбицька Т. С. Молода сім'я. Київ, 2008. 109 с.
18. Зозуль Т. В. Психологічні особливості розподілу сімейних ролей у подружніх парах із суттєвою різницею у віці. *Психологія і особистість*. 2016. № 1(9). С. 129–138.
19. Іванов В. Ф. Соціологія масової комунікації: навч. посібник. Черкаси: Вид-во ЧДУ, 2003. 312 с.
20. Кікінежді О. М. Ідентифікація як соціально-психологічний механізм диференціації статевої свідомості. *Психологія самосвідомості: історія, сучасний стан та перспективи дослідження*. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України, 2009. С. 47-48.

21. Кікінежді О. М. Проблема статевої ідентифікації у становленні особистості. *Ціннісні орієнтації в громадянському становленні особистості*: Київ. Дрогобич, 2008. С. 28-32.
22. Кісь О. Кого оберігає Берегиня, або Матріархат як чоловічий винахід. *«Дзеркало тижня»*. 2005. №15.
23. Кляпець О. Феномен емоційного вигорання в сім'ї. *Соціальна психологія*. 2006. № 4. С. 168–176.
24. Кляпець О. Я., Ларіна Т. О. Підготовка молоді до подружнього життя: Методичні рекомендації. Київ: Міленіум, 2019. 104 с.
25. Кочарян О. С. Особистість і статева роль: симптомокомплекс маскулітності/фемінітності в нормі та патології: Автореф. дис... д-ра психолог. наук. Київ, 2006. 48 с.
26. Кравець В.П., Шарган О.М. Про деякі особливості морально-психологічної підготовки молоді до шлюбу та сім'ї. *Актуальні проблеми виховання учнівської молоді*. Вип. 1. Тернопіль: ТГПШ, 1989. С. 367-376.
27. Магдисюк Л. І. Життєві кризи та психологічна готовність молоді до материнства. *Психологічні студії*. Видавничий дім «Гельветика», 2023. № 2. С. 110-115.
28. Магдисюк Л. І. Особливості шлюбно-сімейних стосунків у залежності від подружнього стажу: діагностика та консультування: монографія. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 188 с.
29. Магдисюк Л. І. Психологічна допомога дитині та сім'ї: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 324 с.
30. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П. Психологічне консультування подружніх пар з інтернет-залежністю. *Психологічні студії*. Видавничий дім «Гельветика», 2023. № 2. С. 122-128.
31. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П. Психологія життєвих криз: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2023. 292 с.
32. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П., Замелюк М. І. Технології

казкотерапії у практиці психологічного консультування дітей та дорослих: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2024. 216 с.

33. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П., Магдисюк І. Е. Задоволеність подружніми взаєминами у молодому шлюбі, детермінована комунікативною функцією спілкування. *Психологічні студії*. Видавничий дім «Гельветика», 2024. № 1. С. 94-101.

34. Магдисюк Л., Замельюк М., Безпарточна О., Борбич Н. Психологічна допомога дитині та сім'ї: практикум. навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 280 с.

35. Магдисюк Л., Федоренко Р. Медико-психологічне консультування: навч.-метод. посіб. Луцьк. Вежа-Друк, 2020. С. 332

36. Магдисюк Л., Федоренко Р. Основи психологічного консультування : навчальний посібник. Луцьк. Вежа-Друк, 2022. С. 360

37. Магдисюк Л., Федоренко Р. Психологія життєвих криз: навч. посіб. Луцьк. Вежа-Друк, 2023. С. 292

38. Максименко С. Д. Основи генетичної психології: Навч. посібник. Київ: МПЦ «Перспектива», 2018. 220 с.

39. Перепелиця П. С. Про життєві цінності особистості. *Практична психологія та соціальна робота*. 2000. № 4. С. 47

40. Піддубна О. Задоволеність шлюбом і рівень суб'єктивного контролю в подружній парі. *Соціальна психологія*. 2004. № 6. С. 172-178.

41. Поліщук В. М., Ульїна Н. М., Поліщук С. А. Психологія сім'ї : навч. посіб. Суми : Університет. кн., 2009. 282 с.

42. Полякова Г. Сім «я» як - одне «ми». *Психолог*. 2003. Верес. (№ 33). С. 28 - 32.

43. Посохова В. Особливості життєвого планування Інтернет-залежної молоді. *Психологічні перспективи*. 2004. Вип. 6. С. 150-157.

44. Постовий В. Т. Сучасна сім'я і її педагогіка. Київ, 2004. 63 с.

45. Свиридюк В. З., Діденко С. В. Психологічні передумови сімейних конфліктів. *Магістр медсестринства*. 2010. № 1/2. С. 90-121.

46. Семьонкіна І. А. Подружня дезадаптація при порушенні функцій сім'ї та її психологічна корекція: Автореф. дис... канд. психолог. наук. Київ, 2001. 16 с.
47. Федоренко Р. П., Грицюк І. М., Магдисюк Л. І. Психологія сімейних взаємин: теорія та практика: навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 252 с.
48. Федоренко Р. П., Грицюк І. М., Магдисюк Л. І. Психологія сімейних взаємин : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2023. 344 с.
49. Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Коширець В. В. Вплив образу шлюбного партнера на подружній вибір. *Психологічні студії*. Видавничий дім «Гельветика», 2023. № 1. С. 63-68.
50. Федоренко Р. П., Мушкевич М. І., Дучимінська Т. І., Магдисюк Л. І. Психологія молодого сім'ї: монографія. Вид. 2-ге, доповн. та змін. Луцьк: Вежа-Друк, 2020. 392 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Опитувальник «Рольові очікування і домагання у шлюбі» (РОД)

(О. Волкова)

Інструкція: Перед Вами низка тверджень, які стосуються шлюбу, сім'ї, стосунків між чоловіком і дружиною. Уважно прочитайте твердження тексту й оцініть ступінь своєї згоди або незгоди з ними. Вам пропонується 4 варіанти відповіді, що виражають той чи інший ступінь згоди або незгоди з твердженням, а саме: «Повністю згоден», «Загалом, це правильно», «Це не зовсім так», «Це не зовсім так», «Це невірно». Підбираючи варіант відповіді до кожного з тверджень, постарайтеся якомога точніше передати Вашу особисту думку, а не те, що прийнято серед Ваших близьких і друзів. Свої відповіді реєструйте в спеціальному бланку.

Текст опитувальника (жіночий варіант):

1. Настрій і самопочуття людини залежить від задоволення її сексуальних потреб.
2. Щастя у шлюбі залежить від сексуальної гармонії подружжя.
3. Сексуальні стосунки – головне у стосунках чоловіка і дружини.
4. Головне в шлюбі – щоб у чоловіка і дружини було багато спільних інтересів.
5. Чоловік - це друг, який поділяє мої інтереси, думки, захоплення.
6. Чоловік - це насамперед друг, з яким можна поговорити про свої справи.
7. Найголовніша турбота чоловіка - забезпечити матеріальний достаток і побутовий комфорт сім'ї.
8. Чоловік повинен займатися домашнім господарством нарівні з дружиною.
9. Чоловік має вміти 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. Про чоловіка я суджу по тому, хороший чи поганий 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 та професійні якості мого чоловіка.
16. Чоловік повинен уміти створювати в сім'ї теплу, довірчу атмосферу.
17. Для мене головне – щоб мій чоловік добре розумів мене і приймав такою, яка я є.
18. Чоловік – це насамперед друг, який уважний і турботливий до моїх переживань, настрою, стану.
19. Мені подобається, коли мій чоловік красиво і модно одягнений.
20. Мені подобаються видні, рослі чоловіки.
21. Чоловік має виглядати так, щоб на нього було приємно дивитися.
22. Найголовніша турбота жінки, щоб усі в родині були доглянуті.
23. Я завжди знаю, що потрібно купити для моєї родини.
24. Я збираю корисні поради господині: як готувати смачні страви, консервувати овочі, фрукти.
25. Головну роль у вихованні дитини завжди відіграє мати.
26. Я не боюся труднощів, пов'язаних із народженням і вихованням дитини.
27. Я люблю дітей і з задоволенням займаюся з ними.
28. Я прагну домогтися свого місця в житті.
29. Я хочу стати хорошим фахівцем своєї справи.
30. Я пишаюся, коли мені доручають важку і відповідальну роботу.
31. Близькі та друзі часто звертаються до мене за порадою, допомогою та підтримкою.

32. Оточуючі часто довіряють мені свої біди.
33. Я завжди щиро і з почуттям співчуття втішаю і опікаю людей, які цього потребують.
34. Мій настрій багато в чому залежить від того, як я виглядаю.
35. Я люблю гарний одяг, ношу прикраси, користуюся косметикою.
36. Я надаю великого значення своєму зовнішньому вигляду.

Текст опитувальника (чоловічий варіант)

1. Настрій і самопочуття людини залежить від задоволення її сексуальних потреб.
2. Щастя у шлюбі залежить від сексуальної гармонії подружжя.
3. Сексуальні стосунки – головне у стосунках чоловіка і дружини.
4. Головне в шлюбі – щоб у чоловіка і дружини було багато спільних інтересів.
5. Дружина – це друг, який поділяє мої інтереси, думки, захоплення.
6. Дружина – це насамперед друг, з яким можна поговорити про свої справи.
7. Найголовніша турбота дружини – щоб у родині були нагодовані та доглянуті.
8. Жінка багато втрачає в моїх очах, якщо вона погана господиня.
9. Жінка може пишатися собою, якщо вона хороша господиня свого дому.
10. Я хотів би, щоб моя дружина любила дітей і була їм хорошою матір'ю.
11. Жінка, яка обтяжується материнством, неповноцінна жінка.
12. Для мене головне в жінці, щоб вона була хорошою матір'ю моїм дітям.
13. Мені подобаються ділові та енергійні жінки.
14. Я дуже ціную жінок, всерйоз захоплених своєю справою.

15. Для мене дуже важливо, як оцінюють на роботі ділові та професійні якості моєї дружини.
16. Дружина повинна, перш за все, створювати і підтримувати теплу, довірчу атмосферу.
17. для мене головне – щоб моя дружина добре розуміла мене і приймала таким, яким я є.
18. Дружина – це насамперед друг, який уважний і турботливий до моїх переживань, настрою, стану.
19. Мені подобається, коли моя дружина гарно і модно одягнена.
20. Я дуже ціную жінку, які вміють гарно вдягатися.
21. Жінка має виглядати так, щоб на неї звертали увагу.
22. Я завжди знаю, що треба купити для нашого будинку.
23. Я люблю займатися домашніми справами.
24. Я можу зробити ремонт і оздоблення квартири, лагодження побутової техніки.
25. Діти люблять гратися зі мною, охоче спілкуються, йдуть на руки.
26. Я дуже люблю дітей і вмію з ними займатися.
27. Я б брав би активну участь у вихованні своєї дитини, навіть якби ми з дружиною вирішили розлучитися.
28. Я прагну домогтися свого місця в житті.
29. Я хочу стати хорошим фахівцем своєї справи.
30. Я пишаюся, коли мені доручають важку і відповідальну роботу.
31. Близькі та друзі часто звертаються до мене за порадою, допомогою та підтримкою.
32. Оточуючі часто довіряють мені свої біди.
33. Я завжди щиро і з почуттям співчуття втішаю і опікаю людей, які цього потребують.
34. Мій настрій багато в чому залежить від того, як я виглядаю.
35. Я намагаюся носити той одяг, який мені личить.

36. Я прискіпливо ставлюся до крою костюма, фасону сорочки, кольору краватки.

Методика «Мотиви вступу в шлюб» (С. Голод)

Інструкція. Уважно прочитайте наведений список мотивів, і відзначте не більше трьох пунктів, які найбільше підходять Вам.

Таблиця Б.1

Бланк

| Мотиви | Чоловіки | Жінки |
|--|----------|-------|
| Любов | | |
| Спільність поглядів та інтересів | | |
| Почуття самотності | | |
| Почуття співчуття | | |
| Очікування дитини | | |
| Випадковість | | |
| Матеріальна забезпеченість майбутнього чоловіка | | |
| Наявність у майбутнього чоловіка житлоплощі | | |
| Інші мотиви | | |

Методика «Шкала любові та симпатії»

(З. Рубін, модифікація Л. Гозман, Ю. Альошина)

Інструкція: Вашій увазі представляються такі твердження, які стосуються Вас і Вашого (її) чоловіка (дружини). До кожного твердження необхідно підібрати той варіант відповіді, який, на Вашу думку, найбільше відповідає сформованим стосункам з ним (нею). Постарайтеся відповідати якомога відвертіше. Не затримуйтеся довго над обмірковуванням будь-якого твердження. І пам'ятайте: немає правильних і неправильних відповідей. Варіанти відповіді: «Так, це так»; «Ймовірно, це так»; «Навряд чи це так»; «Це зовсім не так».

Текст опитувальника:

1. Я відчуваю, що можу довірити йому (їй) абсолютно все.
2. Коли ми разом, у нас завжди схожий настрій.
- 3) Я можу сказати, що він (вона) належить тільки мені.
4. Він (вона) дуже розумна людина.
5. Для неї (нього) я готовий (а) абсолютно на все.
6. У більшості випадків він (вона) подобається людям майже відразу ж після знайомства.
7. Коли мені погано, то хочеться поділитися тільки з ним (нею).
8. Я думаю, що ми з ним (нею) внутрішньо схожі один на одного.
9. Я відчуваю себе у відповіді за те, щоб йому (їй) було добре.
10. Мені хотілося б бути схожим на нього (неї).
11. Мені приємно відчувати, що він (вона) довіряє мені більше за інших.
12. Він (вона) один (одна) з найчарівніших чоловіків (жінок), яких я знаю.
13. Мені було б дуже важко, якби довелося жити без нього (неї).
14. Я впевнений (а), що він (вона) добре до мене ставиться.

Методика «Мій лист до сімейного партнера» С. Білорусова

Інструкція: Напишіть лист про дружину – вставте пропущені слова (або групи слів, речення) у пропоновані нижче незакінчені речення. Подружжю над листом слід працювати мовчки, не обговорюючи один з одним текст написаного до закінчення тестування.

Матеріал до методики «Мій лист до чоловіка»:

**Що я можу розповісти про найбільш _____ для мене
людину, мого партнера по шлюбу?**

Коли ми познайомилися, для мене вирішальним було _____
_____, а для цієї людини - _____
_____.

Згодом виявилось, що _____
_____.

Якщо пожартувати, то з тварин він (вона) нагадує _____
_____, бо головне в ньому (ній) _____
_____, а в мені, по-моєму, -
_____.

Наші батьки _____
_____.

Вступаючи в цей шлюб, найбільше мені хотілося, щоб у нас

Для цього я _____
_____.

Мені здається, мій партнер по шлюбу хотів _____
_____.

Мої очікування _____
_____.

Загалом наш шлюб _____

_____.

Інколи ми _____

_____.

Тоді я _____

_____.

Ревнощі по відношенню до партнера в шлюбі я _____

_____.

Ми розуміємо одне одного _____

_____, ніж раніше.

Звичайно, ми змінилися, про себе можу сказати, що _____

_____, а людина, яка поруч зі мною, _____

_____.

Іноді я думаю, що, якби все склалося інакше, це було б
просто _____.

Погодившись написати цього листа, можна визнати, хоча б усередині
себе, що в мене є _____.

Почати з себе: по-перше, я _____

_____, по-друге, у

мене _____, по-третє, мені _____.

Існують речі, які я сприймаю як негативні якості в мого сімейного
партнера.

Наприклад, мені важко переносити, коли _____

_____.

Утім, я можу миритися з тим, що _____

_____.

На його (її) місці я б не _____

_____.

З позитивних рис мого партнера три головні для мене – це

_____.

Робота для мого партнера – це _____

_____.

а про себе я можу сказати, що моя мета – _____

_____.

З розваг я віддаю перевагу _____

_____, і тут мій партнер _____

_____.

Якщо в момент весілля рейтинг партнера в моїх очах становив 10 балів,
то за останній час – _____ балів.

Наші труднощі найбільше пов'язані з _____

_____ сферою.

Причина цього в тому, що людина, з якою виявилось пов'язане моє життя,
могла б бути _____.

Наші погляди на сімейне життя практично _____

_____.

Коли ми разом, ми рідко _____

_____.

Друзі та родичі для нас – це джерело _____

_____.

Залишається додати, що стосовно дітей _____

_____.

Мені здається, що найкращим виходом було б _____

_____.

З любов'ю, _____

Дата: _____

Програма психореабілітаційного тренінгу «Формування психологічної готовності молоді до раннього шлюбу»

З

Мета: вдосконалення навичок слухання, висловлювання своїх думок та розуміння точок зору партнера. Розвиток ефективної комунікації, сприяють взаєморозумінню та зміцненню зв'язку між партнерами.

Завдання: т

1. розвиток ефективної комунікації,
2. покращення взаєморозуміння
3. зміцненню зв'язку між партнерами.

Необхідний матеріал: ручки, олівці (прості та кольорові), аркуші А4.

План заняття:

1. Вступне слово тренера. .

Доброго дня шановні учасники. Дуже рада бачити вас сьогодні на нашому тренінгу «Психологічна готовність до шлюбу».

2. Знайомство К

Коротке представлення. о

Техніка «Інтерв'ю»: запитати про три речі учасника групи (Ім'я, звідки родом, хобі), а потім представити один одного (робота в парах).

Тривалість: 15 хв н

3. Обговорення очікувань і кожного учасника групи щодо результатів тренінгу к

4. Представлення основної мети програми «Формування психологічної готовності молоді до раннього шлюбу», структури, формату і часу зустрічей і

5. Вправа "Активне слухання":

Мета: вдосконалення навичок слухання та розуміти один одного

і

н

а

в

Партнери чергуються висловлювати свої думки, а інший повинен уважно слухати, задавати питання та висловлювати своє розуміння сказаного.

6. Рольова гра "Ситуації конфлікту":

Мета: вдосконалення навичок знаходити спільну мову та екологічно вирішувати конфлікти

Візьміть реальні або уявні ситуації конфлікту та розіграйте їх, намагаючись знайти спільне рішення.

7. Вправа "Висловлення потреб":

Мета: навчання партнерів висловлювати свої потреби та бажання

Кожен партнер має висловити свої особисті потреби та бажання. Потім обговоріть, як це можна поєднати з потребами іншого.

8. Вправа "Емпатія через міміку":

Мета: покращення розуміння один одного

Партнери використовують міміку обличчя, а не слова, щоб передати свої емоції та думки. Це допомагає покращити сприйняття невербальних сигналів.

9. Вправа "Слова-кліше":

Мета: навчитися правильно висловлювати свої думки та емоції

Забороніть використовувати певні слова або фрази, щоб партнерам довелося активніше виражати свої думки та емоції.

10. Обговорення. Рефлексія, обмін враженнями

11. Прощання

З

а

Мета: вдосконалення усвідомлення та ефективного вираження власних емоцій, розуміння емоцій партнера. **я**

Завдання: **т**

1. розвиток емоційного інтелекту
2. покращення взаєморозуміння

3. розуміння емоцій партнера

Необхідний матеріал: ручки, олівці (прості та кольорові), аркуші А4.

План заняття:

1. Привітання

Доброго дня, як ваш настрій? Які ваші очікування перед сьогоднішнім заняттям? Чи є якісь думки чи запитання після минулої зустрічі?

2. Щоденник емоцій:

Мета: розвиток усвідомленість емоцій, поліпшують комунікацію та зближують партнерів через взаєморозуміння емоційних відчуттів

Утримуйте щоденник, в якому фіксуєте свої емоції протягом дня. Аналізуйте, що викликало певні емоції та як ви відреагували.

3. Коло емоцій:

Мета: розвивати усвідомленість емоцій

Малюйте круг, розділений на сектори, представляючи різні емоції. Позначайте свої поточні почуття та обговорюйте їх з партнером.

4. Вправа "Ділитися днями":

Мета: зближення партнерів.

Розповідайте один одному про свої емоційні враження з минулого дня. Акцентуйте увагу на тому, як ви відчуваєте себе в різних ситуаціях.

5. Обговорення. Рефлексія, обмін враженнями

6. Прощання

З

а

Мета: Визначити спільні цілі та планування майбутнього разом. Покращити взаєморозуміння, прийняти різницю у поглядах та цінностях.

Завдання: т

1. Побудування спільних цілей

2. Розвиток взаєморозуміння я

3. Подолання конфліктних ситуацій

Необхідний матеріал: ручки, олівці (прості та кольорові), аркуші А4.

План заняття:

1. Привітання

Доброго дня, як ваш настрій? Які ваші очікування перед сьогоднішнім заняттям? Чи є якісь думки чи запитання після минулої зустрічі? .

2. Спільне складання "Мапи цінностей":

Мета: обговорення потреб та цінностей партнерів

Разом складіть "мапу цінностей", визначте, які цінності важливі кожному з вас. Обговорюйте подібності та визначте, як ви можете підтримувати один одного в цьому.

3. Вправа "Розповідь про важливі моменти":

Мета: покращення довіри між партнерами

Розкажіть один одному про важливі події чи моменти, які суттєво вплинули на ваші цінності та погляди. Розуміння контексту може полегшити взаєморозуміння.

4. Гра "Сценарії вирішення конфліктів":

Мета: Подолання конфліктних ситуацій

Вигадайте різні сценарії конфліктів, які можуть виникнути через різниці в цінностях. Розгляньте, як ви можете їх вирішити разом.

5. Обговорення. Рефлексія, обмін враженнями

6. Прощання

3

Мета: Розподіліть сфери відповідальності та приймайте різниці в тому, як ви бачите та виконуєте свої обов'язки. **н**

Завдання: **я**

1. Розвиток взаєморозуміння **т**

т

я

2. Розподіл сфери відповідальності
 3. зближення через повагу до індивідуальних цінностей та поглядів
- Необхідний матеріал:** ручки, олівці (прості та кольорові), аркуші А4.

План заняття:

1. Привітання

Доброго дня, як ваш настрій? Які ваші очікування перед сьогоднішнім заняттям? Чи є якісь думки чи запитання після минулої зустрічі? .

2. Вправа "Паралельні цінності":

Мета: пошук спільних цінностей

Знайдіть приклади ситуацій, де ваші цінності можуть взаємодіяти чи навіть суперечити. Розгляньте, як ви можете знайти спільний шлях.

3. Гра "Культурний обмін":

Мета: зближення та покращення розуміння один одного

Діліться своїми культурними та особистими особливостями, які впливають на ваші погляди. Це допоможе зрозуміти більше про вас один одного.

4. Карта відповідальності:

Мета: розподілення відповідальності

Учасники малюють карту, вказуючи області відповідальності кожного партнера в сім'ї. Це допомагає усвідомити і обговорити очікування та ролі в парі.

5. Обмін ролями:

Мета: покращення стосунків між партнерами за допомогою розуміння зміни ролями

Партнери тимчасово приймають ролі один одного, щоб відчувати відповідальність та розуміння труднощів партнера.

6. Обговорення. Рефлексія, обмін враженнями

7. Прощання

