

Східноєвропейський національний університет
імені Лесі Українки

Р. П. Федоренко

Психологія сім'ї

Навчальний посібник

Луцьк
Вежа-Друк
2015

УДК 159.9: 316.614.5(072)
ББК 88.56я73-9
Ф 33

*Рекомендовано до друку вченою радою
Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки
(протокол № 13 від 26 червня 2014 р.)*

Рецензенти:

Кочарян О. С. – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психологічного консультування і психотерапії Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна;

Батраченко І. Г. – доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри педагогіки та психології управління Дніпропетровського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти.

Федоренко Р. П.

Ф 33 Психологія сім'ї [Текст] : навч. посіб. / Раїса Петрівна Федоренко. – Луцьк : Вежа-Друк, 2015. – 364 с.

ISBN 978-617-7272-03-7

У навчальному посібнику подано теоретичний аналіз еволюції шлюбно-сімейних взаємин, окреслено тенденції розвитку альтернативних форм шлюбно-сімейних стосунків. Сучасну сім'ю розглянуто в структурі психологічного здоров'я сім'ї, її функціонально-рольової моделі, життєвого циклу родини та емоційних взаємин у шлюбі.

Посібник містить набір психодіагностичних методик для глибокого й різнобічного психологічного дослідження сім'ї та партнерських стосунків.

Для практичних психологів, соціологів, викладачів вищих навчальних закладів, а також усіх, хто цікавиться проблемами функціонування сім'ї.

**УДК 159.9: 316.614.5(072)
ББК 88.56я73-9**

ISBN 978-617-7272-03-7

© Федоренко Р. П., 2015
© Маліневська І. П. (обкладинка), 2015

ЗМІСТ

Вступ	5
Розділ 1. Теоретичний аналіз еволюції шлюбно-сімейних взаємин...	7
1.1. Постановка проблеми сімейних взаємин у сучасній психології	7
1.2. Еволюція шлюбу та сім'ї в історії людського суспільства ...	10
1.3. Сім'я та суспільні трансформації	25
1.4. Тенденції розвитку альтернативних форм шлюбно-сімейних стосунків.....	33
Розділ 2. Характеристика сучасної сім'ї	59
2.1. Сучасна модель сім'ї, її особливості	59
2.2. Психологічне здоров'я сучасної сім'ї	70
2.3. Функціонально-рольова структура сім'ї	73
2.4. Життєвий цикл родини.....	81
2.5. Емоційні взаємини в шлюбі.....	98
Розділ 3. Психологічна готовність молоді до шлюбно-сімейних взаємин	121
3.1. Підготовка до сімейного життя	121
3.2. Компоненти та рівні психологічної готовності до подружніх взаємин.....	131
3.3. Рівні готовності до шлюбно-сімейних стосунків	132
3.4. Гендерні аспекти підготовки до шлюбу	134
3.5. Соціально-психологічні чинники вибору шлюбного партнера	140
3.6. Вплив батьківської сім'ї на готовність молоді до подружнього життя	143
Розділ 4. Психологія сексуальності. Сексуальна задоволеність та психологічне благополуччя партнерів	147
4.1. Психологія сексуальності як наука.....	147
4.2. Особливості розвитку уявлень про сексуальність	151
4.3. Компоненти та функції сексуальності.....	160
4.4. Методи психологічного дослідження сексуальності	163
4.5. Психосексуальна ідентифікація й засвоєння сексуальної ролі.....	171
Розділ 5. Проблеми сучасної сім'ї	182
5.1. Стадії шлюбу та кризові періоди подружнього життя	182
5.2. Порушення функціонування сім'ї	187
5.3. Процеси розпаду й дестабілізації подружніх взаємин.....	189

5.4. Емоційний процес розлучення	195
5.5. Построзлучна ситуація сім'ї	197
5.6. Ревнощі й зрада як феномени подружнього життя	206
Розділ 6. Психологічна допомога сім'ї	227
6.1. Консультативна робота із сім'єю	227
6.2. Психологічна допомога дітям розлучених батьків	239
6.3. Психологічна допомога сім'ям у разі сексуальних проблем	247
6.4. Консультування сім'ї, де є проблема uzалежнення від алкоголю.....	251
6.5. Психологічна допомога при насиллі в сім'ї.....	264
6.6. Психологічна допомога сім'ям учасників АТО	272
Список використаних джерел.....	278
Додатки.....	284

ВСТУП

Розвиток нової, незалежної держави України неможливий без зміцнення інституту сім'ї, яка в щоденному досвіді сконцентрувала споконвічні суспільні й особистісні проблеми та цінності, акумулювала невичерпний психолого-педагогічний потенціал, сконденсувала традиційні й оригінальні навчально-виховні тактики та життєві стратегії. Виконуючи головну роль в архітектоніці людського буття, вона має свої механізми й закономірності, структурно-функціональні виміри, внутрішні та зовнішні детермінанти, психологічний мікроклімат, цілу систему унікальних духовних і матеріальних цінностей, крізь які сприймається весь світ.

Як відомо, сім'я – основа держави, оскільки рушійною силою життя є взаємини між чоловіком і жінкою. Будучи одним з основних інститутів суспільства, першою сходинкою соціалізації людини, сім'я розвивається та видозмінюється разом із навколишнім світом, по-своєму реагуючи на вимоги часу, відповідаючи на громадські потреби й при цьому сама їх формує.

Екстремальна загальнокризова ситуація в країні не могла не відбитися на соціальному інституті сім'ї. Катастрофічне зниження народжуваності, деформація шлюбно-сімейних процесів, економічні проблеми, безробіття знижують адаптаційні можливості сім'ї й призводять до порушення її функціонування. Це дає підставу говорити про кризу сім'ї, її руйнування. Особливих труднощів зазнає молода сім'я, яка сьогодні потребує найбільше уваги та підтримки як із боку держави, так і з боку вчених.

У контексті складних і нестабільних реалій нашого суспільства психологи відзначають розмаїття тенденцій у сфері міжособистісної взаємодії й психології сім'ї. Існує значна кількість теоретичних положень, що породжують спектр концептуальних моделей між-особистісних взаємин і свідчать про актуальність осмислення психології сімейних взаємин, зокрема особливостей гармонізації шлюбно-сімейних стосунків. Подружня гармонія складається з багатьох компонентів, серед яких визначальними вважають рівень культури та вихованість партнерів, індивідуально-типологічні якості, національні традиції, звичаї, соціальні установки й цінності тощо. Гармонія в сім'ї включає також усі сторони міжособистісних стосунків, сексуальну та поведінкову відповідність.

Опираючись на багатий теоретичний матеріал, у посібнику детально схарактеризовано весь спектр проблем сімейних взаємин – від історії сімейної психології до підготовки молоді до подружнього життя. Проаналізовано основні чинники стабільності сімейних взаємин, зокрема вивчено роль кризових періодів у шлюбно-розлучній ситуації. Відзначено особливу роль особливостей практичної роботи з подружжям.

Широкий комплекс висвітлених проблем дасть змогу студентам сформуванати адекватне уявлення про сучасний стан цієї галузі психологічних знань як у теоретичному, так і в практичному аспекті.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ЕВОЛЮЦІЇ ШЛЮБНО-СІМЕЙНИХ ВЗАЄМИН

Постановка проблеми сімейних взаємин у сучасній психології. Еволюція шлюбу та сім'ї в історії людського суспільства. Сім'я й суспільні трансформації. Тенденції розвитку альтернативних форм шлюбно-сімейних стосунків.

1.1. Постановка проблеми сімейних взаємин у сучасній психології

Різноманітність тенденцій, помічених психологами в галузі міжособистісної взаємодії та психології сім'ї, розмаїття теоретичних припущень, що породжує спектр концептуальних моделей міжособистісних стосунків, свідчить про актуальність осмислення психології сімейних взаємин.

Сімейні взаємини – це складний феномен, складна психічна реальність, що включає як міфологічні, так і сучасні рівні свідомості, а також індивідуальні й колективні, онтогенетичні, соціогенетичні та філогенетичні передумови.

Поняття сімейних взаємин як стан належності індивіда деякому надіндивідуальному сімейному цілому охоплює суб'єктивний час, особисту життєдіяльність, національну культуру й традиції. Однак розробленого та достатньо завершеного гносеологічного поля не склалося, оскільки в міру розвитку наукового пізнання з основоположним принципом об'єктивності неформальні взаємини, емоційна близькість, любов, симпатія всемірно виживалися з цього процесу, а «подружні відносини» і в цілому сімейні взаємини як психологічні феномени постійно «вислизали» від чіткого визначення.

Постановка проблеми сімейних взаємин, трактування психологічних передумов їх розуміння та дослідження – актуальні завдання не лише за умови вказаної дослідниками кризи сучасної сім'ї й назрілими у зв'язку з цим психотерапевтичними завданнями, – психологічне розуміння сімейних взаємин матиме теоретичне та практичне значення як у плані досягнення благополуччя й стабільності сімейних взаємин, так і для реалізації евристичних цілей наукового пошуку в ситуації влади інформаційних технологій, кризи суспільних систем [77].

У багатьох психологічних дослідженнях розкриваються глобальний злам соціальних стереотипів, індивідуальна ідеологія лихоліть, дезінтеграції, зміна соціально-психологічного статусу сім'ї, особливо багатодітної, у деяких випадках виявляється його деформація, невизначеність та навіть часткова втрата в результаті зміни відпрацьованих ритуалів, трансляції ЗМІ інформації, побудованої на принципах іронії, безглуздої жорстокості, індивідуалізму й містицизму, зміни практики повсякденного звичного спілкування та неадекватності життєвого досвіду членів родини наявній соціальній ситуації.

Л. Б. Шнейдер робить спробу поєднати різноманітні інтереси сім'ї й сімейних взаємин. Така установка припускає аналітичну роботу в різноманітних галузях психологічної теорії: психоаналізі, інтеракціонізмі, біхевіоризмі, психосинтезі, соціальній психології тощо. Крім того, у дослідницьке поле автора включено психологічні, соціологічні, антропологічні, філософські, біологічні та культурологічні погляди таких авторів-науковців, як Л. А. Файнберг, Ю. Д. Семенов, М. Мід, Е. Берн, Е. Фромм, Д. Д. Фрезер, Д. Аккерман, К. Г. Юнг, А. Адлер, І. С. Кон, М. С. Мацковський, А. С. Співаковська, А. М. Свядоц, В. В. Бойко, В. С. Торохтій, В. Владін, Д. Капустін, В. Р. Дольник, Н. І. Костомаров, І. Є. Забелін, В. В. Дружинін, О. О. Кронік, А. І. Антонов, В. М. Медков, Е. Г. Ейдемільер, В. В. Юстицькіс, Г. Навайтис й ін.

На їхню думку, взаємини між людьми в системі психологічного знання розуміємо, по-перше, як деяку систему взаємодію, контактів, зв'язків, по-друге – як оцінку суб'єктом самих цих взаємодій і контактів, а також партнерів, які беруть у них участь. Ці два аспекти – об'єктивний та оцінний – являють собою дві сторони реальності сімейного життя. Для сім'ї частота контактів, їх зміст визначаються тим, як її члени ставляться один до одного, тобто емоційний компонент міжособистісних взаємин суб'єктивно й об'єктивно визначає стан і розвиток взаємодії [81].

Емоційні взаємини досліджено Л. Я. Гозман, значимі – О. Кроніком та К. Кронік, однак учені розв'язували завдання з пояснення закономірностей виникнення, розвитку, стабілізації й розладу емоційних і значимих взаємин у парі або «подійній» групі. Стосовно сім'ї це явне звуження предмету аналізу.

Якщо ж виходити в цілому з міжособистісних взаємин як найбільш дослідженої теми соціальної психології, то за глобальністю теоретичних моделей утрачається феномен власне сімейних стосунків.

Водночас у сучасній психології відомі масштабні роботи, об'єктом яких є родина. Історично склалося так, що у вітчизняній психологічній науці найбільш розробленими виявилися проблеми сім'ї «як ланки суспільства». Власне сімейні взаємини є в них маргінальними.

Л. Я. Гозман підкреслює в емоційних взаєминах три іпостасі: емоцію, що має своїм предметом іншу людину, атитюд на іншу людину й емоційний компонент міжособистісного сприйняття.

Виходячи з цієї позиції, об'єктивація сімейних взаємин можлива через аналіз як області емоційних відносин членів сім'ї один до одного, так і об'єктивно існуючого процесу розвитку сімейних взаємин на різних стадіях життєвого циклу родини. Повноцінне вивчення сімейних стосунків передбачає їх розгляд у контексті умов і факторів, що впливають на них [23].

Подружні відносини як мистецтво жити в шлюбі, згідно з визначенням М. Фуко, визначають взаємини, дуальні за формою, універсальні за значенням та специфічні за інтенсивністю й силою.

Дуальність сімейних відносин обумовлена статевим деморфізмом, з одного боку, та подвійністю цілей шлюбу – продовженням роду й дружнім спільним життям – з іншого.

Універсальність шлюбу та сім'ї пов'язана з потребою будь-якої людської істоти, яка бажає жити відповідно до природи та водночас до потреб індивіда, який намагається вести життя, корисне для оточуючих і людства загалом. Матримоніальний зв'язок являє собою універсальний закон.

Унікальність сімейно-шлюбних взаємин прихована в їх емоційному та кровно-родинному потенціалі. Подружні відносини, що вважаються найбільш важливими й тісними з усіх можливих взаємин, повністю визначають спосіб існування, що потребує певного мистецтва буття разом.

Сімейні взаємини в нашому розумінні осмислено як феномен, у якому злиття *Я* та *Значимих Інших* відбувалося б таким чином, що розв'язка життя людини наступала б як результат розвитку характеру й особистості людини на фоні гармонійного, могутнього та розумного «єднання» з близькими, рідними людьми завдяки оволо-

дінню всіма членами сім'ї мистецтвом бути разом, а не просто як фінал, обумовлений самою життєвою ситуацією.

На думку О. О. Кроніка та Л. Я. Гозмана, «основними координатами» простору міжособистісних взаємин є статусно-рольові відмінності, психологічна дистанція, валентність відносин і вільний або вимушений спосіб створення сімейної пари [23].

Л. Б. Шнейдер, зі свого боку, вважає, що аналіз сімейних взаємин пов'язаний із низкою об'єктивних та суб'єктивних труднощів, які надалі позначаються проблемним полем [81].

1.2. Еволюція шлюбу та сім'ї в історії людського суспільства

Інтерес до походження людства сприяв розвитку історичного погляду на психологію сім'ї. Психологія сімейних взаємин склалася як наука, що досліджує об'єктивні закономірності, прояви та механізми функціонування сім'ї.

На сьогодні можна виділити такі напрями у вивченні психології сімейних взаємин: еволюціонізм, функціоналізм, біологізм, емпіризм і сцієнтизм.

Еволюційний підхід. Найбільший внесок в історичну реконструкцію сімейних взаємин належить швейцарському історику І. Я. Баховену, який видав у 1861 р. книгу «Материнське право. Дослідження гінекократії старого часу та його релігійної й правової природи», а також шотландському юристу Дж. Ф. Мак-Леннану, який опублікував у 1865 р. дослідження «Первісний шлюб». Обидва автори підкреслюють ідею мінливості форм шлюбу.

Уже в античні часи існували уявлення як про «патріархальність» сімейного укладу, так і про наявність безладного статевого зв'язку, що отримав назву «проміскуїтету».

Батьком «патріархальної теорії» називають Платона. Його ідеї патріархальності як такі, що відповідають природі людини та слугують висхідною ланкою держави, послідовно розвивав Арістотель. У середні віки й в епоху Просвітництва патріархальна теорія була панівною.

Ідея ж групового шлюбу відзначалась уже в «Історії» Геродота, який указував на спільність дружин у низки народів.

І. Я. Баховен розробив концепцію гетеризму, через який пройшли всі народи в напрямі до індивідуального шлюбу та сім'ї, основаної на материнському праві й високому становищі жінок у суспільстві

(«гінекократія»). Ідея матріархату та історичного розвитку сім'ї знайшли підтримку в Дж. Леббока, І. Колера, М. М. Ковалевського, Л. Штернберга, Л. Г. Моргана.

Дослідники прийшли до думки, що перша форма роду – материнський рід, оснований на колективному господарстві й екзогамно-ендогамних шлюбних взаєминах при парних союзах [5; 11].

На думку Л. Г. Моргана, основною причиною мінливості сімейних відносин, пов'язаної з переходом від материнського роду до батьківського, та виникнення моногамної сім'ї є розпад колективної власності, набуття господарської самостійності й поява приватної власності та успадкування.

Від моногамії (що часто є більш об'єктивним обов'язком, ніж суб'єктивною схильністю), основаної на приватній власності, оскільки в більшості випадків посередником виступає та чи інша умовність, невіддільною є проституція. Вона – неминучий корелят одношлюбності.

Отже, еволюціонізм пробивав собі шлях у науці, проводячи боротьбу з ідеєю початковості визнання патріархальної сім'ї.

Еволюціоністський підхід походить із теорії початкового проміскуїтету, що змінився екзогамним материнським родом. Пізніше теорія екзогамного роду доповнюється ідеєю про дуально-родову організацію, що виникає в ході поєднання двох матрилінійних екзогамних племен або фратрій. Передбачалося, що рід складався з двох половин, фратрій, у кожній із яких чоловіки та жінки не могли вступати в шлюб один з одним, знаходили собі чоловіків і жінок серед чоловіків та жінок іншої половини роду.

П. А. Сорокін виділяє основні положення еволюціоністського підходу:

– майже у всіх досліджених народів відлік спорідненості по матері передував відліку спорідненості по батькові;

– на первинній ланці статевих стосунків разом із тимчасовими моногамічними зносинами домінує широка свобода шлюбних відносин;

– еволюція шлюбу полягала в поступовому обмеженні цієї свободи статевого життя та в переході від групового шлюбу до індивідуального [58].

Згідно з еволюціонізмом, сімейні взаємини розвиваються в прогресивному напрямі від нижчих форм до вищих. При цьому підкреслюється їх соціальна обумовленість, історична зумовленість

та репрезентативність у сімейній життєдіяльності й системі родоvodu. У зв'язку з цим вітчизняний соціолог А. І. Антонов іменує цей підхід концепцією інваріантності сім'ї, оскільки його суть зводиться до того, що люди завжди братимуть шлюб, народжуватимуть дітей і тим самим братимуть участь у родинно-сімейних взаєминах. Швейцарський психолог А. Гуггенбюль-Крейг розглядає шлюб як вираження архетипічного начала, більш фундаментального, ніж можна було б передбачати, судячи за соціальними та особистими проблемами, властивими шлюбові.

У межах еволюціоністського підходу відома й інша точка зору, пов'язана з трактуванням сімейних взаємин крізь призму «занепаду» культури й суспільства. Її прихильники підкреслюють негативні тенденції в розвитку сімейних відносин: послаблення союзу батьків і дітей, подружжів та розпад сімейного господарства.

А. І. Антонов указує на факт існування двох наукових парадигм: «ліберально-прогресивної», що стверджує виникнення на уламках старої, традиційної сім'ї нових альтернативних сімейних структур, та «консервативно-кризової», яка попереджує можливість зникнення сімейного способу життя. Він вважає за необхідне у зв'язку з цим зміцнення сімейних основ буття [6].

Функціональний підхід. Згідно з функціональним підходом, сімейні взаємини похідні від способу життя сім'ї та сімейного укладу, обумовлені соціокультурними функціями сім'ї й будуються на системі соціокультурних ролей, пов'язаних зі шлюбом, родоvдом і батьківством. Родоначальник структурно-функціонального напрямку вивчення сім'ї Е. Дюркгейм сконцентрував зусилля наукових пошуків на механізмах згуртованості родини, ролі кожного її члена в сімейному житті, на взаємозв'язку розлучень і самогубств. Він звернув увагу на те, що низка сімейних функцій змінюється й навіть утрачається під впливом урбанізації.

Функціоналізм визнає шлюбні взаємини лише за умови настання вагітності та народження дитини. Зміна історичних форм сім'ї, виникнення екзогамії виводиться з табу інцесту (заборони на кровозмішення), що розглядалося як засіб функціональної інтеграції сімейних взаємин (Е. Вестермарк). Підкреслено вплив добровільності шлюбу (на зміну шлюбу за договором батьків) на його нестабільність, а зменшення кількості сучасних сімей – на сімейну солідарність (Е. Дюркгейм). Функціоналістам належить розробка проблем материнства й батьківства (Б. Малиновський).

У функціональному підході велика увага приділяється аналізу історичного переходу сімейних функцій до інших соціальних інститутів.

З ім'ям У. Огборна вперше пов'язують феномен переходу від сім'ї, основаної на слідуванні соціокультурним приписам, до сім'ї, в основі якої лежать міжособистісні переваги. У термінології Е. Берджеса це виражалось як перехід від «сім'ї-інституту» до «сім'ї-товариства» (або подружжя-партнерства). Вітчизняний психолог А. І. Антонов визначає цю термінологію як перебудову провідних мотивів укладання та збереження шлюбу [6; 11].

У функціональному підході, на відміну від еволюціоністського, ключовим моментом є проблема відповідальності, що виражається як у вузькому розумінні – у внутрішньосімейних взаєминах, так і в широкому – у контексті суспільних стосунків. Міра відповідальності здатна задавати динаміку сімейних відносин [1;6].

Етологічний підхід. Витоки цього напряму слід віднести до появи книги Ч. Дарвіна «Походження людини та статевий відбір», уперше перекладеної в Росії в 1873 р.

Представники цього підходу оперують здебільшого методами порівняльної етології, посилаючись на приховані, часто рудиментарні інстинктивні основи поведінки людини. Прихильники етологічного підходу заперечують проміскуїтет як вихідну форму шлюбних взаємин, оскільки він перечить інстинктивній потребі дітей матерів, батьків та материнському (батьківському) інстинкту дорослих [1;12].

Згідно з етологічним підходом, історичний період застав людство з чотирма системами шлюбних стосунків: груповим шлюбом, полігінією (один чоловік та декілька жінок), поліандрією (одна жінка та декілька чоловіків) та моногамією (один чоловік й одна жінка); остання у двох формах – пожиттєва та така, що допускає розлучення. Етологи констатують природний характер усіх названих вище форм шлюбно-сімейних відносин і їх мінливість. Із біологічного погляду, різноманіття шлюбно-сімейних стосунків – це дивовижний факт, оскільки шлюбна система – видова ознака та є константною.

Незвичайність етологічної точки зору полягає в припущенні вихідної (першорядної) моногамності предків людини, ствердженні того, що потім на певному етапі еволюції ці предки повернуть до групового шлюбу з турботою прачоловіків про пражінок. Співіснування програм моногамного й групового шлюбів було тривалим. У подальшому при зміні умов життя люди могли легко переходити до

різних форм шлюбних взаємин. Наприклад, землеробам у Європі найбільше підходила моногамія, а скотарям-кочівникам – полігінія.

Емпіричний підхід. Згідно з емпіризмом, сім'ю розглядаємо як малу соціальну групу, яка має свою історію виникнення, функціонування та розпаду. Сімейні стосунки будуються на емоційній близькості членів сім'ї, на їхніх потребах і потягах.

Основоположником емпіричного підходу вважають Ф. Ле Пле, який припускав, що спонтанна стійкість сім'ї при зміні поколінь існує завдяки схильності до солідарності та згуртованості. У якості емпіричного методу дослідження Ф. Ле Пле широко використовував аналіз бюджету сім'ї як кількісного вираження різноманітного внутрішньосімейного функціонування й мікросередовища сім'ї, організація якої залежить від структурних змін сімейних взаємин, пов'язаних із вихованням дітей.

Ф. Ле Пле підкреслював нестабільний характер сімейних відносин, які опинилися під пресингом індустріалізації та урбанізації, що проявляється в розрізненому існуванні батьків і дітей, у послабленні батьківського авторитету [81].

Сцієнтистський підхід розглядає сімейні стосунки у взаємозв'язку особистості та суспільства. До творців і прихильників цього підходу відносять У. Джемса, Ч. Кулі, У. Томаса, Ф. Знанецького, Ж. Піаже, З. Фрейда та ін. Міжособистісні взаємини, *Я й Інший*, значимий характер близьких стосунків, сім'я як «єдність взаємодіючих особистостей» – ось ключові моменти теорій сцієнтистського соціально-психологічного напрямку.

Крім названих вище підходів до історії вивчення психології сім'ї, існує чимало інших. Значний внесок в аналіз теоретичних схем і концепцій дослідження сім'ї зробив американський соціолог Р. Хілл. На його думку, перші п'ять підходів до вивчення сім'ї є такими:

- 1) інституціонально-історичний (еволюціонізм);
- 2) структурно-функціональний;
- 3) інтеракціоністсько-рольовий аналіз, символічний інтеракціонізм;
- 4) ситуативно-психологічний;
- 5) дивелопменталістський підхід (оснований на розвиткові життєвого циклу сім'ї) [81].

Перші два підходи орієнтовані на вивчення сім'ї за роллю й функціями, які вони виконують у суспільстві, а також динамікою сімейних структур і їх соціальних наслідків. Три наступних зводяться до теорії соціальної поведінки особистості та груп.

Корені сучасного шлюбу починаються в релігійному, етнічному, культурному минулому родини. Європейський тип шлюбу виник понад 300 років тому, але історія виникнення моногамної родини нараховує багато тисячоліть. У первісному періоді людства типовими були такі види шлюбно-сімейних взаємин:

1) неподільна родина, що складається з групи родичів; жінки й діти не мають визначеного чоловіка та батька, вони належать усім чоловікам групи;

2) сегментарна родина: глава родини має окремих дружин, у братів – спільні дружини, а всі сестри мають кілька спільних чоловіків;

3) індивідуальна родина: спільність дружин знищена, кожен чоловік має одну чи кількох дружин (моногінія, полігінія) або жінка має кількох чоловіків (поліандрія).

Наступний етап розвитку шлюбних взаємин – моногамний шлюб у його сучасному вигляді. Із виникненням приватної власності й розширенням мінової торгівлі поступово на перший план виступає чоловік. Якщо в парній родині і чоловік, і жінка брали участь у міру своїх можливостей у створенні матеріальних та побутових благ, то тепер жінка поступово втрачає своє положення й чоловік захоплює правління у свої руки. Завдання жінки зводиться до народження дітей, котрі успадкуватимуть майно батька. На першому плані – дотримання подружньої вірності. Материнство завжди достовірно відоме, а батьківство – ні.

За кілька тисячоліть до нової ери в кодексі вавилонського царя Хаммурапі була закріплена нерівність чоловіків: кодекс визнає моногамію, але дає змогу чоловікові брати наложниць, а за невірність особливо строго карає дружину. Подібні закони видавали в стародавні й середні століття у всіх країнах.

Уперше в історії рівність чоловіків і жінок перед законом проголосила Французька революція 1793 р., коли ввели шлюб за взаємною згодою, систему розлучень, скасовано розподіл дітей на законних і незаконних.

Отже, шлях до моногамної родини був довгим і складним. Взаємини між людьми постійно зазнавали змін. Відбуваються вони й нині: змінюються погляди на статеву поведінку чоловіків і жінок.

Щоб зрозуміти дійсний стан шлюбу, потрібно, у міру можливості, проаналізувати ті зміни, що відбувалися в шлюбних взаєминах протягом минулих століть.

У доісторичний період чоловіки й жінки полювали спільно, маленькими групами. Потрібно було, щоб хтось полював, а хтось залишався в будинку готувати їжу та підтримувати вогонь. Близько восьми тисяч років до нашої ери відбулися глибокі культурні зміни, що радикально впливали на шлюб. Від полювання люди почали переходити до удомашнювання тварин й осілого способу життя. У результаті поступово виникали сільські поселення. Діти стали являти своєрідну цінність.

Виникнення міської цивілізації, розвиток навичок письма й читання привели до перших письмових законів про шлюб. Це були закони Хаммурапі – звід цивільного та карного права, що з'явився в Древньому Вавилоні. Відповідно до цих законів дівчата належали своїм батькам доти, поки їх не купили майбутні чоловіки. Шлюб, таким чином, був одночасно й економічною угодою, визначеним контрактом між чоловіком і дружиною. Якщо ж жінки, котрі перебували в шлюбі, але не здатні до дітородіння, відмовлялися вважати своїми дітей служниці, то їхнім чоловікам дозволялося мати наложницю.

В усіх древніх культурах шлюб-погодження й шлюб-угода були звичайним явищем. Наречений платив викуп за наречену, у який досить часто входила ділянка землі, що була надалі для молодого подружжя основою їхнього господарства. У випадку розлучення з ініціативи чоловіка майно, отримане в рахунок викупу, і діти, котрі народилися в шлюбі, переходили до дружини. У разі відмови чоловіка виконувати ці умови жінка могла звернутися в суд для збереження своїх законних прав.

Чоловік, зі свого боку, міг звинуватити дружину в тому, що вона погана дружина, у зв'язку з чим мав право зробити її своєю рабинею. Дружина ж мала можливість звинуватити чоловіка в жорстокості, могла навіть зажадати за це компенсацію. Якщо ж дружина не могла довести своєї правоти, то у Вавилоні практикували звичай «іспит водою»: у разі, коли обвинувачуваний міг плавати, то вважали, що його оберігають боги й визнавали невинним; якщо ж починав тонути, то це було вагомим доказом його провини.

У Древньому Єгипті шлюб також брали, зазвичай, з економічних чи політичних міркувань. Часто одружувалися брати й сестри, щоб не ділити спадкоємну землю чи успадковані родинною державні посади. У період матріархату спадкування завжди відбувалося по жіночій лінії, а в шлюбних угодах власність нареченого часто передавалась у

володіння нареченої. Тому багато фараонів одружувалися на своїх сестрах і навіть доньках, оскільки це давало змогу зберегти трон, династію й спадщину. Такий звичай існував у Єгипті й після завоювання його Римом у 69–30 рр. до н. е. Так, Клеопатра спочатку була дружиною свого старшого брата, потім, після його смерті, – дружиною молодшого брата. Кожен із цих шлюбів давав їм право володіти Єгиптом. Ті самі привілеї одержав Марко Антоній, котрий став її останнім чоловіком [58].

В епоху раннього Середньовіччя ставлення до шлюбу рідко пов'язували з романтикою й любов'ю. Ранні християни взагалі мали дуже суперечливе уявлення про шлюб. Панували три розповсюджені точки зору. Відповідно до першої з них, шлюб – це дарунок божий, а його ціль – дітородіння. При цьому існували різні його інтерпретації, наприклад, твердження, що створення великої родини – святий обов'язок чоловіків. За другою точкою зору, шлюб – це необхідне зло (краще одружитися, ніж згоріти від любовної пристрасті). Ідея задоволення пристрасті за допомогою шлюбу ґрунтувалася на реалістичному усвідомленні інтимної близькості як природної потреби людини, яку потрібно узаконити. І сьогодні багато шлюбів молодих людей, котрі вийшли з підліткового віку, ґрунтуються саме на таких уявленнях про інтимне життя. Третя думка про шлюб зводилася до того, що його варто цілком уникати. Потрібно бути вільними від подружніх обов'язків, щоб цілком присвятити себе релігії. І нині ще є люди, які уникають шлюбу внаслідок тієї самої причини. На такій позиції, що виключає сімейні взаємини, перебувають чоловіки й жінки, які відмовляються від шлюбу заради кар'єри чи інших аналогічних понять.

У період раннього християнства радикально змінено багато законів про шлюб, наприклад заборонено полігамні шлюби. Полігамію патріархів Старого завіту оголошено культурною необхідністю, засобом населити світ «обраними людьми». Впливовий письменник того часу Тертулліан (160–230 р. н. е.) дотепно помітив, що якби Господь хотів заохотити полігамію, то не зупинився б на одному Адамовому ребрі для створення Єви: він узяв би, напевно, кілька ребер і створив би Адамові кілька дружин.

Наприкінці V ст. н. е. Західну Римську імперію завоювали північні племена варварів. Слово «варвар» древні римляни й греки вживали стосовно всіх чужоземців, які, зі свого боку, привносили свої уявлення про шлюб та шлюбні обряди.

Після падіння Західної Римської імперії почалась епоха, що згодом отримала назву століття «Середньовіччя». Перехід від племінної до національної спільності тривав кілька століть. У міру посилення королівської влади феодалні племінні вожді поступово втрачали свою абсолютну владу, у тому числі й право приймати рішення про шлюби своїх васалів і смердів. Стали можливі шлюби, засновані на добровільному союзі чоловіка й жінки. Одночасно з'явилась і більш ліберальна точка зору на шлюб, незважаючи на те, що церква, як і раніше, залишалася на ранній християнській позиції, та в кожній жінці, дочці Єви, бачила уособлення злого початку.

У ту ж епоху романтичне ставлення до жінки піддавалося нападкам багатьох учених. Наприклад, філософ і теолог Хома Аквінський (1225–1274), твори якого дуже вплинули на думки середньовічної Європи, адаптуючи ранні твори Арістотеля, розглядав жінку всього лише як зіпсований варіант чоловіка. Відповідно, він думав, що дітей варто виховувати в більшій повазі до батька, ніж до матері, а дружинам казав забезпечувати чоловіків чистим одягом, зігрівати їх гарним вогнем у вогнищі, мити їм ноги, стежити за панчохами та взуттям, готувати смачну їжу й напої, приділяти багато уваги, готувати зручну постіль із білими простирадлами, нічний ковпак і хутряні покривала, а також доставляти інші радості та таємні задоволення.

У XV ст. в Західній і Центральній Європі виник широкий суспільний рух, що частково збігся з епохою Ренесансу й відобразив динамізм тієї епохи. Цей рух увійшов в історію під назвою «Реформація». Насамперед він прийняв форму боротьби проти католицької церкви.

Абігел, дружина Джона Адамса (1735–1826), котрий став згодом другим президентом Сполучених Штатів Америки, уважала, що британське законодавство потрібно змінити, конституційно надавши жінкам рівні права з чоловіками. Вона різко критикувала прийнятну систему законів про шлюб, указувала на несправедливість у ставленні до нього, оскільки шлюб служить передусім інтересам чоловіків. У 1797 р. вона писала чоловікові про те, що в новому зводі законів, який йому як президенту потрібно розробити, варто пам'ятати про жінок і бути до них більш великодушним та прихильним, ніж його попередники [58; 81].

У сучасному світі в шлюбі існує ще чимало обмежень. У деяких країнах шлюб залишається строго організованим і перебуває під

контролем. Однак слід зазначити, що став піддаватися сумніву сам інститут офіційного шлюбу: окремі пари живуть разом без юридичного оформлення своїх відносин. Інші пари, зберігаючи почуття любові та відданість один одному в шлюбі, намагаються зберегти й свою особисту незалежність.

У повсякденній свідомості поняття «шлюб» і «сім'я» можуть об'єднуватися, але в науці прийнято їх розмежовувати. У першому випадку знаходять висвітлення соціально-правові аспекти сімейно-родинних відносин.

Шлюб є суспільним інститутом, що регулює відносини між статями. Чоловік і жінка виступають у ньому і як особистості, і як громадяни держави. Соціальний характер шлюбу проявляється, насамперед, у публічній формі його виявлення, у контрольованому суспільством виборі шлюбних партнерів, в успадкуванні сімейного майна.

Етимологія російського слова «брак» указує на спорідненість із давньоруським «брачити», тобто «відбирати». Українське слово «шлюб» бере свій початок від давньослов'янського слова «сьлюб», що означало урочисту обіцянку. «Слюбитись» у низці слов'янських мов означає домовитися.

Шлюб – це санкціонована суспільством форма взаємин між статями та ставлення до потомства, тобто засіб регуляції статевих стосунків і відтворення населення. Це вільна рівноправна спілка жінки та чоловіка, укладена з дотриманням порядку й умов, установлених законом, яка утворює сім'ю та породжує взаємні особисті й майнові права та обов'язки між подружжям.

Початок формування шлюбних відносин у зароджуваному суспільстві пов'язаний із потребою в особливих соціальних нормах для регуляції статевого спілкування всередині роду, приборкання біологічного інстинкту.

Так, накладалися заборони (табу) на статеве спілкування між чоловіками й жінками цього роду в певні періоди (підготовка до полювання, саме полювання). Табу привели до виникнення звичаїв, котрі згодом породили екзогамний шлюб (міжродовий, міжплемінний).

Заборони поширювалися тільки на членів свого роду, обмежували статеве спілкування лише між кривними родичами, однак вихідців з інших родів і племен не стосувалися. Виникнення екзогамного шлюбу збігається з процесом формування *гомосапієнс*, що з'явився приблизно 40 тис. років тому.

Отже, з ендогамії, тобто статевого зв'язку між представниками тільки одного роду, через агамію, або тимчасову заборону статевих зносин, виникла **екзогамія** – систематичні статеві зв'язки між представниками різних родів. Виникає груповий (дуально-родовий) шлюб, де всі чоловіки одного роду є чоловіками всіх жінок іншого роду, чоловіки ж цього другого роду – відповідно, чоловіками жінок першого.

У межах групового шлюбу виробничі та дітородні стосунки були відірвані одні від одних. Груповий шлюб іще не став шлюбом персональним, тобто постійних як таких «подружніх» пар не існувало. За цих взаємин визначити лінію батьківства було неможливо. Походження дітей установлювали лише по матері, визнавали тільки жіночу лінію рідства. Діти знали лише своїх матерів.

Сестри з їхніми дітьми, кровні брати та інші родичі й становили материнський рід. Матеріальною основою групового шлюбу виступало переважно, домашнє господарство, оскільки мисливство вже не завжди могло забезпечити добробут роду.

Поступово в межах дуально-родового шлюбу на ґрунті взаємних потягів почали складатися досить постійні пари. Парний шлюб спільнота не регулювала – його підтримувала тільки добра воля партнерів, тому він ще не був моногамним. Чоловік міг бути зв'язаний такими парними стосунками з кількома жінками, так само, як і жінка – із кількома чоловіками.

Такий шлюб скоріше був первісно-егалітарним, тобто рівноправним. Ця форма шлюбу виникла приблизно 25–24 тис. років тому, що зумовлено переходом до нових форм господарських, економічних відносин усередині роду, виникненням приватної власності.

Поява останньої, а також наявність надлишків продуктів у деяких членів роду поклатала початок дарообмінові як черговому крокові на шляху до усталення сім'ї, перетворення її на господарську одиницю суспільства. Чоловік дарував «своїй» жінці з чужого роду частину надлишку, жінка ж могла дарувати йому свою. І доки існував дарообмін, підтримувався зв'язок між чоловіком і жінкою. Так виник індивідуальний парний шлюб.

Формування уособлено парної сім'ї передбачало неадекватний дарообмін, тобто такий, при якому чоловік дарував жінці більше, ніж вона йому. Так, чоловік ставав годувальником сім'ї, дружини та дітей. Подібна практика викликала виникнення всередині дуально-родової організації такої постійної господарської одиниці, як община,

котра складалася з парних сімей. До кожної з них входили чоловік, жінка та її діти.

У такому вигляді шлюб виглядав як спілка між чоловіком і жінкою, а одна з цілей цієї спілки – забезпечення утримання та виховання дітей жінки. Нарешті, із виникненням парного шлюбу статеві зносини між партнерами вже регулювали не тільки моральні норми, а й певні соціально-економічні відносини.

Виникнення та зміцнення приватної власності привело до усталення класових відносин, що стали підвалинами для сучасного виду шлюбу – моногамії. Своєї класичної форми моногамний шлюб і моногамна сім'я досягають лише в зрілому класовому суспільстві.

Оскільки володіння приватною власністю на засоби виробництва стало основою розподілу створеного в суспільстві продукту, то чоловік виступає в ролі годувальника тільки тому, що є власником засобів виробництва. Розвиток нових економічних відносин змінив роль партнерів у сім'ї: жінка фактично стала рабою чоловіка, материнське право ліквідовано. Це була всесвітньо-історична поразка жіночої статі, у результаті якої «чоловік захопив кермо влади і в домі, а жінку позбавлено почесного становища, закабалено, перетворено в рабу його бажань, у просте знаряддя дітородіння» [81].

В умовах рабовласницького та феодалного суспільства жінки позбавлялися багатьох громадянських прав. У нерівному становищі вони були й перед законом, котрий оголошував чоловіка володарем усіх членів сім'ї. У Стародавньому Римі чоловік після року життя з дружиною міг зробити її своєю рабою або продати в рабство. Батьківська сім'я жінки тим, що хоча б раз на рік приймала дочку під свій дах, рятувала і її свободу, і права громадянства.

Пізніше повернення жінки в батьківську сім'ю поступилося місцем пошануванню дружини й матері в домівці чоловіка. День цей став сімейним святом, коли жінку звільняли від її звичайних домашніх обов'язків, віншували, вручали подарунки. Свято припадало на березень і з нього походить сучасна традиція відзначати 8 березня – Міжнародний жіночий день.

Деякі норми сімейно-шлюбних відносин, що свідчать про колишню велич материнського роду, зберігаються й досі. У племен сайїн, альхумум на півдні Ємену жінки беруть участь у публічних церемоніях, танцюють разом із чоловіками. Вони самотійно вибирають нареченого й зустрічаються з ним до весілля. Шлюб укладається в оселі жінки. На її родичів молодий чоловік працює

певний час, доки не отримає дозвіл забрати жінку у своє житло. Молода дружина, трохи поживши з чоловіком, має право піти від нього до своїх батьків. Пояснення просте: «Я його не хочу!» – говорить вона й це вважається вагомою підставою для розірвання шлюбу.

Хоч загальні правила віддають безумовну перевагу батьківським родичам (або, як висловлюються етнографи, принципу патрилінійності), місцева традиція – на боці родичів із боку матері (принцип матрилінійності). Наслідок цього – те, що дружина відіграє незвичайну роль у внутрішньосімейному житті. Вона не лише доглядає дітей, пасе кіз та овець, але й приймає гостей як глава сім'ї. Чоловік захищає сім'ю та рід, заробляє на прожиття й доїть верблюдиць, але він же готує їжу, меле зерно, пере свій одяг, ходить по воду, паливо. Найцікавіше, що права жінок надійно оберігає племінне зібрання, у якому немає жодної жінки, а лише мудрі старійшини та дужі воїни.

У племенах альхумум і сайїн із гордістю говорять, що за законом кровної помсти за вбивство однієї жінки платять своїм життям десять чоловіків. З убивцею неозброєної жінки одноплемінники не обмінюються вітаннями, не моляться з ним поруч, не наглядають за його худобою, не вірять його слову й відмовляють йому в тому, у чому бедуїн нікому ніколи не відмовляє, – у ковтку води.

Усвідомлення необхідності вступу в шлюб, створення сім'ї набувало інколи незвичайних форм. Так, давньогрецький мислитель Платон уважав, що суспільство має засуджувати тих, хто не створив сім'ї до 35 років. Нежонаті після цього віку мусять сплачувати відповідний податок. У стародавніх Афінах і Спарті справді існував звичай під час свята весни бити різками тих, хто ухилився від вступу в шлюб.

На переконання Арістотеля, держава виростає із сім'ї, яка є першим видом спілкування людей. І якщо Платон виходив із рівності чоловіка й жінки в подібному спілкуванні, то Арістотель стверджував, що чоловік має владарювати над жінкою. Це положення, дещо видозмінене в дусі часу, сприйняте християнством і західноєвропейською традицією. Тільки із середини ХІХ ст. простежено відхід від цієї традиції. І. Кант вважав, що спілкування статей має бути договірними відносинами, а моногамний шлюб, заснований на пожиттєвій вірності подружжя одне одному, постає єдино моральною й правомірною формою шлюбу.

Фіхте наполягав на рівності чоловіка та жінки в шлюбі, розглядав кохання як його єдине моральне підґрунтя. Нарешті, Гегель уперше поставив у залежність від умов життя форми сім'ї й шлюбу. Так,

сучасну йому сім'ю він уважав зумовленою християнською мораллю та приватною власністю на землю [5; 81].

Історія сім'ї як такої починається з того моменту, коли розвиток продуктивних сил досягає рівня, котрий забезпечує виокремлення моногамної сім'ї з одного чоловіка й однієї жінки, котрі проживають у тривкому шлюбі, а також їхнього потомства.

Першим різновидом сім'ї стала патріархальна, де главенство належало чоловікові. Подібні сімейні відносини дістали назву патріархату. Зазнаючи впливу мінливих умов життя, він набуває різних форм. У деяких країнах Сходу й досі практикується полігінія (багатоженство), за якої чоловік водночас перебуває в кількох шлюбних спілках. У Європі та в більшості країн світу еволюція патріархальної сім'ї відбувалася в бік закріплення моногамії.

На початку свого формування патріархальна сім'я була дуже численною й могла нараховувати кілька сотен осіб. До неї входили родичі й нащадки одного батька разом із їхніми дружинами, дітьми та родичами. До складу сім'ї входили також раби й наложниці. Завдяки своїм внутрішнім резервам як великої виробничої одиниці патріархальна сім'я, переживши рабовласництво, збереглася й за феодалізму. Але розвиток капіталістичного способу виробництва зруйнував її до решти.

В умовах буржуазного суспільства сім'я починає втрачати свій патріархальний характер і набувати рис рівноправності, егалітарної сім'ї. У ній чоловік та дружина працюють, обоє утримують своїх дітей. Їхній шлюб будується на рівноправних відносинах. Завдяки рухові жінок за своє визволення вже з кінця XIX ст. вони стали володіти основними економічними й політичними правами. У наш час лише в чотирьох країнах жінки позбавлені права брати участь у виборах до парламенту (Ліхтенштейн, Сан-Марино, Південно-Африканська Республіка, Андорра). У трьох країнах права жінок обмежені (Іспанія, Болівія, Гватемала).

Індустріалізація виробництва, розпочате раніше відокремлення праці від сім'ї породили її новий різновид – сім'ю нуклеарну (від латинського «нуклеус» – ядро). Уперше цей термін стосовно сім'ї вжив американський соціолог Ж. П. Мурдок, котрий позначив таким чином сім'ю, що складалася тільки з необхідних для її утворення членів – чоловіка та жінки. Така родина може мати скільки завгодно дітей, хоча не виключає також їх відсутності. Нуклеарна сім'я може бути повною й неповною. Остання має одного з батьків та його дітей.

Нуклеарна сім'я стала своєрідною відповіддю на потреби сучасного індустріального суспільства. Вона мобільніша, а суспільне виробництво, як відомо, часто потребує пересування людей з однієї місцевості до іншої. Цей різновид сім'ї демократичніший у тому розумінні, що не вимагає для своїх членів єдиної професії, формує різні стилі життя, розширює спектр форм проведення дозвілля й т. ін. Система соціального забезпечення, розвиток сфери послуг, підвищення розмірів пенсій також стимулюють формування нуклеарної сім'ї, оскільки знімають у хворих і похилих людей необхідність у підтримці з боку близьких родичів. Кількість сімей, котрі включають три покоління родичів, неухильно зменшується.

В умовах сучасного суспільного виробництва чимдалі зростаючу роль відіграють уміння та здатності самостійно розкривати свої обдарування. Родичі вже мало чим можуть допомогти в цьому, що, зі свого боку, обмежує частоту зустрічей між ними, ослаблює їхні стосунки.

Система відносин рідства, доповнювана духовними, моральними, психологічними відносинами, внутрішньосімейними настановленнями, а також відносинами влади й авторитету, визначає структуру сім'ї. Домінанти в спектрі цих відносин формують два основних типи сім'ї – авторитарну та демократичну. Авторитарна сім'я ґрунтується на суворому, незаперечному підкоренні жінки чоловікові (або чоловіка жінці), дітей – батькам. Для демократичної сім'ї характерні рівна участь подружжя в справах сімейного життя, спільне прийняття ними важливих рішень. Останнє можливе за взаємної поваги між членами сім'ї, урахування ними як особливостей різних життєвих ситуацій, так і особистих якостей та здатностей обох для розподілу внутрішньо-сімейних ролей.

На відміну від сім'ї авторитарної, де хтось із подружжя монополізує кермо правління, у сім'ї демократичній зазвичай відсутній «офіційний» глава. Життєві ситуації висувають на перший план лідера, тобто того з подружжя (а іноді й дорослих дітей), хто має найбільший авторитет у вирішенні конкретних питань.

Соціологічні дослідження засвідчують, що структура сучасної нуклеарної сім'ї еволюціонує в бік формування сім'ї егалітарної (від латин. *egalitare* – зрівняльний), у котрій усі дорослі члени мають рівну частку прав і відповідальності, діти ж займають досить незалежне становище.

Чинні в нашій країні Основи законодавства про шлюб і сім'ю основний акцент роблять на умовах вступу в шлюб, визнаючи його

дійсним або недійсним. Головна передумова – згода майбутнього подружжя на укладення шлюбу, його реєстрацію, інакше один із них може через суд оголосити шлюб недійсним. Необхідність уключення цієї умови до числа тих, що визначають дійсність шлюбу, викликана (хоч і нечастими) випадками викрадення (згідно з традицією) наречених. Проте згода ще не є достатньою підставою для визнання шлюбу дійсним.

Друга умова вступу в шлюб – шлюбне повноліття майбутнього подружжя. Згідно з Основами законодавства, шлюбний вік установлено єдиним для юнаків і дівчат – 18 років. У разі, коли молоді люди вступають в інтимні зносини й чекають на дитину, місцеві органи влади мають право реєструвати шлюб між особами, котрі не досягли шлюбного віку (на Україні – із 17 років).

Дотримання принципу моногамії – третя умова вступу в шлюб. Більше того, відступ від цього принципу вважається в нас злочином і переслідується відповідними статтями кримінального кодексу.

Четверта умова – відсутність будь-якого рідства між майбутнім подружжям.

Нарешті, п'ята умова – психічне здоров'я осіб, котрі беруть шлюб. Закон не допускає укладання шлюбу між особами, одна з яких визнана в судовому порядку недієздатною внаслідок душевної хвороби. Поява дефектів психіки після вступу в шлюб дає право одному з подружжя розірвати шлюб.

Регулюючи особисті та майнові відносини між подружжям, між батьками та дітьми, визначаючи умови вступу в шлюб і його розірвання, Основи законодавства про шлюб і сім'ю спрямовані, передусім, на зміцнення сім'ї, захист інтересів дітей [81]. Отже, держава, ураховуючи вплив сім'ї на відносини в суспільстві, на характер соціальних процесів, що відбуваються в ньому, захищає й інтереси всього суспільства.

1.3. Сім'я та суспільні трансформації

У сучасному світі спостерігається значна варіативність моделей шлюбних взаємин, формуються шлюби, що є альтернативами класичної моногамії.

Поняття «сім'я» призначено для характеристики складної системи взаємин подружжя, їхніх дітей, інших родичів. Приведемо традиційне визначення цього поняття, що трапляється в багатьох

довідкових виданнях. Сім'я – це найважливіша форма організації особистого життя, вид соціальної спільності, мала група, заснована на подружньому союзі, родинних зв'язках, тобто на багатогранних взаєминах між чоловіком і дружиною, батьками й дітьми, братами, сестрами, іншими родичами, котрі живуть разом і ведуть спільне господарство [5]. Однак життя вносить деякі корективи в таке розуміння родини. Зокрема, розвивається «гостьовий» (регулярно-роздільний) шлюб, який припускає роздільне проживання подружжя протягом досить тривалого проміжку часу.

Значна кількість фахівців використовує визначення родини, запропоноване А. Г. Харчевим: «Родина – це історично-конкретна система взаємин між подружжям, між батьками й дітьми, це мала соціальна група, члени якої зв'язані шлюбними чи батьківськими відносинами, спільністю побуту та взаємною моральною відповідальністю, соціальна необхідність, обумовлена потребою суспільства у фізичному й духовному відтворенні населення» [31; 34].

Коментуючи це визначення, С. В. Ковальов відзначає кілька важливих моментів. Родина згодом змінюється, відповідно до змін у суспільстві, хоча і є одним із найбільш стабільних соціальних інститутів. Малою групою сім'ю можна назвати тому, що вона цілком потрапляє під визначення цього вихідного елемента соціуму, відрізняючись інтимно-особистісним характером об'єднання людей. Соціальна необхідність родини обумовлена потребою суспільства у виконанні родинної, репродуктивної й виховної функцій, що гарантує продовження існування самого людства.

Отже, під родиною розумілось об'єднання людей із метою ефективного соціального чи регулюючого керування. У своїй основі родина є співтовариством, що припускає захист і задоволення елементарних потреб своїх членів; біосоціальною структурою, що оберігає від голоду й депривації, у формах якої розвивався людський рід. У сучасному суспільстві нормативна родина може бути описана як соціоекономічна одиниця, що існує навколо гетеросексуальної пари [34].

Інший погляд на сім'ю відображений у висловлюванні А. І. Захарова: «У соціальній психології існує поняття “первинна група”. Зв'язки в цій групі будуються на безпосередніх контактах, на емоційному залученні її членів у справи групи, що забезпечує високий ступінь утотожнення й злиття її учасників. Такою первинною групою є родина –

єдина група, що збільшується та розростається не завдяки “прийому” нових членів ззовні, а завдяки народженню дітей» [28; 34].

Відповідно до визначення Н. Я. Соловйова, «родина – мала соціальна група (осередок) суспільства, найважливіша форма організації особистого побуту, заснована на подружньому союзі й родинних зв'язках, тобто стосунках між чоловіком і дружиною, батьками та дітьми, братами, сестрами й іншими родичами, які живуть разом і ведуть спільне господарство» [34].

Родина як складне утворення стає об'єктом уваги різних розділів психології: соціальної, вікової, клінічної, педагогічної та ін. Предметом вивчення виступає родина як соціальний інститут, мала група й система відносин.

Серед сім'єутворювальних стосунків виділяють різні сторони сімейної життєдіяльності, починаючи від найпростіших і закінчуючи значними переліками ознак родини.

А. І. Антонов стверджує, що сім'ю створюють відносини батьки – діти, а шлюб виявляється легітимним визнанням тих стосунків між чоловіком і жінкою, тих форм співжиття сексуального партнерства, що супроводжуються народженням дітей. Він звертає увагу на просторову локалізацію родини – житло, будинок, власність – та економічну основу родини – загальносімейну діяльність батьків і дітей, що виходить за вузькі обрії побуту й споживача [6].

Нині в цивілізованому суспільстві все більше людей не вступають у шлюб на самому початку своїх взаємин, значна частина подружніх пар зовсім не оформляють офіційних стосунків, зростає кількість молодих людей, котрі прагнуть до альтернативних форм власного життя; відбувається не тільки еволюція форм шлюбу, але й ставлення до нього істотно трансформується. Подібні зміни значною мірою стосуються трансформації соціокультурного характеру феномену «молоді».

Західний дослідник Р. Зідер [31] ґрунтовно вивчив цей феномен. Класична фаза молодості між настанням статевої зрілості й повною соціально-економічною зрілістю тепер змінилася. Молоді люди досягають соціокультурної зрілості задовго до того, як отримують економічну незалежність від батьків. З одного боку, трудове життя в молодих людей відтермінувалося через подовження періоду шкільної та університетської освіти. З іншого боку, у більш ранньому віці «перевага» надається можливості діяти й споживати. «Постіндустріальне» суспільство сприяє ранньому настанню повноліття насамперед у сфері споживання, а також у соціальних і сексуальних відносинах та відстрочує настання економічної самостійності.

Відомо, що в минулому шлюби здебільшого організовували батьки, котрі шукали насамперед вигоду. Обвінчавши сина чи дочку, батьки інколи рятувалися від витрат на свою дитину чи навпаки – мали можливість одержати придане, а також прийняти в родину ще одну пару робочих рук для допомоги в сімейному господарстві. Траплялися й інші міркування: зять/невістка мали стати для батьків своєрідною гарантією того, що в старості за ними буде кому доглядати.

На сьогодні також існують шлюби за розрахунком, хоча причини, що спонукають до цього, можуть відрізнятися від тих, котрі в минулому були характерними для їхніх предків. Деякі сучасні шлюби мотивуються почуттям соціальної вигоди чи соціальної необхідності. Трапляються люди, які вважають більш вигідним і прийнятним для себе вибрати партнера з розрахунку, ніж докладати зусиль та ставити перед собою проблему вибору за почуттям. Нерідко партнери вступають у шлюбний союз заради психологічного комфорту. Вони створюють родину для того, щоб задовольнити свою потребу піклуватися про кого-небудь і, зі свого боку, відчувати турботу про себе. При цьому не завжди усвідомлено вибирають партнера, котрий підходить для виконання очікуваної ролі. Якщо ж у наступному подружньому житті один із партнерів почне відмовлятися далі грати, на його погляд, корисну чи марну роль, то шлюб може змінитися до кращого або поступово стане розпадатися.

Психологічну вигоду шлюбу іноді люди вбачають у тому, що рятують себе від самотності. Вони намагаються одружитися через страх перед самотнім майбутнім. Нерішучій людині потрібний партнер, котрий уміє приймати рішення, що також є ще однією передумовою для створення родини з розумінням психологічного комфорту.

Серйозна мотивація при вступі в шлюб – можливість інтимних відносин. Хоча деякі чоловіки й жінки віддають перевагу періодичній зміні партнерів, смакуючи несподівані зустрічі, усе-таки більшість людей бажають мати надійні та постійні інтимні стосунки. Їм нецікаві пошуки потенційного сексуального партнера. Навпаки, їх цілком улаштовує впевненість у тому, що такий постійний партнер у них уже є.

Основною силою, яка поєднує чоловіка й жінку для спільного життя, можна вважати прагнення до створення родини. Якщо жінка, котра не перебуває в шлюбі, чекає дитину, то, як правило, згодом вона одружується з її батьком. Спонукальною причиною такого

шлюбу може стати бажання чоловіка й жінки під час реєстрації дитини дотриматися тих формальностей, які дадуть змогу уникнути того, що дитина вважатиметься незаконнонародженою.

Шлюб, заснований на спільності інтересів і взаємному потягу, можна розглядати скоріше як співдружність, що не виключає активних любовних взаємин. Двоє людей можуть не весь час проводити разом, але діяти в повній згоді. При цьому їм зовсім не обов'язково займатись однією й тією самою справою. Двоє людей знаходять задоволення в загальних інтересах і поважають самостійні інтереси кожного. Такі взаємини партнерів, навіть якщо вони починалися без особливої пристрасті, часто завершуються шлюбним союзом, при цьому зберігається велика любов і відданість один одному протягом усього життя.

Шлюб-товариство нерідко трапляється між людьми, для яких романтичні відносини самі по собі не становлять цінності, інтимні відносини не приносять радості й задоволення, а сексуальні бажання згасли в результаті хвороби чи інших причин.

Шлюб-співдружність характерний не лише для людей похилого віку. Багато молодих пар спочатку тривалий час зустрічаються, довго перевіряють один одного, іноді навіть якийсь час живуть разом і, переконавшись, що їхні взаємини дають підґрунтя для створення родини, одружуються. У подальшому спільному житті товариські відносини для них важливіші за романтичні почуття. У них є міцний фундамент для взаємних почуттів, заснований на тонкому розумінні один одного, що є гарантією гарних сімейних стосунків у майбутньому [11].

На жаль, скепсис стосовно інституту шлюбу зростає, особливо серед найбільш динамічної частини населення – молоді. Очевидно, це багато в чому обумовлено досвідом, отриманим у батьківській родині, спостереженням за подружніми проблемами родичів, друзів, знайомством із численними прикладами розпаду родин. Як наслідок, формується готовність молоді шукати альтернативні форми сімейного життя. Узагальнюючи дані європейських досліджень, фіксуємо факт «виходу» подружнього життя далеко за рамки шлюбу й перетворення шлюбного союзу в приватну угоду. Ідеться про індустріальні країни християнської орієнтації.

На цьому фоні видається адекватною типологія родини та шлюбу, яка враховує обставину, що шлюб припускає юридичне оформлення (реєстрацію) відносин. Наведемо витяг зі статті 1

Сімейного кодексу: «Визнається шлюб, укладений тільки в органах запису актів цивільного стану». Його називають офіційним, формальним чи зареєстрованим. У протилежному випадку говорять про фактичний, «цивільний» шлюб чи шлюб у співжитті.

Рішення одружитися – безумовно, одне з найважливіших. На жаль, воно не завжди ретельно продумане, його мотиви не завжди усвідомлюються, а доводи раціонального мислення враховуються в малій степені. Це рішення часто ґрунтується на різних міфах про шлюб: міф про вічну любов, її чарівну силу, постійне подружнє щастя тощо. Відомі й стимульні шлюби, наприклад через вагітність жінки. Від дати реєстрації шлюбу до народження першої дитини в середньому минає шість місяців. Вагітність може прискорити правове закріплення емоційно-еротичного зв'язку. Реєстрацією шлюбу партнери намагаються додати більшої переконливості своєму вибору та забезпечити певну виваженість прийнятому рішення. Імовірно, ними рухає страх утратити партнера й залишитися на самоті. Позначаються також розрахунок на тривалість шлюбу. Складність процедури юридичного розлучення виступає як фактор, що стримує дезінтеграцію родини.

Оформляючи шлюб, пара маніфестує суспільству свої відносини й одержує відповідні санкції. Чоловік і жінка вибирають законний шлях задоволення своїх значимих потреб, насамперед потреби в спілкуванні з протилежною статтю та пов'язаних із нею репродуктивних намірів. Офіційний шлюб обіцяє й матеріальні вигоди: зменшення перерозподілу матеріальних витрат, об'єднання для придбання житлової площі тощо.

Форма неформальних шлюбно-сімейних відносин одержала поширення в країнах під назвою «цивільний шлюб», що термінологічно неправильно, тому що саме законний, юридично оформлений шлюб і є цивільним, що й фіксує запис акта цивільного стану [58].

Неодружені пари – явище достатньо розповсюджене в сучасному індустріальному та урбанізованому світі. У 80-ті роки близько 3 % населення США складала такі пари, а досвід такого співжиття протягом не менше ніж шести місяців мали близько 30 % американців.

У Данії й Швеції вже в середині 70-х рр. приблизно 30 % незаміжніх жінок віком 20–24 роки жили разом із чоловіками. Тому нешлюбний союз у цій віковій групі трапляється частіше, ніж формальний шлюб. У більшості інших європейських країн у цей же період тільки 10–12 % пар цієї вікової групи перебували у співжитті,

але надалі кількість неодружених, котрі спільно проживають, також зросла.

Відносини в незареєстрованому співжитті диференціюються на формальні, короткочасні, глибокі й тривалі. У випадку перших спільне життя в «пробному шлюбі» триває порівняно недовго: надалі партнери або беруть шлюб, або переривають стосунки. Водночас збільшується число випадків спільного співжиття, що відрізняється від шлюбу лише відсутністю правового оформлення, народження ж дітей у тривалих відносинах часто схвалюється.

У випадках незареєстрованого співжиття установка на шлюб не зникає. 90 % жінок і чоловіків, котрі перебувають у таких відносинах, збирались одружитися, але необов'язково з цим партнером. Імовірно, за цим прихована непевність людини, пов'язана з перенесеною психологічною травмою (факт зради, втрати коханої людини, смерть, віроломство, інтимна невдача, обман й ін.) чи страхом, пов'язаним із можливістю невідворотного її настання та, відповідно, чеканням.

Поширення практики шлюбних контрактів пов'язане зі спробою відгородитися від непередбачених обставин у майбутньому спільному житті, однак «контракт не може бути необмежено товстим, немислимо передбачити в ньому все. Якщо партнер – шахрай чи дурень, вам нічого не допоможе. Із гарним партнером можете жити й без угоди. Усе залежить від довіри» [81].

У сучасній науці описано особливості людей, схильних до незареєстрованого співжиття. Узагальнений психологічний портрет цієї популяції характеризується більш ліберальними установками, меншою релігійністю, високим ступенем андрогінності, низькими шкільними успіхами в період дитинства та юнацтва, меншою соціальною успішністю, однак, як правило, ці люди походять із дуже успішних родин. «Експериментальні» форми життя вимагають більш високого рівня рефлексії й здатності до спілкування, а також, не в останню чергу, – сил, що дають змогу протистояти тиску суспільних норм.

Нетрадиційні (особливі) сім'ї. На сьогодні з'явилися сім'ї, опис яких в історичному контексті не відповідає традиційним уявленням. Американський психотерапевт В. Сатир називає такі сім'ї нетрадиційними та наводить їх опис, що буде використаний у подальшому з урахуванням поправок на українську дійсність. Із немалої кількості наведених у літературі з проблем сім'ї типологій ця, на думку

Л. Б. Шнейдер, відрізняється деяким «психологізмом», що обумовило такий вибір [81].

Сьогодні значна кількість дітей виховуються не тими дорослими, яким вони зобов'язані своєю появою на світ. Це ті сім'ї, де батьки розлучилися, померли, ніколи не були в шлюбі або з певної причини не можуть більше піклуватися про дітей.

Сім'я, у якій є лише один із батьків, називається неповною. Можна виокремити такі **типи неповних сімей**:

– *перший тип* – один із батьків відсутній, а той, який залишився, більше не уклав повторного шлюбу;

– *другий тип* – самотня людина офіційно усиновила дитину;

– *третій тип* – незаміжня жінка виховує сина або доньку одна. Найчастіше сім'ї з одним із батьків складаються з жінки-матері та її дітей.

Проблема полягає в тому, чи зможе сім'я, що складається тільки з одного дорослого, створити умови для особистісного зростання дітей і дорослого.

Збільшується кількість дітей, яких виховують переважно жінки. Якщо в таких ситуаціях створюються нові сім'ї, їх називають сім'ями з прийомними (усиновленими) дітьми. В. Сатир вважає такі новостворені сім'ї змішаними. На її думку, усі вони схожі одна на одну тим, що об'єднують частини раніше існуючих. Науковець виділяє три типи таких сімей:

1) жінка з дітьми виходить за чоловіка без дітей;

2) чоловік із дітьми одружується із жінкою без дітей;

3) обоє – і чоловік, і жінка – мають дітей від попередніх партнерів.

У першому випадку змішана сім'я складається з дружини, її дітей, чоловіка та колишнього чоловіка дружини. У другому випадку в її склад входять чоловік, його діти, дружина й колишня дружина чоловіка. У третьому випадку сім'я складається з дружини, дітей дружини, її колишнього чоловіка, чоловіка, його дітей і колишньої його дружини.

В. Сатир уключає в склад таких сімей колишніх партнерів, що не характерно для вітчизняної сімейної практики. На її думку, хоча ці люди, як правило, не можуть жити всі разом під одним дахом, проте вони так або інакше присутні в житті один одного. Змішана сім'я живе та розвивається сприятливо за умови, якщо кожен її член важливий і потрібний. Інший варіант змішаної сім'ї виникає, коли дві людини укладають повторний шлюб після смерті одного або двох перших партнерів.

Інша форма змішаної сім'ї – сім'я, яка бере на виховання дитину. Вона може включати тільки одну прийомну дитину; одну прийомну

дитину й декілька рідних дітей; одну рідну дитину та декілька прийомних. Від структури сім'ї залежить те, із якими проблемами зіткнуться її члени.

Зазвичай дитина стає прийомною в тому випадку, коли за певної причини її власні батьки не можуть про неї піклуватися. Майже всі прийомні діти потрапляють у дитячі будинки за рішенням суду. Отже, згода стосовно дитини відбувається не лише між прийомними та рідними батьками, а й за участю суду.

Іноді обоє батьків помирають і дитина залишається сиротою. Родичі або опікуни, не бажаючи віддавати її в дитячий будинок, шукають сім'ю, здатну взяти її на виховання, що характерно для американської сімейної політики. У вітчизняній практиці дитина-сирота зазвичай одразу ж потрапляє в дитячий будинок й усиновлення її відбувається за згодою опікунської ради. Іноді наявні причини, через які усиновлення (удочеріння) неможливе. У такому випадку в дитини не буде стійкого становища в сім'ї, яка б узяла її на виховання.

Хоча змішані та неповні сім'ї достатньо своєрідні й тому відрізняються від інших, утім у них є багато чого, на думку В. Сатир, що зближує їх із традиційними сім'ями. Кожна з них може бути першокласною, якщо подружжя привносять у неї турботу та творчість [61].

Усі згадані й описані проблеми можуть бути характерні й для звичайних родин. Чоловіки та дружини можуть ревнувати один одного, діти – відчувати себе покинутими або ревнувати батьків до сестер і братів. У всіх можливе виникнення відчуття самотності, відособленості від інших членів сім'ї.

В. Сатир зауважує, що вид сім'ї не відображає того, що в ній відбувається. Від нього лише залежать проблеми, із якими стикаються члени сімей, але саме стосунки між ними й визначають благополуччя сім'ї: наскільки успішно розвиваються в ній її члени, у тому числі й дорослі, настільки успішно діти стають творчими та здоровими людьми. На її думку, у цьому смислі всі сім'ї однакові [61].

1.4. Тенденції розвитку альтернативних форм шлюбно-сімейних стосунків

Сьогодні в цивілізованому суспільстві збільшується кількість подружніх пар, які не бажають укладати шлюб на самому початку своїх стосунків або й зовсім не оформляють офіційних відносин, а

також молодих людей, котрі прагнуть до альтернативних форм улаштування власного життя; відбувається не лише еволюція форм шлюбу, а й суттєво трансформується ставлення до нього. Подібні зміни в значній мірі мають відношення до трансформації соціокультурного характеру феномену «молоді».

Західний дослідник Р. Зідер, вивчаючи цей феномен, зауважує, що класична форма молоді між настанням статевої зрілості та повної соціально-економічної зрілості наразі змінилася. Молоді люди досягають соціокультурної зрілості задовго до того, як стають економічно самостійними від батьків. З одного боку, початок трудового життя в молоді відсунувся через подовження шкільного та університетського навчання; з іншого – у більш ранньому віці «перевага надається» можливості діяти й споживати. «Постіндустріальне» суспільство сприяє ранньому настанню повноліття – насамперед, у сфері споживання, а також у соціальних і сексуальних стосунках, і відтерміновує настання економічної самостійності. Компетентна участь молоді в споживанні робить їх більш зрілими з соціокультурного погляду, ніж це було в попередніх поколіннях. У період укладання шлюбу молодь входить, з одного боку, із більш високою готовністю до життєвих експериментів, з іншого – з обмеженою економічною незалежністю. Як наслідок, молоді люди залишаються повністю або частково економічно залежними від батьків, претендуючи при цьому на автономію й повне невтручання останніх у їхнє життя [34].

Тому часто шлюбні стосунки започатковуються поза батьківським домом, який не годиться для експериментування. Перед молодою людиною постає питання, як вона буде жити за його межами. Якщо в 60-ті рр. все більше молоді «поспішало» в шлюб (ранні шлюби), то з тих пір у цьому середовищі постежується все більш вичікувальна позиція стосовно шлюбу й сім'ї. Концепція традиційного шлюбу стає в ці роки занадто вагомою та зобов'язуючою. Шлюби без реєстрації, «жилі спільноти», самостійне самотнє життя та ін. – альтернативи тих, що розвинулися до нашого часу. Р. Зідер вважає, що вони пропонують кращі можливості для пізнання життя й полегшують розрив стосунків, які склалися.

Розглянемо ці альтернативні форми ретельніше (табл. 1.1), але не в плані їх пропаганди. Наше завдання – не прийняти ту чи іншу думку окремих категорій населення, а зрозуміти ці переконання в повному обсязі, оскільки, по-перше, вони вже існують (подобається нам це чи ні), по-друге, професійна позиція психологів полягає в

тому, щоб уміти сприймати точку зору іншого, зрозуміти та прийняти його норми й цінності, а потім уже, відштовхуючись від того, влаштовує це клієнта чи ні, що він сам хотів би змінити, – шукати стратегії та тактики виходу спільно з ним.

Таблиця 1.1

Тенденція розвитку альтернативних форм шлюбно-сімейних взаємин у сучасному суспільстві

№ з/п	Традиційні шлюбно-сімейні взаємини	Альтернативні форми шлюбно-сімейних стосунків
1	Законні (юридично оформлені, фіксовані)	1.1. Самотність 1.2. Незареєстроване співжиття
2	Обов'язково з бажанням та наявністю дітей	2.0. Свідомо бездітний шлюб
3	Стабільні	3.0. Розлучення, повторні шлюбно-сімейні стосунки
4	Чоловіча ідеологія (установка на першість чоловіка)	4.0. Відкритий шлюб
5	Сексуальна вірність партнерів	5.1. Позашлюбний секс 5.2. Свингерство 5.3. Інтимна дружба
6	Гетеросексуальність	6.0. гомосексуальність
7	Діадичність	7.0. Груповий шлюб, жилі спільноти та колективні сім'ї

Самотність. У цю категорію входять люди, які ніколи не укладали шлюб, тобто ті, котрі перебувають у моноваріанті. Сьогодні в молодих людей у цілому зберігається установка на шлюб, але кількість людей, які думають інакше, зростає.

Жити усамітно – це історично новий феномен. Різка зміна, що відбулася, особливо яскраво проявляється у великих містах. Усе більше чоловіків і жінок шлюбного віку вирішують жити самотньо. Із погляду соціальної інфраструктури, це стає можливим завдяки розвинутій сітці послуг та технічній допомозі у великих містах. Самотні люди прийняли рішення жити в моноваріанті з різноманітних причин, серед яких можна назвати такі:

– зростання освіченості жінки, що порою різко змінює її погляди на уявлення про самореалізацію. Вона прагне та шукає можливості

реалізуватись у професійній сфері, у сфері духовних пошуків, серйозних захоплень. Ці установки «уводять» сучасну міську жінку від обтяжуючих, на її думку, сімейних зв'язків. Крім того, отримання освіти, іноді досить солідної, потребує достатньо часу, при цьому жінка упускає дітородний період. Аргументи про призначення в цьому випадку не спрацьовують;

– переважаюча кількість жінок шлюбного віку (одна з причин – висока смертність чоловічого населення, у тому числі в результаті аварій, убивств, військових дій), тобто неминуче певна кількість жінок усе одно залишиться в безшлюбному стані, наслідок чого – зростання кількості жінок, які на початку відмовляються брати участь у «погоні» за шлюбними партнерами та потенційним подружжям;

– думка, що легко прожити одному, поширена серед деяких прошарків населення й відповідає певному аспекту реальності. Одна з причин – економічна (зростання безробіття, затримки з виплатою зарплати, відсутність (або її недостатність) державної підтримки сім'ї, невизначеність і нестабільність майбутнього, висока криміногенність нинішньої української ситуації). Вигоди від психологічного комфорту проживання в сім'ї припиняються витратами соціально-економічного положення справ у сімейній політиці.

Дослідники встановили, що жінки переносять самотність значно легше, ніж чоловіки: освітній рівень, професійна кар'єра, психічне здоров'я, домашній побут самотніх жінок кращі, ніж в одиноких чоловіків.

Водночас проблема самотності залишається однією з малодосліджених у вітчизняній психології. У колишні часи самотності в країні взагалі не існувало, оскільки була «цілком щаслива» радянська сім'я. Однак до сьогодні про взаємини однаків статистика не знає нічого. Більшість із них перебуває в більш чи менш тривалих сексуальних стосунках із ким-небудь. Багато хто проводить час із партнерами, не відмовляючись від власної квартири. Це підвищує особисту незалежність і звільняє взаємини від наслідків нерівномірного розподілу робіт по господарству між чоловіком та жінкою. Мінімальний економічний тиск на користь збереження відносин і та обставина, що одинокі люди виконують роботу по дому самотійно, якщо тільки не припускати, що вони приносять брудну білизну матерям або подругам, створюють простір для подолання патріархальних структур.

Слід додати, що установка на самотність, життя в моноваріанті може не бути довічною. Помічено, що в жінок вона може змінитись у

30–35 років, у чоловіків – у 40–45 років, коли робляться гарячкові спроби «здобути» партнера та знайти супутника/супутницю життя.

Незареєстроване співжиття. Ця форма неформальних шлюбно-сімейних взаємин, як уже відзначалося раніше, поширена під назвою «громадянський шлюб», що термінологічно неправильно, оскільки саме законний, юридично оформлений шлюб і є громадянський, що й фіксує реєстрація акту громадянського стану (РАГС). За новим законодавством вживається нова термінологія – реєстрація акту цивільного стану – РАЦС.

В уявленні населення побутує думка про те, що такий шлюб укладають зазвичай більш молоді та освічені люди. Однак дослідження засвідчують, що в розвинених країнах близько 25 % пар, які перебувають у незареєстрованому співжитті, мають дітей віком до 14 років. Неодружені пари – явище, достатньо поширене в сучасному індустріальному та урбанізованому світі. Р. Зідер вважає, що незареєстроване співжиття є, з одного боку, попередньою стадією до наступного шлюбу («пробний шлюб»), із другого – альтернативою традиційного шлюбу. Справа в тому, що взаємини в незареєстрованому співжитті диференціюються на формальні, короткотривалі та глибокі, тривалі. У випадку перших спільне життя в «пробному шлюбі» триває порівняно недовго: або укладається шлюб, або перериваються стосунки. Водночас зростає кількість випадків спільного співжиття, яке відрізняється від шлюбу лише відсутністю правового оформлення, народження дітей у тривалих стосунках часто не заперечується.

Нормативна дієвість законних шлюбів відступає крок за кроком. У Швеції дошлюбне співжиття вважається визнаним соціальним інститутом. Майже всі подружні пари перед шлюбом жили деякий час разом. Одружуються лише за традицією. Із шлюбом жодною мірою не пов'язують суспільну санкцію на сексуальні стосунки пари. Шлюб утрачає значення того громадянського акту, який узаконює сексуальні стосунки пари. Аналогічна ситуація й у Данії. Спільному проживанню через деякий час надається законний характер через укладання шлюбу. Основна частина позашлюбних перших пологів припадає на жінок, котрі живуть в аналогічних шлюбіві союзах. Понад 98 % цих жінок усе-таки виходять заміж, коли дитина підрастає. Частина жінок послідовно вступає в декілька неоформлених шлюбом союзів. При цьому «пробний шлюб» практично переходить у «послідовну полігамію», що, однак, не виключає деяких надій на більш тривалі стосунки.

У випадках незареєстрованого співжиття установка на шлюб не зникає. 90 % жінок і чоловіків, які мають такі стосунки, збирались укласти шлюб, але не обов'язково з цим партнером. Імовірно, за цим прихована невпевненість людини, пов'язана з перенесеною психологічною травмою (факт зради, втрати коханої людини, смерть, інтимна невдача, віроломство, обман й ін.) або страхом, пов'язаним із можливістю її незворотного настання та, відповідно, очікуванням.

Проаналізуємо докази «за», які зазвичай наводять прихильники незареєстрованого співжиття:

- така форма стосунків є певним «тренінгом» шлюбно-сімейних взаємин («пробний шлюб»);

- у випадках незареєстрованого співжиття відбувається апробація сил і сумісності;

- у таких варіантах співжиття більш вільні стосунки, відсутнє примушення (у випадку сварок у партнерів зникає аргументація типу: «Ти навіщо зі мною одружився?» або «Ти мені дружина чи ні?»), зникає «ефект власника», який породжується в численних аспектах після печатки в паспорті (тривалі стосунки – «не подружнє сімейне життя»).

Дослідження засвідчують, що такий досвід спільного життя не впливає на успішність подальшого шлюбу й ніякої гарантії на майбутнє не дає. Якщо вже й шукати форму «тренінгу» до шлюбу, то слід звернутися до батьківської сім'ї. Саме в сім'ї, де людина виросла, відбувається підготовка людини до шлюбу. Власне ж «тренування» полягає в побудові стосунків із братами та сестрами, – ось чому їх наявність у сім'ї й характер взаємин із ними розглядається як один із прогностичних критеріїв успішності подальшого шлюбу. Саме із сестрою хлопчик осягає світ жіночих історій, звичок, йому доводиться пристосовуватися до її розмов по телефону, убрання й косметичних примх, із нею він учиться бути терплячим, ніжним, турботливим. Те ж саме із дівчинкою: їй стає доступним і зрозумілим світ чоловічих запахів, захоплень, хаосу, звичок, їй доводиться вирішувати – поскаржитися на брата батькам або поки зачекати, вона обурюється ним і пишається, турбується про нього та поважає. Якщо стосунки між сестрою й братом вибудувалися гармонійно, вони навчилися досягати взаєморозуміння та співпраці, якщо суперництво не переросло у ворожнечу, а змінилося повагою до можливостей і успіхів іншого, то шанс побудувати ефективні шлюбно-сімейні стосунки в кожного є вищим. До речі, одна з причин виникнення «пробних шлюбів» пов'язана

з малодітністю європейської сім'ї, у якій можуть бути відсутні діти протилежної статі, або взагалі з тим, що дитина була єдиною в сім'ї.

Розмірковування про більшу свободу й духовність у випадках незареєстрованого співжиття також не дуже стійкі та достовірні: відомі і негативні, і позитивні варіанти розвитку взаємин.

У сучасній науці описані особливості людей, схильних до незареєстрованого співжиття. Узагальнений психологічний портрет цієї популяції характеризується більш ліберальними установками, меншою релігійністю, високим ступенем андрогінності, низькими шкільними успіхами в період дитинства та юності, меншою соціальною успішністю, однак, як правило, ці люди виходять із досить успішних сімей.

«Експериментальні» форми життя потребують вищого рівня рефлексії й здатності до спілкування, а також, не в останню чергу, сил, що дають змогу опиратися тискові суспільних норм. Із цієї причини їх поширення не може не залежати від соціальної належності та рівня освіти.

Слід додати, що, крім психологічних, є ще й соціально-економічні причини, які породжують варіант незареєстрованого співжиття: житлові причини, питання, пов'язане з реєстрацією, можливість отримання дитячої допомоги в якості матері-одиначки тощо.

Свідомо бездітний шлюб. Спеціально відзначимо, що предметом дослідження є свідомо бездітний шлюб, тобто коли здорові молоді люди можуть, але не бажають мати дітей; усі варіанти в ситуаціях, коли проблеми дітонародження пов'язані з поганим здоров'ям, безпліддям, невиношуванням, травмами тощо, не належать до жодних альтернатив, а являють собою сімейну трагедію.

Аналізуючи бездітний шлюб у більш широкому контексті мотивації, планування та регулювання дітонародження, слід відзначити, що на рівні сім'ї простежується вплив таких факторів, як уявлення подружжя про задоволеність житлово-побутовими й матеріальними умовами, характер розподілу обов'язків, сумісність ролевих позицій подружжя, їхнє ставлення до способу життя, особливостей відпочинку, міцність шлюбу, особливості переживання особистістю стадій шлюбно-сімейних взаємин. На рівні особистості виділяють такі фактори: установка на дітонародження, любов до дітей, ставлення до труднощів, характер сприйняття життєвих обставин, міра відповідальності [5;11].

Повторні шлюби. Достатньо поширеною альтернативою традиційним шлюбно-сімейним стосункам на сьогодні є повторні шлюби. Сім'я, утворена в повторному шлюбі, має складнішу картину розвитку,

ніж сім'я першого шлюбу. На думку В. М. Целуйка, у другому шлюбі можуть виникнути серйозні труднощі, що носять закономірний характер, справитися з якими подружжю допомагає їхня життєва мудрість [63]. Часто в таких сім'ях суперечності можуть виникати між подружньою й батьківською любов'ю, якщо від попереднього шлюбу лишилися діти. Заслуговують на увагу окремі аспекти батьківсько-дитячих стосунків у сім'ях повторного шлюбу:

1. Ставлення дітей до повторного шлюбу батьків, що визначається віком дітей, їх статтю, взаєминами з тим із батьків, який бере шлюб, сумісністю проживання з ним, типом сімейного виховання, що реалізується в сім'ї. Найбільш висока адаптивність до нового шлюбу в дітей раннього та дошкільного віку, нижча – у підлітковому віці. Дорослі діти внаслідок більшої соціальної й особистісної зрілості виявляються спроможними децентруватись і зайняти позицію розуміння та співпереживання одному з батьків, подолавши первинне почуття ревності і невдоволення.

2. Взаємини вітчима з дітьми. Зазвичай, у результаті розлучення дитина залишається з матір'ю й у випадку створення нової сім'ї виникає проблема вітчимів. Роль вітчима – одна із найбільш складних для чоловіків, а період оволодіння нею – найбільш важкий у новій сім'ї. Успіх здебільшого залежить від того, наскільки швидко чоловік усвідомить те, що йому не варто грати роль «батька», а слід притримуватися своєї власної ролі. Не менш важливо, щоб це розуміла мати дітей і не вимагала від свого нового чоловіка батьківської любові й відповідальності в період його адаптації до нової сім'ї [31; 42].

3. Взаємини мачухи з дітьми. Дослідження засвідчують, що мачухам у повторних сім'ях буває важче, ніж вітчимах. Ці жінки приходять у вже сформовану сім'ю, деякі з них виходять заміж уперше. Нерідко мачуха – єдиний член сім'ї, який намагається організувати вільний час домочадців, спланувати відпустку, купити всім одяг. Часто те, що роблять ці жінки, сприймається як належне і чоловіком, і прийомними дітьми. У цьому випадку жінка відчуває на собі значний тягар роботи й повну відсутність любові та взаєморозуміння. Якщо все-таки мачусі вдається знайти підхід до нерідних дітей, то в знак удячності за їхнє добре ставлення до неї вона може в усьому бути надто поблажливою й захищати їх навіть від справедливих вимог батька. Чим менший вік дитини, тим легше вона сприймає мачуху як адекватну заміну матері. Дослідження дали змогу встановити, що підліткам важче налагодити нові стосунки з мачухами, ніж із вітчимами. Це відбувається

здільшого тому, що мачухи відразу починають відігравати більш помітну роль у житті дитини [28; 33].

У ситуації повторного шлюбу входження нового члена в сім'ю може бути ускладнене не лише взаєминами з дітьми (як прийомними, так і власними), а й іншими обставинами. Наприклад, за тривалий період спільного проживання обростають сімейними звичаями, жартами й певним сленгом, які можуть бути незрозумілими прийомному партнерові та віддаляти його від сім'ї. Крім цього, слід ураховувати й той факт, що в кожного члена нової сім'ї було попереднє життя та багато чого з того, що відбувається з ним сьогодні, має свої корені в минулому.

Батьки, які повторно беруть шлюб, повинні переглянути свої батьківські позиції й виховувати власних дітей і дітей своїх партнерів, ніким із них не нехтуючи та нікого не обманюючи.

Важливо, щоб діти зрозуміли, що люди різні й, вступаючи в стосунки один з одним, інколи не можуть між собою домовитися. Але це зовсім не означає, що вони погані. При цьому самі по собі ці проблеми не псують взаємин.

Важливий момент – те, як повинні будуватися стосунки між новим і колишнім партнерами, щоб дитина відчувала себе максимально комфортно. Із цим пов'язані різноманітні проблеми стосовно відвідування дитини та сплачування аліментів. Розв'язання цих проблем майже повністю залежить від того, у яких стосунках перебувають колишні партнери після розлучення.

Заслуговує на увагу той факт, що дітям часто доводиться затратити багато душевних сил, щоб відрегулювати взаємини з батьком, який одружився з іншою жінкою й виховує інших дітей. Коли між батьком і дітьми існує багато нез'ясованих питань, подібна ситуація породжує в дитини комплекс неповноцінності, різноманітні запитання, ревності тощо. У результаті значна кількість дітей часто не спілкується зі своїми батьками, котрі взяли повторний шлюб, оскільки ні вони, ні їхні нові сім'ї не готові та й не знають, як уключити старших дітей у сім'ю. Як уже зазначалося, труднощі, що очікують партнерів у повторному шлюбі, особливо залежать від віку дітей.

Отже, розв'язання проблем дитячо-батьківських взаємин, що виникають у сім'ї повторного шлюбу, цілком і повністю залежить від усвідомлення можливих труднощів подружжям та їхнього бажання створити сприятливий морально-психологічний клімат у сім'ї за допомогою гармонізації подружніх, дитячо-батьківських і дитячо-дитячих стосунків. Лише за цих умов можна уникнути багатьох помилок

у сімейному вихованні й багато в чому пом'якшити ті складні взаємини між дітьми та «нерідними» батьками, які так чи інакше виникають у сім'ї повторного шлюбу.

Відкритий шлюб. Головна особливість відкритого шлюбу – негласний або озвучений договір про особисте життя. Основний конфлікт сучасного шлюбу полягає в неможливості поєднання близькості й вільного особистісного зростання. Мета відкритого шлюбу – збільшення відкритості, самовираження та фінансових відносин, толерантності партнерів один до одного.

Принципи відкритого шлюбу:

- будувати життя на основі теперішнього й виходячи з реалістичних бажань;
- ставитися з повагою до особистого життя партнера;
- відкритість спілкування: вільно, відкрито висловлювати почуття («Скажи, що бачиш і відчуваєш, але без критики»);
- рухливість та гнучкість рольового спілкування;
- відкрите партнерство: мати право на свої інтереси, своє коло друзів;
- рівноправність: справедливий розподіл відповідальності й благ;
- автентичність: знати собі ціну та не дозволяти принижувати свою гідність;
- довіра: поєднання «статистичної» довіри з «динамічною» довірою (Кратохвіл).

Відкритий шлюб – історично новий феномен, оскільки для традиційних уявлень він фактично узаконює право на зраду. При цьому слід зауважити, що з деякою регулярністю поновлюються дискусії стосовно того, полігамна чи моногамна природа більше властива людині. На думку А. Розенфельда, серед удівців 55–65 років смертність на 60 % вища, ніж серед одружених чоловіків того самого віку. У них існує багато захворювань, але якщо протягом року вдівці вступають у новий шлюб, то довго не хворіють, живуть довше, ніж чоловіки, сімейне життя яких не порушувалося. Самотні чоловіки мають більш слабе здоров'я, порівняно з тими, хто щасливий у шлюбі, однак перспективи в них оптимістичніші, ніж у невдало одружених або вдівців. Самотнім чоловікам живеться краще, ніж у поганому союзі. Досить часто шлюбно-сімейні стосунки наповнені фактами зради партнерів. Відкритий шлюб виник як відмова від поведінки попередніх поколінь, які, стикаючись зі зрадою, починали шпигувати, ревнувати. Прихильники відкритого шлюбу вважають, що якщо шлюб існує

лише на обов'язку, то він, по суті, себе вичерпав. Крім того, у формі відкритого шлюбу вони вбачають можливість протестувати проти заборони церкви на розлучення [34].

Виникнення відкритого шлюбу пов'язують із рухом за збагачення шлюбно-сімейних взаємин, яке реалізується через відсутність невротичних зривів у шлюбі, постійне оновлення людини в шлюбно-сімейних стосунках і можливість особистісного зростання партнерів, оновлення родини в цілому. Перехід до відкритого спілкування в шлюбі протиставляється:

- каральному спілкуванню;
- підлеглому спілкуванню;
- «холодному» спілкуванню;
- безпредметному спілкуванню.

Слід зауважити, що це, зазвичай, є значним спрощенням існуючих проблем, але не їх розв'язанням. Справа в тому, що дискусію про полігамність / моногамність людини можна призупинити, висловивши думку про її егоцентричну природу, що особливо наочно проявляється в тих самих відкритих шлюбах. Будь-який договір утрачає свою силу, якщо один із партнерів, який кохає іншого, чітко усвідомлює, що в особистому житті іншого йому просто не залишається ніякого місця. Ще складніше, коли на це місце починає претендувати хтось третій, а людина не хоче віддавати іншим те, що належить їй.

Позашлюбний секс й інтимна дружба. В обох випадках ідеться про наявність позашлюбних зв'язків інтимного характеру. Проте перший допускає деяку участь у спільному веденні господарства, можлива поява позашлюбних дітей. Такий зв'язок чоловіка з незаміжною жінкою, яка має від нього дітей, називають **конкубінатом**.

Такий зв'язок неодмінно пов'язаний з очікуванням того, що стосунки в первинній парі будуть перервані та це сприятиме оформленню нового шлюбу. Як правило, такі зв'язки не є тривалими: вони або переростають у новий шлюб, або стають тягарем, утомлюють, людині стає обтяжливо вести подвійну гру. Задоволеність шлюбом у первинної пари в таких ситуаціях також невисока.

Інтимна дружба рідко загрожує стабільності первинного шлюбу, може тривати довго (близько 10 років), подночас за її наявності дуже високий рівень близькості й довіри в первинній парі.

Свінгерство. Свінгерством називають обмін шлюбними партнерами. У цьому випадку дві подружні пари утворюють так звану «шведську» сім'ю. Зародився такий обмін шлюбними партнерами в 70-ті

роки в Скандинавії. Нині такі альтернативні шлюбно-сімейні зв'язки характерні для 2 % населення США.

Дослідження таких подружніх пар зафіксувало в партнерів менший зв'язок із батьками в дитинстві, практично відсутні контакти з дітьми. Ініціаторами таких взаємин зазвичай виступають чоловіки, спостерігається висока самооцінка шлюбів у парі.

Гомосексуальні пари. В основі таких шлюбно-сімейних стосунків лежить одностатева любов, що проявляється в сексуальному потягу до осіб своєї ж статі: чоловік–чоловік або жінка–жінка. Одностатева любов ґрунтується на таких самих психофізіологічних передумовах, що й гетеросексуальна, а підсумкове співвідношення визначається лише в процесі індивідуального розвитку. Гомосексуальність не є єдиним феноменом, її витoki та форми різноманітні. Незважаючи на можливу генетичну схильність до гомосексуальності, у цілому вона будується на основі індивідуального досвіду й навчання. Суперечка про те, чи вважати гомосексуальність вродженим захворюванням, властивістю особистості, стилем життя чи ще чимось іншим, на думку І. С. Кона, навряд чи закінчиться в близькому майбутньому. Яке б ставлення не викликала гомосексуальність до себе в суспільстві, якими б причинами не детермінувалася сексуальна орієнтація, вона не є справою вільного вибору й не може бути змінена довільно [36].

За даними деяких досліджень, життєвий шлях та особистісні особливості гомосексуалістів мають свою специфіку (дефіцит чоловічого впливу в дитинстві, погані відносини з батьками, особливий вплив матерів, які володіли пуританським характером, у яких сини були улюбленцями й вони (матері) хотіли бути в центрі уваги синів, ранні гомосексуальні контакти з братами та однолітками тощо), за даними інших – ніяких значимих відмінностей у соціалізації осіб із гомосексуальною орієнтацією не виявляємо. Слід зазначити, що здебільшого до участі в дослідженнях залучали чоловіків.

Гомосексуальні пари в разі одностатевої любові стикаються з тими самими проблемами, що й гетеросексуальні (зради, ревності, образи, домінування, нерозуміння, відсутність довіри, невідповідність рольових установок і рольової узгодженості, монотонія та ін.).

Груповий шлюб, житлові спільноти, колективна родина. Критика соціальних функцій сім'ї, пов'язаних не лише з відтворенням робочої сили й забезпеченням цілісності суспільства, але й зі стабілізацією відносин панування, на початку 70-х років породила спроби протиставити їй альтернативу у вигляді групового шлюбу.

Спочатку груповий шлюб носив радикальний і часто політичний характер, його пов'язували з наркотичними оргіями, груповим сексом та тероризмом. Із тих пір груповий шлюб трансформувався в житлові спільноти й комуни. В. Сатир використовує для їх позначення термін «колективна родина» [61].

У житлових спільнотах рідко одна група залишається незмінною. У цьому сенсі житлове співтовариство більше відповідає вимогам гнучкості й мобільності, пропонованим здебільшого молодими членами (наприклад щоб полегшити зміну місця роботи або навчання), ніж сімейне господарство. Приналежність до житлових спільнот може розглядатися як етап соціалізації, коли результати виховання в малій родині частково коригуються.

Спільне виконання робіт по дому й виховання дітей дає змогу контролювати справедливий розподіл названих функціональних обов'язків. Отже, у тенденції усувається поділ праці на основі статевої специфіки. Окрема пара звільняється від тягаря завищених вимог до самої себе.

Утрата законним шлюбом його значення, ослаблення батьківських і споріднених сімейних відносин, «поділ» самозбережуючої, шлюбної, сексуальної та репродуктивної поведінки, криза сучасної сім'ї сигналізують про тенденції виникнення альтернативних форм шлюбно-сімейних взаємин. Окреслені альтернативи сім'ї й шлюбу поки що обмежуються меншинами та молодими людьми. Більшість людей живе традиційними формами сім'ї й шлюбу. Значущим аргументом на користь традиційних варіантів залишаються інтереси дітей. При цьому збільшення можливостей розірвання шлюбу та утворені альтернативи впливають і на тих, хто живе в традиційному шлюбі. Традиційні форми шлюбно-сімейних відносин менш міцні, менш безальтернативні, ніж раніше. Толерантність стосовно тих сімей, які не перебувають у шлюбно-сімейних стосунках, значно зростає. Разом із нею підвищуються вимоги до якості власного подружнього й сімейного життя.

Виникнення та розвиток української сім'ї ще недостатньо досліджено. Наука досі остаточно не відповіла на питання, які тип і форма сім'ї були первісними в Україні: чи був неупорядкований у статевих відносинах гурт жінок і чоловіків, чи стосунки будувалися на груповому подружжі, у якому всі чоловіки певної групи були чоловіками всіх жінок тієї ж групи. Не виключена можливість існування на початках поліандрії (від грецьких слів *polys* – численний, *iandros* – чоловічина), коли одна жінка мала кількох чоловіків; полігамії (від

грецьких слів *polys* – численний і *gamos* – шлюб) – багатоженства або моногамії – коли один чоловік мав лише одну жінку.

Сім'я завжди була основою суспільства, тому її тип та форма залежать від національних особливостей народу, соціальних й економічних відносин і змінюються разом із ними.

Значний внесок у вивчення проблем шлюбу зробили вчені-демографи юристи, такі як В. А. Білова, Ю. А. Безсмертний, Г. А. Бондарська, Э. К. Васильєва; А. М. Белякова, І. А. Загорський, А. М. Нечаєва, Н. В. Орлов. Проблемами шлюбу й сім'ї займалися й соціологи: А. І. Антонов, Л. Амджадін, О. В. Безщетнова, С. Л. Катаєв, М. С. Мацковський, В. В. Солодников, Ю. С. Талалай. За даними соціологічних досліджень, у більшості держав, крім країн ісламського світу, сімейні стосунки приймають усе більш незвичайні форми. У погоні за мрією про ідеальний шлюб люди намагаються знайти оптимальну модель сімейного життя, що відповідає як одвічним потребам, так і новим тенденціям. Але постає питання щодо можливості альтернативних форм шлюбу виконувати функції, покладені на нього особистістю та суспільством [33].

Гармонійна сім'я – складний і достеменно не вивчений феномен. Навіть люди, які прожили в злагоді багато років, виростили дітей і внуків, рідко знаходять відповіді на питання, що таке гармонія сімейного життя. Міцність сім'ї, подружнє щастя особливо залежать від особистісних якостей партнерів, їхньої соціальної зрілості, вихованості, культури почуттів, соціально-психологічної грамотності та вміння реалізовувати ці якості. Як правило, у міцних гармонійних сім'ях партнери психоемоційно, чуттєво доповнюють один одного. Гармонія подружнього життя програмується задовго до взяття шлюбу й залежить від інтелектуальної, психологічної та соціальної підготовленості до нього. Дружні сім'ї найчастіше створюють 18–22-річні жінки й 24–27-річні чоловіки. Однак це правило не є абсолютним: щасливі шлюбні союзи можливі між людьми різних вікових категорій, із різною освітою та соціальним походженням. Спільне для них велике взаємне кохання, взаємоповага й психологічна відповідність. Це, очевидно, і є типові ознаки сімейної гармонії, завдяки яким усі щасливі сім'ї подібні одна на одну [33].

Функціонування сім'ї в кризовий період розвитку країни визначається закономірностями різних родів спільності.

По-перше, на трансформацію цього соціального інституту впливають довгострокові тенденції, притаманні будь-якому індустріальному

суспільству в цілому. Вони задають генеральний напрям шлюбно-сімейним процесам.

По-друге, на сім'ю істотно впливають середньострокові та короткострокові тенденції розвитку суспільства, які зумовлені власне кризою останнього. Саме вони ініціюють ті шлюбно-сімейні процеси, яких не було б, якби вони не виявилися так виразно за умов інших конкретних форм суспільного розвитку [30; 53].

Сучасний етап розвитку західного суспільства привів до другої революції в сімейному житті, яка не лише докорінно змінила сім'ю й сімейні стосунки, а й, на думку багатьох дослідників, поставила під сумнів саме існування сім'ї. Це зумовлено низкою обставин економічного та культурного характеру:

- зростанням економічної незалежності жінок та їх активним включенням до трудової діяльності, що викликає прагнення жінок до більшої самостійності, перегляду традиційної структури сімейних відносин, до змін традиційних функцій сім'ї, рівноправ'я з чоловіками в прийнятті рішень, у контролі над видатками та майном сім'ї тощо;

- утворенням двох центрів життя – праці й сім'ї (раніше професійна діяльність і домашнє господарство існували в єдності, у межах однієї сім'ї);

- еволюцією поглядів на сексуальну мораль (або сексуальна революція з ослабленням соціального контролю);

- зростанням анонімності сексуальної поведінки;

- збереженням секретності позашлюбних зв'язків;

- діяльністю широкої мережі засобів масової інформації, які проголошують вільне статеве кохання ледь не основним мірилом рівня цивілізованості сучасних чоловіків і жінок, зміною загального ставлення суспільства до сексуальної поведінки в бік пом'якшення традиційних уявлень про дозволене й недозволене тощо;

- винаходом надійних контрацептивних засобів проти запліднення, за допомогою яких сексуальність відокремлюється від зачаття [36].

Серед чинників, які зумовлюють соціальні й демографічні характеристики сім'ї, її структуру, функції та потреби, важливе місце посідає освіта. Її рівень також впливає на орієнтацію чоловіків і жінок на створення сім'ї, стійкість і стабільність сімейних стосунків, на виконання сім'єю репродуктивної функції.

Сьогодні за умов корінних змін в українському суспільстві в проведенні соціальної політики потрібно враховувати тенденції розвитку шлюбно-сімейних відносин. Серед них можна назвати такі:

- сім'я продовжує існувати та зберігати певний авторитет у багатьох людей, незважаючи на кризові явища, які в ній відбуваються;
- сім'я стає демократичнішою, рівноправною, змінюються ролі подружжя;
- спостерігається лібералізація міжстатевих стосунків; зростає кількість дітей, народжених поза шлюбом, і таких, які покинуті.

На фоні зламу звичайних соціальних цінностей сьогодні непомірно зростають гедонізм та індивідуалізм, особливо серед молодого покоління, що створює безпосередню загрозу інституту сім'ї, яка основана на шлюбі.

До цього слід додати, що в процесі демократизації шлюбно-сімейних норм терпимість із боку громадської думки до альтернативних стилів життя поступово зростає:

- спостерігається укладання шлюбу за шлюбним договором. Можна припустити, що це явище набуватиме поширення у зв'язку зі зростанням соціальної диференціації суспільства;
- знижується шлюбний вік. Молодь, яка вступає до шлюбу, менше підготовлена до сімейного життя в моральному та матеріальному планах;
- скорочується дітонароджуваність, зростає нуклеаризація, що впливає на виховання підростаючого покоління;
- спостерігається безумовний вплив релігії на формування та життєдіяльність сім'ї;
- зростають нетривалість шлюбу й нестабільність соціального інституту сім'ї;
- зростає сімейна девіація – зловживання алкоголем і наркотиками, сімейне насильство, уключаючи інцестуозне [33; 36].

Основними ознаками сім'ї є шлюбні зв'язки; зв'язки спорідненості; спільний побут та спільний сімейний бюджет.

Сьогодні за різними підходами й критеріями вчені нараховують понад 40 типів і форм сімей. У сучасних умовах сім'ю характеризують:

1. За кількістю та характером взаємодії сімейних пар, які проживають разом і ведуть спільне господарство, виховують дітей:
 - розширена (складна) сім'я складається із сімейних пар і дорослих дітей, які проживають разом;

• нуклеарна (проста) сім'я складається з однієї сімейної пари, можливо з дітьми.

2. За наявністю батьків:

- повна сім'я (є обидва члени сімейної пари);
- неповна (один із батьків виховує дітей).

3. За кількістю дітей:

- бездітні;
- одnodітні;
- малодітні (дві дитини);
- багатодітні (троє й більше дітей).

4. За тривалістю, віком:

- сім'я молодіжна (тільки створилась, оформилась);
- молода сім'я (сім'я, яка зіткнулась із першими несподіваними для них перешкодами).

- сім'я, яка чекає дитину (помітно змінюються відносини подружжя: дружина не залишається без уваги, з'являється надзвичайна турботливість один про одного);

- сім'я середнього подружнього віку (від 3-х до 10-ти років подружнього життя). Найкритичніший, найвідповідальніший період у житті сім'ї: з'являються нудьга, одноманітність стереотипів у відносинах подружжя;

- сім'я старшого подружнього віку (10–20 років подружнього життя);

- літня подружня сім'я – сім'я, яка прожила спільно не один десяток років. Ця сім'я виникає після вступу в шлюб їхніх дітей, появи внуків.

5. За ієрархією влади:

- патріархальна (влада чоловіків);
- матріархальна (влада жінок);
- еквалітарна (рівність обох).

6. За типом главенства в сім'ї:

- егалітарні (демократичні) – відзначаються особливою життєстійкістю й цілеспрямованістю, дружніми, міцними родинними зв'язками, де офіційної «голови сім'ї», як правило, не існує.

- авторитарні. У такій сім'ї між дорослими та дітьми встановлюються непрості стосунки. У родині панує жорстокість. Про гармонізацію взаємин батьків і дітей у таких родинах не може бути й мови.

Кожна сім'я – інтимна соціальна група. Головне, що відрізняє сім'ї, – це атмосфера, яка в них панує. Спосіб сімейного виховання зумовлює

зміст сімейних відносин. Спосіб відносин дорослих і дітей є досить дієвим методом виховання – виховання спілкуванням. Це відбувається тому, що саме в спілкуванні з дорослими діти найчастіше засвоюють (закріплюють) свої майбутні моделі поведінки. Водночас соціологічні дослідження засвідчують, що батьки дуже рідко проводять вільний час із дітьми. Майже 69 % опитаних дорослих віддають перевагу перегляду телевізійних передач, спілкуванню з іншими людьми, зводячи контакти із власними дітьми до мінімуму.

7. За якістю взаємин й атмосфери в сім'ї:

- благополучна;
- стабільна;
- нестабільна;
- дезорганізована.

8. За характером розподілу домашніх обов'язків:

- традиційна (обов'язки здебільшого виконує жінка);
- колективістська (обов'язки виконують разом або по черзі).

9. За характером проведення вільного часу:

- відкрита (орієнтована на спілкування та культурні заходи);
- закрита (орієнтована на домашнє дозвілля).

10. За типом поселення:

- міська;
- сільська.

Сім'я впродовж життя проходить декілька якісно різних стадій, послідовність яких складається в сімейний, або життєвий, цикл сім'ї. Під ним потрібно розуміти період від створення до розпаду сім'ї. При їх виділенні соціологи, зазвичай, використовують критерії тривалості шлюбу та особливості функціонування сім'ї. У зв'язку з цим науковці пропонують різні класифікації життєвого циклу сім'ї відповідно до критеріїв, що лежать в основі такої класифікації. Наприклад, деякі вчені подають такі етапи життєвого циклу сім'ї:

1) від створення сім'ї до народження першої дитини;

2) репродуктивна фаза: народження дітей;

3) «порожнє гніздо» – вступ у шлюб і виділення із сім'ї останньої дитини;

4) неповна сім'я: починається у зв'язку зі смертю одного з членів подружжя.

Дж. Бернард та Л. Томпсон пропонують типологію з восьми стадій, кожна з яких відрізняється тривалістю, інтенсивністю й змістом:

- 1) початок сім'ї, одружена пара без дітей (триває близько двох років);
- 2) народження дітей і догляд за ними (приблизно 2,5 роки);
- 3) сім'я з дітьми-дошкільниками – до шести років (приблизно 3,5 років);
- 4) сім'я з дітьми-школярами – від шести до 13 років (приблизно сім років);
- 5) сім'я з підлітками – від 13 до 20 років (приблизно сім років);
- 6) сім'я, де починають одружуватися діти та залишають батьків – (приблизно 6,5 років);
- 7) «порожнє гніздо», до моменту виходу подружжя на пенсію (приблизно 3,5 років);
- 8) літня сім'я – вихід на пенсію, до моменту смерті подружжя (16 та більше років) [58].

Сучасна цивілізація має у своєму розпорядженні декілька варіантів шлюбу, із яких можна обрати той, який найбільше підходить. Шлюбні відносини ґрунтуються на різних нормах. Сукупність норм та санкцій інституту шлюбу регулює стосунки між чоловіком і дружиною. Одні норми (обов'язки, права) мають юридичний характер і регламентуються законодавством. У нашій країні на сьогодні така регламентація здійснюється на основі Кодексу про шлюб і сім'ю, де юридично закріплені питання про володіння майном, матеріальні обов'язки подружжя один щодо одного й стосовно дітей, про вік вступу в шлюб, комплекс норм, пов'язаних із розлученням тощо. Інші норми регулюються мораллю, звичаями, традиціями. До них належать норми залицяння, шлюбного вибору, дошлюбної поведінки, виховання дітей, сімейного відпочинку тощо. Залежно від типів інновацій у наявних формальних або неформальних нормах шлюбних відносин дослідники виокремлюють низку типів шлюбів. Кожен із них може існувати в чистому вигляді або поєднувати ознаки декількох типів водночас.

Сезонний шлюб (обмежена часом сім'я): відносини закріплюються на певний термін, по закінченню якого вважаються автоматично розірваними. Подружжя заново зважує всі плюси й мінуси спільного життя та вибирає: розлучитися їм або ж домовитися ще на якийсь період часу. Прихильники цієї форми шлюбу дотримуються думки, що дорослі люди виростають зі стосунків, як «діти із взуття».

Комунальний шлюб («шведська сім'я»): сім'я, у якій живуть декілька чоловіків і декілька жінок. Вони зв'язані не лише й не стільки спільним сексом, скільки спільним господарством та приятельськими стосунками. Якщо в таких сім'ях з'являються діти, то вони виховуються

всіма членами «комуни», які керуються ідеєю: «чим більше чоловіків і жінок перед очима дитини, тим більше в неї можливостей пізнавати різноманітність світу».

Відкритий шлюб: традиційна сім'я, у якої подружжя допускають захоплення та інтимні зв'язки поза шлюбом.

Гостьовий (екстериторіальний) шлюб: пара зареєстрована, але живуть кожен у себе. Час від часу зустрічаються, разом вечеряють у кафе, проводять ніч, інколи живуть разом, але спільне господарство не ведуть. Ходять у гості один до одного, інколи проводять разом відпустку. Решту часу кожен із них вільний від сімейних обов'язків і живе своїм життям.

Раціональний шлюб, тобто такий, що передбачає певну конкретно оговорену вигоду (економічну, психологічну, сексуальну, господарсько-побутову, професійну тощо).

Гомосексуальні шлюби. В Україні дозволені моногамні гетеросексуальні шлюби. Полігамія, що узаконена в мусульманських країнах, не відповідає християнській традиції, засуджується громадською думкою. Поширення набула серійна моногамія. Гомосексуальні союзи різко критикують і заперечують як основу для шлюбу. У СРСР гомосексуалізм був кримінальним злочином і карався позбавленням волі, у сучасних Ірані, Афганістані, Саудівській Аравії, Ємені, Сомалі, Судані, Нігерії й Мавританії – стратою. Кримінальне законодавство, а також влада та громадська думка Ірану, Єгипту й інших країн Африки та Азії вважають гомосексуальність або гомосексуальну активність карним злочином. У ліберальних країнах скасування кримінального переслідування гомосексуалістів відбулося порівняно недавно. У більшості демократичних держав Європи відбулося скасування інструкцій і положень, що визначають гомосексуальність як медичну патологію або як сексуальну девіацію. Країни, що надали одностатевим парам повноцінне право на шлюб, – це Нідерланди, Бельгія, Іспанія, Канада, ЮАР і Норвегія. Одностатеві партнерства (цивільні шлюби) узаконені в багатьох країнах Західної й Північної Європи (Великобританія, Данія, Гренландія, Швеція, Ісландія, Франція, Андорра, Німеччина, Фінляндія, Люксембург, Португалія, Чехія, Словенія, Угорщина, Швейцарія, Хорватія), а також в Ізраїлі, Новій Зеландії та деяких штатах Австралії [32]. У різних країнах одностатеві шлюбні союзи можуть називатися по-різному; розрізняється й перелік прав, які мають їхні члени. В Україні за останніх 15 років рівень агресивності в ставленні до гомосексуальних союзів знизився, хоча більшість респондентів – проти

прилюдної демонстрації нетрадиційних сексуальних стосунків, збільшилася частка толерантних. Це – наслідки демократизації, впливу ЗМІ й посилення міжкультурних контактів [34; 81]

Цивільний шлюб: спочатку під терміном «цивільний шлюб» мали на увазі сімейні стосунки, не освячені таїнством вінчання, але визнані державою. У СРСР цивільний шлюб виник у 1917 р. як протиположність традиційному церковному. У юриспруденції поняття цивільного шлюбу зберегло первинну сутність і стосується пар, які оформили свій союз офіційно. Вільні ж сімейні стосунки в чинному законодавстві України прийнято називати фактичним шлюбом. У буденній мові під цивільним шлюбом мають на увазі добровільне спільне мешкання й ведення спільного господарства двома людьми: чоловіком і жінкою «без яких би то не було юридично оформлених взаємних зобов'язань». Протягом останніх 50 років подібні союзи набувають усе більшого поширення як у Європі, так і в Україні. Згідно з переписом 2002 р., кожен десятий шлюб в Україні – цивільний [33]. На рівні громадської думки вони вже перестають визначатися як девіація. Новий Сімейний кодекс України, що вступив у дію з 1 січня 2004 р., визнає «цивільний шлюб» однією з форм організації сім'ї, у якій виникає спільна власність, і діти, народжені в такому шлюбі, мають ті самі права, що й народжені в зареєстрованому. Але цей шлюб має свої особливості. Далеко не всі сприймають його як рівноцінний офіційному і в психологічному, і в економічному плані. Коротко зупинимось на його перевагах та недоліках, а також пояснимо, кому він вигідний, а кому ні. Переваги такого шлюбу: можна ретельніше придивитися, зрозуміти свої почуття; є можливість навчитися спільно вести господарство, розподіляти фінанси й обов'язки; приходиться розуміти, що шлюб не лише свято, але й «рядові будні» та відповідальність; такі союзи, не обтяжені соціальними стереотипами з приводу сімейного життя, вони максимально відкриті експериментам і творчості; у разі розриву емоційні й матеріальні претензії з обох боків пред'являються по мінімуму. Виявлено вплив віку респондентів на оцінку переваг цивільного шлюбу: молодше покоління, особливо чоловіки, у цивільному шлюбі убачають, передусім, можливість зберегти свободу, уникнути відповідальності, а представники старших груп цінують можливість перевірити свої почуття, спробу жити самотійно, по-дорослому [33]. Недоліки цивільного шлюбу – неоднозначність в оцінці існуючих стосунків самого подружжя (жінки в такому шлюбі частіше вважають себе заміжніми, а чоловіки – неодруженими); економічна й психологічна вразливість подружжя

(насамперед жінок, які прагнуть до стабільності в стосунках, упевненості в майбутньому, а в ситуації розлучення при відстоюванні своїх матеріальних інтересів та обов'язків чоловіка стосовно дитини треба ще доводити факт мешкання однією сім'єю саме під час придбання спільного майна); у цивільному шлюбі мати вирішує, кого записати батьком дитини, яке дати їй прізвище, чи можна зробити аналіз ДНК на визначення батьківства [11].

Заміжня жінка традиційно в суспільстві має вищий статус, ніж самотня, тому хоча цивільний шлюб не завжди сприймається як повноцінний, для більшості жінок усе ж це краще, ніж нічого. Для чоловіків такий шлюб забарвлений ілюзорним відчуттям свободи, при тому, що є всі плюси шлюбних стосунків: налагоджений побут, психологічна й моральна підтримка, регулярні сексуальні стосунки. Небажання реєструвати свої стосунки пов'язане насамперед із побоюванням відразу взяти на себе відповідальність за майбутню сім'ю, дітей. У критичній ситуації завжди можна знайти виправдання: ми вільні люди й ніхто нічого нікому не винен. Для двох рівноцінних, не залежних один від одного у фінансовому плані осіб, цивільний шлюб цілком підходить. Для тих, хто матеріально менш захищений (насамперед жінки та діти), офіційний шлюб дає більше стабільності. Ставлення суспільства до цивільного шлюбу стає все лояльнішим, але представники всіх поколінь вважають оптимальнішим для дитини офіційний шлюб його батьків.

Усі ці форми шлюбів змінюють традиційні неформальні норми подружнього життя. Шлюбом є сімейний союз жінки та чоловіка, зареєстрований у державному органі реєстрації актів цивільного стану. Державна реєстрація шлюбу встановлена для забезпечення стабільності відносин між жінкою й чоловіком, охорони прав та інтересів подружжя, їхніх дітей, а також в інтересах держави й суспільства. Шлюб – підстава для виникнення прав та обов'язків подружжя. Реєструється шлюб перед значимою інстанцією – перед Богом (у церкві), перед законом (у державному органі реєстрації актів цивільного стану) і перед людьми – «свідками». Із моменту вступу до шлюбу починають діяти відповідні інституційні статуси, про що стає відомо навколишньому оточенню. Виходячи з визначення шлюбу, його девіації пов'язані з порушенням установленої законом кількості шлюбних партнерів та їх статі; процедури реєстрації шлюбу; із реалізацією взаємних прав й обов'язків у ставленні до шлюбного партнера та дітей. Виходячи з визначення шлюбу до альтернативних типів, що переглядають формально закріплені

норми, можна віднести порушення встановленої законом кількості шлюбних партнерів і їх статі; процедури реєстрації шлюбу; із реалізацією взаємних прав та обов'язків у ставленні до шлюбного партнера й дітей.

Нині варіативність шлюбно-сімейних форм стає елементом сучасної сімейної системи більшості країн світу, у тому числі й України. Серед усього різноманіття цих форм незареєстрований шлюб – найбільш поширена та соціально схвалювана модель організації сімейного життя, зважаючи на велику подібність із зареєстрованим шлюбом. У нашому розумінні, цивільний шлюб – це сімейні відносини без офіційної реєстрації шлюбу. Насправді, це неправильне тлумачення поняття цивільного шлюбу, який є цілком офіційним, альтернативним церковному шлюбу, сімейним союзом. А подружні відносини без реєстрації називаються співжиттям, хоч це слово в нашій мові й має, зазвичай, негативне значення.

Що стосується досліджень шлюбно-сімейних відносин безпосередньо в незареєстрованих шлюбах, то для вітчизняної соціології характерні певні прогалини у вивченні різних аспектів незареєстрованих відносин, хоча вже зроблено спроби його подолати. У цьому сенсі варто відзначити роботи Л. В. Карцева, Т. А. Долбик-Воробей, Т. А. Богданової, А. С. Щукіної, Є. Ю. Єгорової, Ю. М. Черепухіна, Є. Вовк, а також праці А. Р. Міхеєвої, і Я. В. Беляєвої, у яких більш повно досліджено питання незареєстрованих шлюбів, у тому числі динаміку поширення й ставлення до них. У зарубіжній літературі, навпаки, щодо цієї тематики досить багато робіт, причому як теоретичних, так і практичних [58].

Класичне визначення сім'ї свідчить, що сім'я – це мала соціальна група, члени якої пов'язані шлюбом, батьківством і спорідненням, спільністю побуту, загальним бюджетом та поглибленням взаємної моральної відповідальності.

Сім'я – одне з найбільш древніх соціальних інститутів. Вона виникла набагато раніше від релігії, держави, армії, освіти, ринку. Етимологія російського слова «брак» указує на спорідненість із давньоруським «брачити», тобто «відбирати». Українське слово «шлюб» бере свій початок від давньослов'янського слова «сьлюб», що означало урочисту обіцянку. «Слюбитись» у низці слов'янських мов означає домовитися. Шлюб – це санкціонована суспільством форма взаємин між статями та ставлення до потомства, тобто засіб регуляції статевих стосунків і відтворення населення. Це вільна рівноправна спілка жінки

та чоловіка, укладена з дотриманням порядку й умов, установлених законом, яка утворює сім'ю та породжує взаємні особисті й майнові права та обов'язки між подружжям [16].

Проблемна ситуація полягає в тому, що масштабний прояв незареєстрованого шлюбу розмиває кордони традиційних норм шлюбу й сім'ї; диктує нові принципи формування шлюбно-сімейних відносин, які проявляються як на інституціональному рівні життєдіяльності суспільства (стосуючись інститутів сім'ї та шлюбу, спричиняючи зміни у сфері юриспруденції, сімейної політики тощо), так і на індивідуальному рівні, змінюючи структури ціннісних орієнтацій індивіда, його поведінки й принципи взаємодії чоловіка та жінки.

Незареєстрований шлюб, як і будь-який інший його вид, володіє механізмами формування шлюбно-сімейних відносин, які визначаються як інституційними характеристиками незареєстрованого шлюбу, так і соціальними очікуваннями й установками партнерів, що вступають у незареєстровані стосунки. У більшості випадків він уключає низку характеристик, заснованих на традиційному вигляді шлюбу: спільне проживання та ведення господарства, об'єднання фінансів тощо. Водночас незареєстрований шлюб має свою специфіку й відрізняється від зареєстрованого за низкою параметрів, уключаючи інституційність, легітимність, ступінь матеріальної та психологічної безпеки, прихильність, відповідальність партнерів за виховання дітей і один перед одним тощо.

Відносини в незареєстрованому шлюбі можуть бути більше чи менше наближені до традиційного шлюбу. Однак, будучи менш інституціалізованою формою шлюбно-сімейних відносин, незареєстрований шлюб дає змогу партнерам моделювати свої відносини залежно від власних ціннісних орієнтацій і соціальних установок. Економічна нестабільність у суспільстві, офіційно не сформульоване ставлення держави до незареєстрованого шлюбу, плюралізм думок щодо організації сімейного життя впливають на виникнення суперечливого ставлення до нього. Із цієї причини незареєстровані шлюби неоднорідні. Отже, можна говорити про різні типи незареєстрованих шлюбів, про різноманітні відносини між партнерами й різний вплив цієї форми шлюбно-сімейних відносин на всю систему шлюбно-сімейних інститутів.

Звісно, цивільний шлюб можна називати «генеральною репетицією» перед шлюбом; він засновується виключно на взаємному коханні та довірі. Водночас, якщо повірити в те, що чоловіка такий варіант цілком

влаштовує, ще можна, то в апатію нашої жінки чи дівчини до законного шлюбу – ніколи!

Говорити про любов тут не доводиться. Адже любов – це, насамперед, відповідальність одне за одного. Взаємна відповідальність відсутня в «цивільному шлюбі». Отже, для жінки подібний «шлюб» – це ілюзія сім'ї, а для чоловіка – ілюзія свободи. Жінка немовби живе в сім'ї, але це не сім'я, тому що чоловік не бере на себе відповідальності за свою «дружину». А чоловік начебто формально вільний, але водночас перебуває під контролем «дружини». Рідко яка дружина, навіть у «цивільному шлюбі» дозволить чоловікові відкрито шукати собі нову подругу або гуляти з коханками [32].

Чоловіки в «цивільному шлюбі» розуміють, що нічого не втрачають. Дітей доглядати повинна мати, гроші стягнути з такого «чоловіка», який будь-якого моменту може просто обернутися й піти, досить проблематично. Цікаво, що жінка, зазвичай, називає свого співмешканця чоловіком, а чоловік свою «цивільну дружину» – коханкою, співмешканкою, подругою. І лише деякі – дружиною.

У парах «цивільного шлюбу» менше виражена орієнтація на спільну діяльність, а більше – на автономність партнерів, що підтверджується й даними, які характеризують значення для партнерів спільності інтересів та цінностей, тобто потреба в особистісній ідентифікації в них також значно менша, ніж в осіб, які офіційно зареєстрували свої відносини. З іншого боку, у «цивільних шлюбах» менше дозволено відкрито виражати свої почуття та переживання, особливо в ситуації конфліктних відносин. Отже, партнери повинні бути більш стриманими, виваженими у своїх діях, уміти пристосовуватися [63].

Стосунки в незареєстрованому шлюбі відрізняються більш гнучкими правилами й порядками, а рівень ієрархії сімейної системи та контролю членів сім'ї є низхідним. Наявні відмінності можна пояснити тим, що юридично не оформленні стосунки спричиняють відчуття розмитих меж шлюбу та відсутність зовнішньої обумовленої стабільності взаємин у партнерів у «цивільному шлюбі». Усередині нечітких меж такого шлюбу в умовах нечіткої регламентованості стосунків особистість має бути більш зрілою, самостійною, здатною протистояти тиску суспільних стереотипів. Такі відносини передбачають більший ступінь індивідуальної свободи й пов'язаної з нею відповідальності, більшу індивідуалізацію взаємин, гнучкість, креативність, спрямованість до самореалізації обох партнерів. Особистість повинна бути готовою здійснювати активну внутрішню роботу з усвідомлення власних

стереотипів, різних аспектів вибору форми шлюбу та наслідків цього вибору. Якщо ж людина не готова до такої психологічної роботи над собою, то наслідком є, як засвідчують результати дослідження, нижчий рівень задоволеності в «цивільних шлюбах», порівняно з офіційними. Відсутність зовнішньо обумовленої стабільності взаємин у партнерів, наявність незалежності з невизначеними межами, але водночас без чітких сімейних норм, правил, обмеженість у вираженні почуттів, а особливо негативних – усе це може призводити до недовіри, постійної напруги й тривожності в стосунках. Ми поділяємо думку О. Я. Кляпець, що оскільки, істотною передумовою задоволеності шлюбом є оптимальний вибір форми шлюбно-сімейних стосунків, який великою мірою обумовлюється психологічними особливостями обох партнерів, то для того, щоб вибір «цивільного шлюбу» був оптимальним, потрібна усвідомленість обома партнерами власних шлюбних уявлень, уподобань, готовність до творчості у своїх стосунках, до самореалізації в цій сфері життєдіяльності та вміння приймати відповідальність за свій вибір, взаємини. Якщо людина недостатньо свідома, зріла для таких відносин, то задоволеність буде [33].

Запитання та завдання для самоперевірки:

1. Проаналізуйте особливості наукового підходу до вивчення шлюбно-сімейних взаємин.
2. Охарактеризуйте родину як систему та основні тенденції її розвитку.
3. Проаналізуйте роль сім'ї в розвитку суспільства й окремої людини.
4. Назвіть сучасні моделі організації сімейних відносин.
5. Охарактеризуйте рушійні сили еволюції шлюбу та сім'ї в історії людського суспільства.

РОЗДІЛ 2

ХАРАКТЕРИСТИКА СУЧАСНОЇ СІМ'Ї

Сучасна модель сім'ї, її особливості. Психологічно благополучні й неблагополучні сім'ї. Психологічне здоров'я сім'ї. Реалізація індивідуальних потреб у шлюбі. Розмаїття сімейних функцій. Традиційні та сучасні функції сім'ї. Сімейні ролі та внутрішньосімейна рольова структура. Аналіз деформацій сімейного функціонування.

2.1. Сучасна модель сім'ї, її особливості

У всі часи сім'я була консервативною малою групою, яка ніколи поспішно не реагувала на різноманітні впливи навколишнього середовища, а прагнула цілісно їх осмислити та прийняти виважене рішення, яке б відповідало її інтересам. Внутрішня організація сім'ї зумовлена домовленістю її засновників – подружжя, яке в сімейних стосунках має культивувати турботу одне про одного, піклування, зрештою, – зберігати, продовжувати, формувати нові родинні традиції, тобто мета спільного проживання уже наперед визначається подружжям під впливом старших родичів, інших референтних осіб, а згодом – усіма членами сім'ї, зокрема дітьми.

Спектр видів, форм і категорій сучасної сім'ї досить різноманітний. Різні типи сімей по-різному функціонують у тих чи інших сферах сімейних взаємин. По-різному реагують вони й на вплив різноманітних факторів сучасного буття. Типології сімей визначаються науковими підходами до вивчення предмета.

В. С. Торохтій, узагальнюючи результати попередніх досліджень, відзначає, що сучасні сім'ї відрізняються між собою за такими ознаками:

- за кількістю дітей (бездітна, або інфертильна, сім'я одnodітна, малодітна, багатодітна);
- за складом (неповна сім'я, окрема, проста або нуклеарна, складна (сім'я з декількох поколінь), велика родина, материнська сім'я, сім'я повторного шлюбу);
- за структурою (з однієї шлюбної пари з дітьми або без дітей; з одним із батьків подружжя та іншими родичами; із двома й більше шлюбними парами з дітьми або без дітей, з одним із батьків дружини та інших родичів або без них; із матір'ю (батьком) і з дітьми;
- за типом головування в родині (егалітарні й авторитарні сім'ї);

– за сімейним побутом, устроєм (родина – «відрада»; родина дітоцентричного типу; родина типу спортивної команди або дискусійного клубу; сім'я, яка ставить на перше місце комфорт, здоров'я, порядок);

– за однорідністю соціального складу (соціально гомогенні (однорідні) й гетерогенні (неоднорідні) сім'ї);

– за сімейним стажем (молодята, молода сім'я, сім'я, що чекає дитину, родина середнього подружжя, старшого подружнього віку, літні подружні пари);

– за якістю взаємин та атмосферою в родині (благополучна, стійка, педагогічно слабка, нестабільна, дезорганізована);

– за географічною ознакою (міська, сільська, віддалена (райони крайньої Півночі));

– за типом споживчої поведінки (сім'ї з «фізіологічним» або «наївно-споживчим» типом споживання (переважно з харчовою спрямованістю); родини з «розумним» типом споживання, тобто з високим рівнем витрат на купівлю книг, журналів, видовищні заходи та ін., сім'ї з проміжним типом споживання);

– з особливими умовами сімейного життя (студентська сім'я, «дистантна» сім'я, «позашлюбна родина»);

– за характером проведення дозвілля (відкриті або закриті);

– за соціальною мобільністю (реактивні сім'ї, сім'ї середньої активності й активні);

– за мірою кооперації спільної діяльності (традиційні, колективістські та індивідуалістичні);

– за станом психологічного здоров'я (здорова сім'я, невротична родина, віктимогенна родина) [74].

Кожну з категорій сімей характеризують певні соціально-психологічні явища й процеси, властиві їй шлюбно-сімейні взаємини, що включають психологічні аспекти предметно-практичної діяльності, коло спілкування та його зміст, особливості емоційних контактів членів сім'ї, соціально-психологічні цілі сім'ї та індивідуально-психологічні потреби її членів.

У родині формуються й розвиваються шлюбно-сімейні взаємини, як відбиття різноманітних і багатоваріантних міжособистісних контактів, а в цілому всієї системи цінностей та очікувань соціально-психологічного аспекту. Значною мірою визначають успішність майбутніх сімейних стосунків мотиви вступу в шлюб.

До сьогодні склалися різноманітні форми шлюбно-сімейних взаємин, найпоширеніші з яких такі:

1. Шлюбно-сімейні стосунки на основі чесної контрактної системи. Обое чітко уявляють, чого вони хочуть від шлюбу, і розраховують на певні матеріальні вигоди. Цементують та допомагають розв'язувати життєво важливі проблеми самі умови контракту. Емоційна прихильність, яку важко назвати любов'ю, але яка все-таки є в такому союзі, як правило, із плином часу посилюється. Хоча, якщо родина існує лише як економічна одиниця, відчуття емоційного зльоту повністю втрачається. Люди, які вступають у такий шлюб, мають найбільш потужну практичну підтримку від партнера у всіх своїх починаннях, оскільки і жінка, і чоловік переслідують власну економічну вигоду. У таких шлюбно-сімейних взаєминах ступінь свободи кожного з подружжя – максимальний, а особиста залученість – мінімальна: виконавши умови контракту, можеш робити, що хочеш.

2. Шлюбно-сімейні стосунки на основі нечесного контракту. Як чоловік, так і дружина намагаються взяти зі шлюбу односторонні вигоди й тим самим завдають шкоди партнерові. Говорити про кохання тут теж не доводиться, хоча часто в такому варіанті шлюбно-сімейних стосунків воно буває одностороннім, через що один із партнерів, розуміючи, що його обманюють та експлуатують, усе терпить.

3. Шлюбно-сімейні взаємини з примусу. Один із подружжя певною мірою захоплений іншим, і той унаслідок певних життєвих обставин або із жалю нарешті погоджується на компроміс. У подібних випадках теж складно говорити про глибоке почуття: навіть із боку партнера, котрий відчуває позитивні емоції до іншого, швидше переважають амбітність, бажання володіти об'єктом поклоніння, азарт. Коли такий шлюб нарешті укладається, то партнер, котрий досяг своєї мети стосовно іншого, починає вважати його своєю власністю. Відчуття свободи, необхідне в шлюбі та сім'ї в цілому, тут абсолютно виключено. Психологічні основи існування такої родини так деформовані, що компроміси, яких вимагає сімейне життя, неможливі.

4. Шлюбно-сімейні взаємини як ритуальне виконання соціально-нормативних установок. У певному віці люди приходять до висновку, що всі навколо заміжні чи одружені й настав час створювати сім'ю. Це – шлюб без любові та розрахунку, що ґрунтується лише на дотриманні певних суспільних стереотипів. У таких сім'ях нечасто створюються передумови для тривалого сімейного життя. Найчастіше такі шлюбно-сімейні стосунки складаються випадково й так само випадково розпадаються, не залишаючи глибоких слідів.

5. Шлюбно-сімейні стосунки, побудовані на взаємному коханні. Партнери укладають шлюбно-сімейний союз добровільно, оскільки не уявляють свого життя один без одного. У шлюбі за коханням обмеження, які беруть на себе подружжя, – суто добровільні: їм приємно проводити вільний час разом із членами своєї сім'ї, подобається робити щось хороше один для одного й для інших членів сім'ї. Шлюбно-сімейні стосунки в цьому варіанті є найвищим ступенем об'єднання людей, за якого діти народжуються в любові, кожен шлюбний партнер зберігає свою самостійність та індивідуальність при повній підтримці другого. Парадокс полягає в тому, що, добровільно беручи на себе подібні обмеження («Я щасливий, якщо ти щаслива»), люди стають більш вільними... Шлюбно-сімейна форма таких взаємин побудована на довірі, на більшій повазі до людини, ніж до загальноновизнаних норм.

Дослідження засвідчують, що на взаємини в родині впливають як зовнішні, так і внутрішні чинники. До зовнішніх факторів належить сукупність матеріальних і духовних умов, які існують у цьому суспільстві, що й визначає міжособистісні взаємини в суспільстві, трудовому колективі, родині. Дія та прояв внутрішніх факторів спостерігаються на рівні міжособистісних стосунків через реалізацію (або навпаки) взаємних очікувань, їх внутрішньої задоволеності процесом взаємин.

До внутрішніх факторів, які сприяють успішній діяльності сім'ї, відносять індивідуальні психологічні особливості сімейних партнерів: це інтелектуальні, характерологічні й соціально-психологічні особливості подружжя.

Особливого значення набувають основні життєві орієнтації або життєві стратегії сімейних партнерів:

- внутрішній контроль – зовнішній контроль;
- егоїзм – соціоцентризм (альтруїзм);
- орієнтація на суспільні норми – на себе;
- прийняття суперечностей – їх неприйняття;
- почуття власної гідності – невіра в себе.

До інших факторів, що стабілізують сімейні взаємини, відносять:

- постійне прагнення партнерів до збереження родини;
- бажання й здатність подружжя до узгоджених дій на благо сім'ї;
- ініціативність кожного з партнерів у розв'язанні сімейних проблем і реальний внесок кожного в громадські справи;
- розумне поєднання різноманітних особистих цілей і потреб із загальносімейними справами та потребами;

– прагнення в скрутну хвилину до емоційного єднання й згуртування;

– естетичну привабливість (зовнішній вигляд, манера поведінки тощо);

– здатність емоційно зігріти один одного, тобто вести себе так, щоб створити атмосферу довіри, невимушеності, щирості.

Кожна культура (і її субкультури) породжує певну нормативну модель сім'ї, точніше – групу моделей. Структура нормативної моделі включає в себе елементи нормативних моделей членів сім'ї, кожен із яких характеризується певним статусом, тобто позицією з певними правами й обов'язками, із якими пов'язана очікувана поведінка. Крім елементів, структура сім'ї визначається через стосунки, їх зміст і динаміку.

Складну нуклеарну родину, де кілька дітей, слід розглядати як кон'юнкцію декількох елементарних (елементарна сім'я – сім'я з трьох членів: чоловік, дружина й дитина).

Більш звичайний термін «нормальна родина» – поняття дуже умовне. Зазвичай, «нормальною» вважають таку сім'ю, яка забезпечує необхідний мінімум потреб її членів, або родину, яка дає необхідний добробут, соціальний захист членам сім'ї, створює умови для соціалізації дітей до досягнення ними психологічної зрілості.

На переконання М. Мід, такою є родина, де відповідальність за сім'ю як ціле несе батько. Усі інші типи сімей, де це правило не виконується, потрапляють у розряд аномальних. Ідеальну родину можна розглядати як нормативну модель сім'ї, яка приймається суспільством, відображена в колективних уявленнях, моральних цінностях, культурі суспільства, у тому числі в релігійній культурі [81].

Однак, як справедливо зазначає В. М. Дружинін, нормативна модель завжди прихована за конкретними формами її експлікації, які не тільки різноманітні, але й варіативні. Дослідник-практик стикається, насамперед, із конкретними сім'ями та, узагальнюючи знання про них, може, таким чином, спиратися на два основних моменти – кількісний і якісний. У першому випадку йдеться про склад сім'ї, елементи її структури. У другому – насамперед про систему взаємин. В. М. Дружинін уважає, що, як і будь-яка інша конституційна група, родина скріплюється відносинами «влада-підпорядкування» та взаємної відповідальності. В інтегрованому вигляді відносини можна описати ще одним параметром – емоційно-психологічною близькістю, яка пов'язана з мотивом афіліації (приєднання). При цьому знак психічної емоційної

близькості не обов'язково позитивний: байдужість, відчуження, ненависть розмальовують існування сім'ї у свої кольори не менше ніж любов, розуміння й співчуття.

Заслуговують на увагу дослідників сімейні стосунки, в основі яких лежать відносини влади: домінування-підпорядкування. Зазвичай, соціальні психологи пов'язують домінування з прийняттям соціальної відповідальності за дії групи: домінуючий член групи відповідає за успішність виконання загального завдання й, крім того, за збереження нормальних взаємин між членами групи. Водночас із домінуванням пов'язують імпровізаційну активність та ініціацію дії. Уважається, що найбільш успішними лідерами є особи, схильні до торгу, байдужості до міжособистісних стосунків, які вміють чинити опір соціальному тиску, прагнуть до досягнень, ризику й отримують задоволення від маніпуляцій іншими людьми [28].

Завдання домінуючої особистості – забезпечення безпеки групи, координація дій її членів для досягнення групових цілей, визначення перспектив життя й розвитку групи та навіювання віри в майбутнє. При цьому дослідники А. Янкова, Е. Ачилова й О. Лосева зауважують, що домінування одного з подружжя – необхідна умова стабільності сім'ї, хоча не менше значення може мати задоволеність шлюбом за умови паритетних відносин та спільності проведення дозвілля [81].

Одним із найважливіших параметрів, що входять до моделі сучасної сім'ї, є відповідальність. У вітчизняній психології поняття відповідальності аналізувалося Н. А. Мінкіною. Вона зазначає, що нині напрями розвитку відповідальності можна представити як кілька векторів, один із яких спрямований від об'єктивної до суб'єктивної, а інший – від зовнішньої до внутрішньої, усвідомленої. Пов'язаний із ними й третій вектор поняття відповідальності – не лише за поведінку, але й за помисли [48]. В. Енгельгардт указує, що відповідальність за своєю спрямованістю може мати позитивну та негативну спрямованість. Зовнішня відповідальність, орієнтована на суспільство, у разі позитивної спрямованості означає причетність, участь, змагання. У разі негативної спрямованості – виступає у формі дискримінації, насильства. Поряд із зовнішньою існує внутрішня відповідальність, тобто орієнтована на себе. Позитивна внутрішня відповідальність означає самовираження: готовність діяти самостійно, здійснювати вільний вибір і приймати зважені рішення, спрямовані на активне перетворення навколишнього світу і розвиток моральних якостей особистості, відповідати за їх наслідки не тільки перед суспільством, а й, насамперед, перед своєю

совістю. Негативна внутрішня відповідальність виступає у формі саморуйнування та деструкції.

Якщо людина не приймає відповідальності, то виникає почуття самовідчуження, із якого людина рятується втечею в соціальну ідентифікацію при неприйнятті відповідальності. Якщо вона успішна, то виникає самоідентифікація. Якщо ж соціальна ідентифікація не успішна, вона породжує соціальне відчуження, із якого є два виходи: знову бігти або змінити свій соціальний статус чи свої особисті цінності. Якщо ж людина із самого початку приймає відповідальність, то через тотожність самотрансценденції й творчої соціальної ідентифікації вона приходиться до справжньої єдності із самою собою та з іншими.

Розуміння відповідальності частіше пов'язане з її поведінковими проявами. Вважають, що ступінь особистої відповідальності тим вищий, чим більш виражене почуття певної можливості контролювати вчинені дії та їх результат.

Той або інший член сім'ї може нести відповідальність за інших її членів (наприклад дружину, чоловіка або дітей) і за сім'ю в цілому. Роль лідера, глави родини припускає саме відповідальність за всю родину: за її сьогодення, минуле, майбутнє, діяльність і поведінку членів сім'ї; відповідальність перед собою й сім'єю, перед громадою (найближчим соціальним оточенням) та тією частиною суспільства, до якого належить родина. Це завжди відповідальність за інших, і не просто окремих близьких людей, а за (категорії) соціальну групу як ціле [34].

На думку Мюррея, існує також потреба в аффіліації – необхідності «заводити» дружбу й відчувати прив'язаність, радіти іншим і жити разом із ними, співпрацювати та спілкуватися, любити приєднуватися до груп. Хоча при цьому мотивація може бути не тільки позитивною (надія на встановлення хороших взаємин), але й негативною (страх відторгнення) [81].

Під аффіліацією (контактом, спілкуванням) мається на увазі, насамперед, певний комплекс соціальних взаємодій, які мають повсякденний і водночас фундаментальний характер. Їх зміст полягає в спілкуванні з іншими людьми (у тому числі з незнайомими або малознайомими) і такій його підтримці, яка приносить задоволення, захоплює та збагачує обидві сторони.

Аффіліація протилежна владі: любов штовхає людину на вчинки, які вона хоче зробити, а страх влади (мотивація підпорядкування) примушує до таких дій, які людина не здійснювала б за власною волею. Тому аффіліативна мотивація майже завжди виступає компенсатором

мотивації «влади-підпорядкування»: ніде так багато не говориться про любов до ближнього, як у православному богослов'ї, а тим часом саме в православної догматиці відношення «влада–підпорядкування» має особливе значення.

Слід зазначити, що в реальності особисті переживання психологічної близькості – відносини векторні, оскільки аффіліативна мотивація визначає спрямованість поведінки: дитина може прагнути до матері, а мати – бути відчуженою від неї. Психологічна емоційна близькість є результативною спрямованістю двох членів сім'ї, але за цією результативністю можуть ховатися куди більш складні емоційні стосунки.

Між трьома видами взаємин, що характеризують психологічну модель сім'ї, існують певні зв'язки. Домінування передбачає відповідальність за тих, хто підкоряється, а відповідальність – владу над людьми для реалізації відповідальних завдань. Психологічна близькість зазвичай негативно корелює з відношенням «домінування-підпорядкування»: чим більша влада однієї людини над іншою, тим менша між ними психологічна близькість, оскільки влада – це примус.

На думку В. М. Дружиніна, психологічні моделі елементарної сім'ї можна розділити відповідно до того, хто несе відповідальність за родину: батько, мати чи дитина, котра досягла дієздатного віку [28].

«Нормальною» сім'єю вважають ту, де відповідальність несе чоловік (батько). «Аномальною» сім'єю назовемо таку сім'ю, де чоловік не несе відповідальності за неї. Якщо відповідальності не несе ніхто – це «псевдосім'я».

Заслуговує на увагу питання домінування в сім'ї. Аналіз наукових джерел засвідчує, що в патріархальній родині домінує батько, у матріархальній – мати. У так званій «дітоцентричній» родині реально домінують дитина, її потреби та капризи. В егалітарній сім'ї владні функції розподілені, але їх розподіл – постійне підґрунтя для конфлікту (звідси – виникнення «теорії конфлікту» для опису сучасної сім'ї), її можна назвати конфліктною родинною [28].

Можна припустити, що максимально стабільною є сім'я, у якій суб'єкт відповідальності та влади – одна й та сама особа, а члени сім'ї психологічно ближчі до неї, ніж один до одного.

Типову сучасну сім'ю, на думку В. Н. Дружиніна, можна розглядати як варіант моделі аномальної язичницької сім'ї з рудиментами православної моделі. У такій родині і чоловік, і жінка борються за домінування. Перемога дістається сильнішому – не стільки фізично,

скільки психологічно. Існують протистояння поколінь, подавлення дітей і боротьба дітей із владою батьків. Аномальність цієї родини в тому, що чоловік не несе відповідальності за сім'ю в цілому [28].

Домінування працюючої матері в сім'ї призводить до того, що діти гірше засвоюють цінності, норми й мораль суспільства. Діти матерів-одиначок мають значні проблеми в соціальній адаптації, виборі шлюбного партнера й вихованні власних дітей. Водночас дослідження американських психологів показують, що неповнолітні злочинці рідше виходять із неповних сімей, частіше – із сімей із двома протиборчими батьками.

Як зазначає Б. І. Кочубей, на сьогодні роль чоловіка в багатьох сім'ях зведена якщо не до нуля, то до мінімуму. З одного боку, він утратив колишній авторитет, з іншого – позбувшись патріархальної висоти й недоступності, він, зазвичай, не став ближчим до дітей. Не так вже мало сімей, де батько – просто «чужий серед своїх». Сьогодні не викликають здивування висловлювання підлітків, наприклад, такого плану: «Чоловік – це не те, що жінка, він набагато менше працює, але набагато більше їсть» [64].

Психологічно благополучна й неблагополучна сучасна сім'я. На думку В. Сатир, на сьогодні в сучасному світі існує два типи сімей: зріла сім'я й проблемна. Кожна зріла родина живе своїм особливим і неповторним життям, хоч при цьому можна знайти багато спільного в тому, як будуються взаємини в таких сім'ях. Проблемні родини, незалежно від характеру проблем, також мають багато спільного у своєму функціонуванні. Науковець пропонує деякий узагальнений опис кожного з цих двох типів сімей.

Атмосфера проблемної родини відчувається дуже швидко. Вона характеризується незручністю, дискомфортом і холодністю: члени сім'ї надзвичайно ввічливі один з одним, при цьому відчувається певна нестійкість у сімейних взаєминах, характерними є відчуття важкості, напруги й смутку. Іноді сімейна атмосфера повна скритності. В. Сатир стверджує, що це відбувається тому, що всі джерела життєдіяльності перекриті [61].

У проблемних сім'ях обличчя та тіла людей свідчать про їхнє страждання: вони скуті й напружені або незграбно сутуляться; їхні обличчя здаються похмурими чи сумними, при цьому люди можуть нічого не висловлювати, немов маски. Очі дивляться в підлогу, не бачачи інших людей. Складається враження, що вони не тільки не бачать, але й не чують. Їхні голоси звучать або різко та скрипуче, або майже нечутно.

Важко помітити хоч якісь прояви дружнього ставлення один до одного членів таких сімей, де ніхто ніколи не посміхається. Здається, що ці люди живуть один з одним виключно через обов'язки. Гумор у таких родинах частіше перетворюється в іронію, сарказм або навіть насмішку. Дорослі настільки зайняті безкінечним нав'язуванням дітям та один одному своїй думки стосовно того, що і як повинно робитися, що в них просто не залишається можливості для радісного спілкування. Нерідко члени проблемних сімей щиро дивуються тому, що можна насолоджуватися товариством найбільш, здавалося б, рідних людей.

Зазвичай, члени таких родин намагаються уникати один одного: вони настільки занурюються у свою роботу або інші справи поза сім'єю, що все рідше й рідше спілкуються зі своїми близькими. Здебільшого, вони роками несуть свій хрест, страждаючи або приносячи страждання своїм рідним.

У зрілих родинах панує зовсім інша атмосфера. Там відчувається природність, чесність і любов. Члени таких сімей відкрито висловлюють свої почуття й повагу один до одного. Тут завжди готові поділитися чимось своїм та з цікавістю вислухати іншого; члени таких родини уміють рахуватись один з одним, при цьому можна відкрито проявляти свої радість і біль, а, розповідаючи про невдачу, не боятися, що будеш осміяний, оскільки всі в цій родині розуміють, що разом із ризиком, із намаганнями спробувати що-небудь нове в житті обов'язково будуть і помилки, які означають, що людина росте й розвивається. Члени сім'ї відчувають себе повноцінними людьми: коханими, високо оціненими, потрібними, від кожного чекають любові, визнання та поваги. У такій родині легко з гумором ставляться до життя, люблять сміятися й жартувати, коли це доречно [61].

На думку В. Сатир, члени зрілої сім'ї відчувають себе так вільно один з одним, що не соромляться говорити про свої почуття. Усе, що вони відчувають, може бути висловлене: розчарування, біль, страх, гнів, критика так само, як жарт і похвала. Зріла родина здатна до продуктивного й погодженого планування свого життя, однак, якщо план порушується, вона може спокійно прийняти та оцінити ці зміни. Члени зрілої сім'ї здатні без паніки реагувати на різні життєві ситуації. У такій родині добре прослідковується, що найвищою цінністю для кожного її члена є людське життя й почуття інших людей.

Батьки відчувають себе лідерами-натхненниками, а не авторитарними керівниками. Своє завдання вони вбачають у тому, щоб навчити дітей залишатися людьми в будь-якій життєвій ситуації. При цьому

можуть спокійно повідомляти своїм дітям негативні оцінки так само, як і позитивні, вони готові розчаровуватися, гніватися, засмучуватися так само, як радіти та тішитися. Їхня поведінка не розходиться зі словами.

Зрілі сім'ї відрізняються від проблемних тим, що батьки вірять: зміни неминучі – діти переходять від однієї стадії розвитку до іншої, і дорослі ніколи не зупиняються у своєму розвитку й постійно переходять від одного стану до іншого. Навколишній світ постійно змінюється. Дорослі приймають зміни як невід'ємну частину буття, намагаються творчо використовувати їх у своєму житті, щоб зробити сім'ю більш зрілою.

Неблагополучні родини породжують неблагополучних людей із низькою самооцінкою, що штовхає їх на злочин, обертається душевними хворобами, алкоголізмом, наркоманією, убогістю й іншими соціальними проблемами. Якщо докласти всі зусилля, щоб сім'я стала тим місцем, де людина може отримати справжнє гуманістичне виховання, то в результаті забезпечується більш безпечний і людяний світ навколо. Родина може стати місцем формування справжніх людей. Гуманістичний пафос у підході до сучасної сім'ї реалізується в основному принципі: кожна людина – це відкриття, кожен – унікальний [61].

Однак досить багато навколо людей, у яких постійно низька самоцінність. Вони постійно чекають глузування, обману, приниження, образи з боку оточуючих людей. Зрештою, вони стають жертвами. Чекаючи загрози, такі люди, як правило, саме це й отримують. Захищаючи себе, вони ховаються за стіною недовіри та занурюються в болісний стан самотності й ізоляції. Віддаляючись від інших людей, вони стають апатичними, млявими, байдужими як до себе, так і до всього, що їх оточує. Таким людям дуже важко бачити, чути, розуміти інших, чітко мислити та приймати самостійні рішення, тому вони або принижуються перед оточуючими, цілком і сліпо підкоряються їм, або ж грубо й деспотично пригнічують інших людей. Вони вибудовують усередині себе психологічні бар'єри.

К. Роджерс виділяв такі позитивні характеристики благополучних сімейних відносин, як відданість і співпраця; спілкування, яке передбачає відкрите самовираження; гнучкість взаємин, самостійність.

Він виходив із того, що сімейні стосунки є процесом розвитку всіх членів родини. При цьому особливу роль у зміцненні сімейних взаємин відводив спільному переживанню радості в родині, автентичності стосунків і толерантності членів сім'ї один до одного [58; 63].

У сімейному житті поведінка всіх членів родини взаємозумовлена. У зв'язку з цим наслідок також впливає на первинну причину. Тоді задоволеність сімейними стосунками пов'язана з взаємозаохочувальною поведінкою членів сім'ї в ставленні один до одного. Установлено, що в дисгармонійних родинах позитивних актів взаємодії між членами сім'ї менше, ніж негативних. Причому позитивного ставлення до сторонніх осіб проявляється більше, ніж до членів своєї родини.

У дисгармонійних і благополучних сім'ях виникають одні й ті самі проблеми, але за наявності зрілих сімейних взаємин взаємопозитивна поведінка в ситуаціях, що вимагають розв'язання проблем, переважає.

2.2. Психологічне здоров'я сучасної сім'ї

Психологічне здоров'я сім'ї – це комплексний узагальнений показник соціально-психологічної активності її членів у сімейних взаєминах, у соціальному середовищі й професійній сфері їхньої діяльності та є станом душевного психологічного благополуччя родини, що забезпечує адекватну їхнім життєвим умовам регуляцію поведінки й діяльності всіх членів сім'ї. Психологічне здоров'я – це інтегральний показник функціонування сучасної родини, що відображає якісну сторону соціальних і психолого-педагогічних процесів, що відбуваються в ній.

До основних критеріїв психологічного здоров'я сім'ї В. С. Торохтій відносить схожість сімейних цінностей, функціонально-рольову узгодженість, соціально-рольову адекватність у родині, емоційне задоволення, адаптивність у мікросоціальних відносинах, спрямованість на сімейне довголіття. На його думку, психологічне здоров'я сім'ї має таку структуру [74]:

1. Показники (подібність сімейних цінностей; функціонально-рольова узгодженість; соціально-рольова адекватність; адаптивність у мікросоціальних стосунках; емоційна задоволеність ними; спрямованість на сімейне довголіття).

2. Рівні (норма, відхилення від норми, відсутність психологічного здоров'я).

3. Функції (інформативна, оцінна, прогностична, регулятивна, наказова, виховна).

4. Властивості (гуманність, гармонійність, життєздатність, систематичність, цілісність, динамічність, повсякденність, компенсаційність,

вікова мінливість, стійкість, керованість, зумовленість подружніх стосунків).

5. Умови підтримки (мотивація шлюбно-сімейних взаємин, правильне уявлення про роль сім'ї в житті людини, наявність навичок внутрішньосімейної корекції, психологічна, сексуальна сумісність, стійкість подружніх стосунків, соціальна активність сім'ї).

Розглянемо особливості їх прояву.

1. Схожість сімейних цінностей відображає збігання, орієнтаційну єдність поглядів, відносин членів родини до загальнолюдських норм, правил, принципів формування, розвитку й функціонування сім'ї як малої соціальної групи. Нині в динаміці цього показника спостерігають дві тенденції. Перша – поляризація ціннісних орієнтацій серед членів сім'ї, зазвичай батьків і дітей. Друга – деформація сімейних цінностей та поява відмінних від традиційно сформованих цілей, ідеалів, інтересів і переконань членів родини. Кожна з цих тенденцій дестабілізаційно впливає на психологічне здоров'я сім'ї.

2. Функціонально-рольова узгодженість – динамічний показник психологічного здоров'я родини, що відображає рівень розвитку таких соціально-психологічних механізмів внутрішньосімейної взаємодії, як взаєморозуміння, взаємодопомога, взаємодовіра, взаємотерпіння між членами родини. Цей показник передбачає високий ступінь синхронності дій членів сім'ї, самостійно включаючись у реалізацію тієї чи іншої функції внаслідок її доцільності й необхідності для всієї сім'ї. Тісний взаємозв'язок і взаємовплив один на одного надають сімейній системі стабільності та стійкості.

3. Соціально-рольова адекватність обумовлюється рольовою структурою сім'ї, яка в процесі її життєдіяльності стає більш жорсткою, порівняно з більшістю малих груп. Вона відображає рівень реалізації особистих, сімейних очікувань: від кожного члена сім'ї чекають виконання певної ролі (батько – чоловік, лідер, здобувач, опора у важкій ситуації; дружина – турботлива мати, господиня, хранителька домашнього вогнища й ін.; донька, син – помічники батьків, опора в майбутньому, спадкоємець – спадкоємця). Однак при засвоєнні соціального досвіду кожним членом сім'ї як особистістю сьогодні все більше відкривається суперечність між її внутрішньою позицією стосовно приписаної ролі та нормативно схвалюваним зразком поведінки в ній. Під впливом різних факторів сучасного життя все частіше виникають конфлікти між роллю й особистістю, що характеризує зниження рівня розвитку сім'ї. Як наслідок, слабшає здатність родини до корекції індивідуальних дій і придушення дезорганізаційних проявів її членів.

4. Емоційна задоволеність показує характер емоційного прийняття один одного й повагу в родині. Саме найвища ступінь емоційної близькості – «упереджене ставлення» один до одного – становить особливу якість здорової сім'ї. Зрозуміло, що емоційні зв'язки між членами родини опосередковуються їхнього спільною діяльністю, завданнями, які стоять перед усім сімейним колективом. Водночас емоційна задоволеність у родині – найважливіше джерело психологічної розрядки й підтримки всіх її членів. Рейтинг цього показника в психологічному здоров'ї сім'ї визначається багатьма факторами: рівнем освіти батьків, мотивами укладання шлюбу, характером подружніх взаємин, цілями виховання дітей, методами досягнення результату тощо.

5. Адаптивність у сімейних стосунках характеризується здатністю насамперед дорослих членів сім'ї пристосовуватися до соціально-психологічної атмосфери родини після трудового дня.

Сім'я може успішно розв'язувати одне з головних своїх психологічних завдань – емоційну розрядку – лише в тому випадку, коли кожен член родини прагнутиме зберегти в ній традиційний характер міжособистісного спілкування близьких людей, комфортність емоційного стану взаємин.

На адаптивність подружжя в мікросоціальних стосунках істотний вплив мають проблеми, пов'язані із «синдромом згоряння». Будь-яке перевищення норми професійних контактів, що частіше спостерігається в представників професії типу «людина–людина» (лікарі, педагоги, менеджери, міліціонери, священики, громадські діячі, психологи, соціальні працівники й ін.), призводить до комунікативного перенасичення, що супроводжується з часом наростанням дратівливості, втоми, переходом на «силові методи» впливу на оточуючих (частіше дітей або чоловіка, дружину). Здатність члена сім'ї залишити всі ці стани «при входженні в сім'ю» та прийняти її закони життєдіяльності становить важливий показник психологічного здоров'я сім'ї.

6. Спрямованість на сімейне довголіття являє собою постійний потяг до нових сімейних цілей, розумне їх планування й підтримка активності всіх членів сім'ї в їх досягненні. Невід'ємний атрибут будь-якої здорової родини – найближчі перспективні сімейні цілі. У формуванні, виборі способів їх досягнення та передбачуваних результатах відображено потреби, наміри, інтереси, бажання й установки, як правило, кожного члена сім'ї. Задоволеність їх реалізацією – найважливіша умова підтримки активності родини у визначенні нових

рубежів життєдіяльності. У цьому й полягає сенс основних механізмів спрямованості на сімейне довголіття. Зі свого боку, психологічно здорова родина позитивно впливає на позасімейну діяльність її членів (професійну, навчальну тощо), тим самим забезпечуючи «сімейну підзарядку», яку привносять члени родини ззовні.

7. Ідентичність і стабільність сім'ї. Один із засновників сімейної терапії Н. Аккерман увів два поняття – «ідентичність» і «стабільність сім'ї». Сімейну ідентичність він визначав як зміст цінностей, прагнень, експектацій, тривог та проблем адаптації, розділених членами сім'ї або взаємодоповнюючих ними в процесі виконання сімейних ролей [1].

Іншими словами, сімейна ідентичність – це емоційне й когнітивне «Ми» цієї сім'ї. Сімейна ідентичність пов'язана із самосвідомістю особистості та може бути різним ступенем уключення або протиставлення «Я» й «Ми». Стабільність родини, яку точніше було б визначити як «збереження в зміні», припускає збереження ідентичності в часі, контроль над конфліктами та здатність родини до зміни й подальшого розвитку.

Поряд із вищеназваними основними показниками психологічного здоров'я сім'ї наявні й такі, як психолого-педагогічна спроможність або неспроможність родини, адекватний віку членів сім'ї рівень зрілості їхніх взаємин, мобільність до предметно-рефлексивних відносин та ін.

Усі ці елементи психологічного здоров'я відображають стійкі стосовно конкретної родини соціально-психологічні явища, які піддаються управлінню як усередині, так і з боку позасистемних впливів.

Розглянуті показники психологічного здоров'я сім'ї створюють загальний психологічний портрет сучасної родини й, передусім, характеризують ступінь її благополуччя.

2.3. Функціонально-рольова структура сім'ї

Життєдіяльність родини, що безпосередньо пов'язана із задоволенням конкретних потреб її членів, називається *функцією сім'ї*. На думку Н. Я. Соловйова, функцій родини стільки, скільки видів потреб у стійкій, повторюваній формі вона задовольняє [63]. Виконання сім'єю її функцій має значення не тільки для її членів, але й для суспільства в цілому.

Різні автори виділяють різні класифікації функцій родини. Здебільшого зазначають такі, як:

1. *Феліцитологічна функція*, яка полягає в задоволенні людиною потреби в щасті;

2. *Репродуктивна функція*, що полягає у відтворенні населення. У будь-якій родині найважливішою є потреба в дітонародженні. У нинішніх умовах вона пов'язана з часто нерозв'язаним протиріччям. З одного боку, діти – це чинник стабілізації сім'ї, а з іншого – значна кількість певних проблем: від створення умов для життєзабезпечення дітей до деформованих взаємин між подружжям, що складаються з часом.

3. *Виховна функція сім'ї*, яка означає, що задовольняються індивідуальні потреби в батьківстві й материнстві; у контактах із дітьми та їх вихованні. Батьки можуть «реалізуватися» в дітях. У ході реалізації виховної функції сім'я забезпечує соціалізацію підростаючого покоління, підготовку нових членів суспільства.

Зниження багатодітності, падіння народжуваності, відомі симптоми егоїзму за наявності однієї дитини в сім'ї створюють нові проблеми для родини та суспільства й указують на зниження значущості функцій сексуальних взаємин у родині стосовно питань дітонародження.

4. *Регенеративна функція* (латин. *regeneratio* – відродження, поновлення) пов'язана з успадкуванням статусу, прізвища, майна, соціального становища. Сюди ж можна віднести й передачу якихось фамільних коштовностей (зовсім необов'язково буквально розуміти під «коштовностями» ювелірні прикраси, їх можна передати будь-кому сторонньому, а ось таку коштовність, як альбом із фотографіями, чужій людині не передає – тільки своєму, рідному).

5. *Господарсько-побутова функція сім'ї* означає забезпечення потреб членів родини, сприяє збереженню їхнього здоров'я: у процесі реалізації сім'єю цієї функції забезпечується відновлення затрачених у праці фізичних сил.

6. *Емоційна функція сім'ї* – задоволення її членами потреб у симпатії, повазі, визнанні, емоційній підтримці, психологічному захисті. Ця функція забезпечує емоційну стабілізацію членів суспільства, активно сприяє збереженню їхнього психічного здоров'я.

7. *Функція духовного (культурного) спілкування* полягає в спільному проведенні дозвілля, взаємному духовному збагаченні; вона відіграє значну роль у духовному розвитку членів суспільства.

8. *Функція первинного соціального контролю* – забезпечення виконання соціальних норм членами сім'ї, особливо тими, хто внаслідок

різних обставин не володіє повною мірою здатністю самостійно будувати свою поведінку відповідно до соціальних норм.

9. *Сексуально-еротична функція* – задоволення сексуально-еротичних потреб членів сім'ї. Стосовно суспільства важливо, що сім'я при цьому здійснює регулювання сексуально-еротичної поведінки її членів, забезпечуючи біологічне відтворення суспільства.

Із часом відбуваються зміни у функціях родини: одні втрачаються, інші з'являються відповідно до нових соціальних умов. Якісно змінилася функція первинного соціального контролю. Підвищується рівень терплячості до порушення норм поведінки у сфері шлюбно-сімейних відносин. Розлучення перестало розглядатися як покарання за недостойну поведінку в родині.

Порушення функцій сім'ї – це такі особливості її життєдіяльності, які утруднюють чи перешкоджають виконанню родинною її функцій. Сприятливі порушенням може широке коло факторів: особливості особистостей її членів і стосунків між ними, конкретні умови життя сім'ї. Наприклад, причиною порушення виховної функції родини може стати відсутність у батьків відповідних знань і навичок, порушення в їхніх відносинах [34].

Питання про класифікацію, типологію сімей, з одного боку, дуже важливе, оскільки наявність такої класифікації дає можливість людині легше знаходити «собі подібних» у безмежній кількості родини, щоб запозичити досвід організації життя, за аналогією з ними найбільш успішно розв'язувати свої проблеми. Але, з іншого боку, воно досить складне. Тому про строгу типологію сім'ї поки що не може бути мови, але перші класифікації чи спроби диференціації родини в сучасній науці про сім'ю вже здійснюються. Можна розрізняти родини за такими параметрами:

За сімейним стажем подружжя виділяють такі сім'ї:

– **Сім'я молодят.** Це щойно народжена сім'я, сім'я в «медовий період», який триває в різних людей по-різному. Типовим для такої родини є стан ейфорії: у них ще не розвіялися радісні мрії, надії й плани, часто відірвані від реальності. У них ще все попереду, їм усе зрозуміле, у житті для них усе просто. Перші перешкоди, зазвичай, уже помітні, але вони «легко переборюються». Молодята ще впевнені, що удвох із ним (із нею) можуть зробити все.

– **Молода сім'я** – наступна стадія (в одних через півроку-рік, а в інших – значно раніше, якщо «медовий період» скорочується). Це родина, яка стикається з першими, хоча й теоретично відомими, але для

них неочікуваними перешкодами. Тут, подружжя раптом на власному досвіді відкриває, що одного кохання мало, що ще потрібно, щоб у нього (у неї) було більше доброти, поступливості, турботливості, тактовності, щоб він (вона) проявляв належну увагу до її (його) батьків, родичів, близьких. Деякі вчинки чоловіка (дружини) різко ранять, знижують теплоту ставлення до нього (неї), породжують образу в його (її) адресу. З'являються перші негаразди, наміри змінити, переробити його (її), усунути наявні недоліки – починається «притирання характерів», і подружжя все частіше отримує один від одного дрібні, але достатньо болючі «щиглики по самолюбству».

– **Сім'я, яка чекає дитину.** На цей ступінь піднімається молода сім'я, що очікує першу дитину. У цей час зазвичай змінюється дружина, невпізнаним стає і майбутній батько. Це як повернення найпершого періоду залицяння майбутнього подружжя, але вже на новому етапі. Турботливість молодого чоловіка в ставленні до жінки не знає меж. Звичайно, у деяких сім'ях буває й по-іншому, але в більшості родин чоловік робить саме так. І подібне ставлення потрібне в цей час майбутній матері та дитині.

– **Сім'я середнього подружнього віку (від 3-х до 10-ти років спільного проживання).** Це найбільш небезпечний, відповідальний період у житті сім'ї, оскільки саме в ці роки з'являються нудьга, одноманітність, стереотипність у взаєминах подружжя, вибухають конфлікти й на цей період припадає більшість розлучень у нашій державі.

– **Сім'я старшого подружнього віку (10–20 років подружнього стажу).** Морально-психологічне благополуччя подружжя на цьому етапі в більшості випадків залежить від багатства їхніх особистостей, взаємної поступливості, збігання потреб та інтересів.

– **Літні подружні пари.** Ця різновидність сімей виникає після вступу в шлюб їхніх дітей, появи внуків. Подружжя входить у нові для себе ролі бабусь і дідусів, засвоює нові функції в сім'ї. Їхні інтереси все більше переключаються на внуків.

За кількістю дітей виділяють такі різновиди сімей:

– **Бездітні (чи інфортільні) сім'ї,** де протягом 10 років спільного проживання не з'явилася дитина. Їх у нашій державі нараховується приблизно 16 % від загальної кількості сімей. Причому 1 % із них залишається бездітними з медико-біологічних причин, інші – через небажання мати дітей. Кожна третя родина з цієї групи розпадається, найчастіше – за ініціативою чоловіків. Однак це відбувається не

обов'язково через те, що немає дітей, а здебільшого внаслідок дисонансу у відносинах подружжя.

– **Однодітна сім'я.** Таких сімей у містах близько 50 %. Із них розпадається приблизно кожна друга. Але не можна говорити, що це відбувається через те, що в них тільки одна дитина. Скоріше навпаки, сім'я обмежується лише однією дитиною, тому що подружжя переконане чи просто вважає, що жити разом будь-який довготривалий термін вони не зможуть і тому не ризикують заводити другу дитину. Але якщо така сім'я зберігається, то її педагогічні можливості, умови росту й розвитку дитини, зазвичай, не досить благополучні. З однодітної родини нерідко виходять люди, добре розвинені інтелектуально та насичені інформаційно, але досить ущемлені в плані морально-психологічному й комунікативному. Багато психологів і соціологів відзначають у цих людей безвідповідальність, відсутність працелюбства, індивідуалізм та безвольність, а нерідко й егоцентризм, невміння підтримувати нормальні відносини з людьми.

– **Малодітна сім'я (сім'я з однією-двома дітьми).** Стабільність родини з народженням другої дитини, порівняно з однодітною, збільшується, за спостереженнями соціологів, більш ніж у три рази. Якщо в однодітній розводиться кожна друга пара, то тут – лише кожна шоста-сьома.

– **Багатодітна сім'я** – така, у якій троє й більше дітей. У цьому типі сімей розлучення надто рідкі, а якщо іноді трапляються, то лише через економічну чи морально-психологічну неспроможність чоловіка. Це досить природно: адже ця родина із самого початку відрізнялась упевненістю подружжя один в одному, своєму сімейному майбутньому, що й дало їй змогу мати багато дітей. А діти, зі свого боку, здійснювали скріплюючий вплив на сім'ю. Природно, що тут головна заслуга жінки, дружини, матері. Потрібно відзначити, що небагато жінок спроможні зараз на подвиг багатодітного материнства.

За складом сім'ї розрізняють такі її різновиди:

– **Неповна сім'я** – у сім'ї є один із батьків із дітьми, найчастіше – одинока мати. Це відбувається або в результаті смерті одного з подружжя, або в результаті розлучення, але нерідко і в результаті позашлюбного народження дитини, а то й усиновлення одинокою жінкою чужої дитини. Такий тип сім'ї в соціальному плані найменш ефективний. Діти тут досить багато часу проводять поза домом, поки мати на роботі, і 50 % правопорушників – саме вихідці із цих сімей. Водночас діти, які виховуються в цих сім'ях, відрізняються великою

самостійністю, зрозумілістю, чуйністю, емоційністю. Зазвичай, вони раніше починають своє трудове життя.

– **Окрема, проста (чи нуклеарна) сім'я (від слова «нуклеа» – ядро).** Її утворюють подружжя з дітьми або без дітей, які живуть окремо від батьків та інших родичів. Вони володіють повною самостійністю й тому організують своє життя так, як їм самим хочеться (частіше – як складеться). Тут створено найкращі умови для самовираження, прояву здібностей, особистих якостей кожного з подружжя. Однак оскільки серед цих якостей наявні не тільки позитивні, але й негативні, у нуклеарних сім'ях нерідко можна простежити надлишкову нестриманість і самовпевненість, недбалість подружжя в ставленні один до одного. І тому сварки тут за певних умов можуть (які почалися через будь-яку дрібницю) безконтрольно розростись і довести сім'ю до серйозної кризи та навіть розпаду.

– **Складна сім'я (розширена)** складається з представників декількох поколінь. Зараз, за даними соціологічних досліджень, до 70 % молодих подружніх пар віком до двадцяти років проживають у таких родинах. У подібній сім'ї краще налагоджено побут, у молодих, зазвичай, буває більше вільного часу, рідше трапляються великі сварки через різні дрібниці. Тут кожен член родини зазвичай більш уважно ставиться до думок інших членів сім'ї. Сварки, що виникають, зникають за допомогою старших членів родини, які намагаються примирити подружжя.

– **Велика сім'я, що складається з трьох і більше подружніх пар (наприклад батьківська пара та ще декілька дітей зі своїми сім'ями).** Тут у всіх членів сім'ї, як правило, достатньо чітко визначено обов'язки в ставленні до всієї сім'ї, стихійно складається почерговість виконання тих чи інших справ тощо.

За типом керівництва сім'єю розрізняють два основні різновиди сім'ї.

Перша з них – **егалітарна (рівноправна) сім'я.** За даними соціологічних досліджень, таких у нас нараховується 60–80 %. Найбільше вони розповсюджені у великих містах. Розподіл домашніх обов'язків тут здійснюється демократично, залежно від того, у кого та чи інша робота виходить краще, за почуттям відповідальності, обов'язку.

Друга різновидність – **авторитарна сім'я,** заснована на беззаперечному підкоренні одного члена сім'ї іншому. Із загальної кількості родин, за деякими даними, 1/6 частину складають сім'ї матріархального типу, а 1/8 – патріархального. Такі родини часто борються за владу й тому наповнені різноманітними конфліктами, найчастіше – дрібними.

Але серед них трапляються й досить «мирні» сім'ї, коли «підкореного» цілком задовольняє його роль, коли він людина безініціативна, несамостійна, невпевнена в собі. Найбільш стабільними серед авторитарних родин є сім'ї, у яких голова – жінка.

За сімейним побутом, сімейним укладом, спрямованістю сім'ї утворюються залежно від спрямованості особистості подружжя, від того, які цінності в них переважають, порівняно зі всіма іншими. За опитуваннями соціологів, 80–82 % вважають, що найкращі якості сім'янина проявляються насамперед і здебільшого в ставленні до своїх близьких, до членів сім'ї й особливо до дітей. Здоров'я, розвиток, освіта, виховання дітей – у центрі намірів багатьох родин. Сім'ї, у яких домінує подібна орієнтація подружжя, називаються *дітоцентричними*.

Водночас значну частину населення нашої держави складають люди, які вбачають сенс сім'ї у створенні душевного тепла для її членів. Родина дає людям можливість спілкування з рідними, із близькими за духом людьми, моральну й емоційну підтримку, душевний комфорт, утіху в складну хвилину. У такій сім'ї домінують чуйність, довірливість відносин. Тут головну увагу приділяють насамперед душевному комфорту членів родини.

Також виділяють ще такий тип сім'ї, який більше схожий на спортивну команду чи дискусійний клуб, а можливо й на якусь неформальну групу. У членів цієї родини зазвичай достатньо чітко виражена неухважність, зневага до «побутових дрібниць». Тут усім весело, цікаво, немає одноманітності. Це сім'я бівуального типу, її члени багато подорожують. Члени такої родини зазвичай уміють, знають, багато встигають побачити. Вони постійно висувають і обговорюють усе нові плани подорожей, походів.

За однорідністю соціального складу виділяють два типи сім'ї.

Перший тип – *соціально-гомогенні (однорідні) сім'ї*. Таких у нас, за даними соціологічних досліджень, – близько 70 % від загальної їх кількості. У цих родинх і чоловік, і дружина, і їхні батьки належать до однакових прошарків суспільства: наприклад усі вони – робітники чи службовці або люди мистецтва. Приналежність до одного культурно-професійного прошарку забезпечує краще взаєморозуміння між чоловіком та дружиною й між ними та батьками. Тому атмосфера в таких сім'ях спокійна, доброзичлива, управління родинною демократичне, егалітарне й розлучень тут менше. Але й ця ж спільність походження, інтересів, професій, місця роботи інколи не дає змоги людям у сім'ї забути про виробничі проблеми після трудового дня.

Інший тип – *соціально-гетерогенні (різномірні) сім'ї*. Їх нараховується, за даними досліджень, 30 %. Чоловік і дружина мають неоднакову освіту, різні професії, спільних інтересів виробничого плану тут значно менше. Егалітарні відносини трапляються рідше, домінують авторитарні стосунки. Із батьками кожного з подружжя відносини зазвичай складаються по-різному. Водночас тут дуже висока соціальна чи сімейна активність, частіше спостерігається прагнення до самоосвіти подружжя.

За якістю відносин у родині виділяють багато типів, але чіткої різниці між ними не встановлено. Зокрема, виокремлюють сім'ї:

- благополучні, щасливі;
- стійкі;
- проблемні (тут часто немає взаєморозуміння, співробітництва між членами родини й тому нерідко панує холодна психологічна атмосфера, виникають сварки, конфлікти);
- конфліктні, де члени сім'ї не задоволені своїм родинним життям, і тому ці сім'ї нестабільні й педагогічно досить слабкі;
- соціально неблагополучні, у яких культурний рівень подружжя досить низький, поширений алкоголізм. Діти із цих сімей досить часто складають основний контингент тяжковиховуваних, педагогічно запущених підлітків;
- дезорганізовані сім'ї, де процвітає культ сили, домінує почуття страху, кожний член родини живе сам по собі, нормальних людських контактів між ними майже немає. У 90 % цих сімей поведінка дітей зазвичай відхиляється від норми.

За типом споживчої поведінки розрізняють родини:

- із фізичною схильністю, де на першому місці стоять проблеми біологічного існування;
- з інтелектуальним типом поведінки – це сім'ї, які за матеріальним забезпеченням можуть зовсім не відрізнятися від першого типу родини, але їхні члени частіше надають перевагу хорошій книзі, ніж смачній страві чи якійсь престижній речі з одягу;
- змішаний тип сім'ї – найбільш розповсюджений, у ньому гармонійно поєднуються інтереси, потреби матеріальні й навіть фізіологічні з інтересами духовними, культурними. У всякому разі не спостерігається будь-якого явного домінування одних над іншими [11; 34]. Звичайно, наведений перелік не вичерпує всіх різновидів сім'ї.

2.4. Життєвий цикл родини

Обговорюючи поняття сім'ї, потрібно розглянути також періодизацію етапів її розвитку. Найчастіше вона заснована на зміні місця дітей у сімейній структурі. Наприклад, Р. Нойберт виділяє етапи життя удвох, життя після народження дітей, виховання дітей старшого шкільного віку, відділення дітей від батьків і виховання онуків. А. Баркай називає родину без дітей; сім'ї з малими дітьми; із дітьми, які відвідують дитячий садок; родину школяра; сім'ю, у якій діти частково незалежні від батьків; родину, яку залишили діти [81].

С. Кратохвіл також указує, що в житті сім'ї є свої критичні періоди, і відносить до них 4–6 та 17–25 років спільного життя. Ці повторювані періоди сімейних криз досить легко пов'язати зі змінами функцій сім'ї й відповідними їм змінами в її структурі. Зазвичай такі зміни викликають більші або менші труднощі. П. Босс називає їх нормативними стресорами, тобто труднощами, які відчуває більшість сімей. Він указує, що на початковому етапі розвитку родини виникають труднощі взаємного пристосування, спілкування з родичами, а на наступних етапах – труднощі організації побуту й виховання дітей. Уточнюючи та розширюючи перелік нормативних стресорів, можна було б виділити характерні для кожного етапу розвитку сім'ї труднощі й таким чином наблизитися до розуміння змісту етапів. Деякі відомості про них дає статистика причин розлучень. Наприклад, З. Розенталь пише, що 8 % розлучених молодих людей (тривалість шлюбу 0–2 роки) мотивували розлучення втручанням у їхнє життя батьків, а серед тих, котрі прожили разом п'ять і більше років, таких було лише 0,6 %. Про своєрідність подальшого розвитку сім'ї свідчить і те, що конфлікти через емоційні відносини ніби витісняють конфлікти через виховання дітей. Так, за даними М. Джеймса, на 5–10-му році шлюбу найбільше розбіжностей між подружжям виникає через різне ставлення до виховання дітей. На подальших етапах розвитку родини знову з'являються своєрідні причини її нестабільності, серед яких важливе місце займає уявлення про те, що неможливо відродити подружні стосунки. Так, В. А. Сисенко вказує, що після 25 років подружнього життя зростає число розлучень, які мотивуються пияцтвом чоловіка (зрозуміло, що дуже рідко чоловік, котрий раніше не зловживав спиртним, починає це робити в 50–60 років) або фактичним створенням іншої родини (так само зрозуміло, що стосунки, які характеризуються як інша родина, виникають помітно раніше, ніж юридично припиняється функціонування попереднього шлюбу) [11; 24; 38; 68].

В. Сатир відзначає, що в міру зростання кожного члена сімейного колективу родина повинна пройти певні етапи, які супроводжуються кризою й підвищеною тривожністю, тому вимагають підготовчого періоду та подальшого перерозподілу сил:

- перша криза: зачаття, вагітність і народження дитини;
- друга криза: початок освоєння дитиною людської мови;
- третя криза: дитина налагоджує відносини із зовнішнім середовищем, найчастіше це відбувається в школі. У сім'ю проникають елементи іншого, шкільного світу, нового як для батьків, так і для самих дітей. Учителі зазвичай відіграють ті самі ролі у вихованні, що й батьки. Це, зі свого боку, вимагає адаптації із боку як дітей, так і батьків;
- четверта криза: дитина вступає в підлітковий вік.
- п'ята криза: дитина стає дорослою та залишає будинок у пошуках незалежності й самостійності. Ця криза часто відчувається батьками як утрата;
- шоста криза: молоді люди одружуються й у сім'ю входять невістки та зяті;
- сьома криза: поява клімаксу в житті жінки;
- восьма криза: зменшення сексуальної активності в чоловіків. Це проблема не фізіологічна, а психологічна;
- дев'ята криза: батьки стають бабусями й дідусями. На цьому етапі їх чекає багато радощів і проблем;
- десята криза: умирає один із подружжя, а потім і другий.

Коли три або чотири таких кризи відбуваються одночасно, то життя стає складнішим і тривожнішим, ніж зазвичай. В. Сатир підкреслює, що це природні кризи, пережиті більшістю людей [61].

Можливе виокремлення певних етапів розвитку сім'ї за відповідними їм завданнями.

У сучасній вітчизняній психології відома періодизація Е. К. Васильєвої, яка виділяє п'ять стадій життєвого циклу сім'ї:

- 1) зародження сім'ї до народження дитини;
- 2) народження й виховання дітей;
- 3) закінчення виконання родиною виховних функцій;
- 4) діти живуть із батьками, й хоча б один не має власної родини;
- 5) подружжя живе саме або із дітьми, котрі мають власні родини.

Е. К. Васильєва також виходить із того, що на кожній стадії розв'язуються свої, властиві тільки для цього періоду завдання, а відповідно, і характеристика кожного періоду досить специфічна.

У закордонній психології поширена періодизація життєвого циклу сім'ї Р. Хілла. Він виокремлює:

- стадію монади;
- стадію вступу в шлюб;
- стадію народження дитини;
- стадію проживання з дитиною до підліткового віку;
- стадію «вильоту дітей із гнізда»;
- стадію смерті одного з подружжя;
- знову стадію монади [11; 34].

Виявляється, що родини, які живуть у різних соціоекономічних умовах, за деякими параметрами свого розвитку схожі. Поясненням цього явища може бути вплив особистості на сім'ю й родини на особистість. На це звертають увагу Дороті та Рафаель Беквари, на думку яких, існують деякі загальні моменти в розвитку сім'ї й особистості в родині. Вони зазначають, що особистість у родині проходить такі етапи розвитку: незаручена особа; шлюб; народження; батько – дошкільника, молодшого школяра, підлітка, юнака; людина середнього віку; старець. А родина має такі етапи розвитку: шлюб (перший-другий рік спільного життя), ранній період сім'ї (2–10 років), середній (10–25 років), тривалий період (25 і більше років). Перша з пропонованих періодизацій легко переноситься в будь-який соціальний контекст, друга не всюди буде емпірично достатньо обґрунтованою. Але Дороті й Рафаель Бекварі пропонують і загальний принцип періодизації розвитку особистості в родині та розвитку сім'ї. Ним можна вважати емоційний розвиток та завдання діяльності, без розв'язання яких неможливо перейти на новий етап розвитку [11; 58].

Однак наведені вище періодизації мають відмінні риси, до яких для сучасної сім'ї можна віднести:

1) відсутність сепарації й сегрегації в дитячо-батьківських відносинах;

2) майже неминучий феномен групового тиску на нового члена сім'ї. На стадії зародження родини актуальні проблеми початкового сімейного досвіду та визначення членів сім'ї в координатах «свій–чужий». Зазвичай, молода родина починає своє існування на території однієї з батьківських сімей, отже, супроводжується приходом у батьківську родину нового члена. Для батьків один із молодого подружжя «свій», інший – «чужий». Проживання на «чужій» території може супроводжуватися втручанням батьків у сімейні справи молодих;

3) потенційна можливість переростання міжособистісного конфлікту в міжгруповий (міжсімейний).

На думку Л. Б. Шнейдер, найбільш зручною для розв'язання прикладних завдань психології сімейних взаємин є періодизація життєвого циклу сім'ї М. Еріксона. Згідно з нею виділяються:

- період залицяння;
- шлюб і його наслідки (шлюбна поведінка);
- народження дитини й взаємодія з нею;
- зріла стадія шлюбу;
- відлучення дитини від батьків;
- пенсія та старість.

Розглянемо деякі стадії життєвого циклу (період залицяння, родина молодят, сім'я в літньому віці) детальніше [81].

Період залицяння

Психологічне завдання дошлюбного періоду, яке розв'язує кожна молода людина, полягає в необхідності фактично відокремити себе від батьківської сім'ї й водночас продовжувати залишатися пов'язаним із нею.

У деяких культурах проблема такого протистояння розв'язується ується таким чином, що батьки самі вибирають шлюбного партнера своєму чаду.

У міру підбору партнерів батьки стають найважливішим чинником у процесі прийняття рішення про шлюб. У цьому сенсі можна говорити не про два, а три фактори, що впливають на період залицяння в людини. Сучасна міська людина дуже залежить у шлюбному питанні від думки батьків. Навіть вибір на зло батькам – це залежний вибір. Відомий також вибір «усією сім'єю», що здебільшого можна трактувати як «невротичний» вибір партнера.

Розглянемо особливості дошлюбного періоду. У психології сімейних взаємин прийнято виділяти дошлюбний і передшлюбний періоди. До особливостей дошлюбного періоду відносять весь життєвий сценарій людини від народження до шлюбу. До передшлюбного періоду відносять взаємодію зі шлюбним партнером до шлюбу. У передшлюбному періоді виокремлюють передшлюбне знайомство й передшлюбне залицяння.

Більшість знайомств відбувається в обстановці, віддаленій від реальності (у місцях дозвілля, відпочинку, вуличні знайомства). Такі ситуації переважно супроводжуються «ефектом ореолу». Здебільшого

молоді люди прагнуть виглядати краще. Це справедливо як щодо зовнішнього вигляду, так і розповіді про себе й міркувань про життя. У таких умовах відбувається спілкування «масок», які кожен одягає на себе. Аналіз шлюбних оголошень підтверджує, що лише 2 % з них містять натяки на деякі недоліки.

Ідеальних або нормативних якостей для вступу в шлюб не виділено. Відомо, що в успішному шлюбі можуть жити і жадібні, і обмежені люди, і дуже освічені, і цікаві. Однак проведені у вітчизняній психології дослідження дали змогу відзначити сприятливі якості для вступу в шлюб. Позитивними якостями позначаємо властивості, наявність яких підвищує ймовірність успішного шлюбу.

До них відносять (як для чоловіків, так і для жінок) такі якості, як:

- оптимізм й емоційна жвавість;
- старанність;
- здатність виконувати підлеглі ролі при збереженні власних суджень;

– доброзичливість і співчуття;

– уміння поводитися з грошима.

Окремо описують якості чоловіків, сприятливі для вступу в шлюб:

- уміння брати на себе відповідальність;
- здатність отримувати задоволення, ведучи за собою інших;
- упевненість у собі;
- турбота про підтримку рівності в спілкуванні;
- уміння помічати деталі.

Окремо описують якості жінок, сприятливі для вступу в шлюб:

- спроможність до емоційної підтримки;
- здатність отримувати задоволення від допомоги іншим;
- спокійне ставлення до порад (чоловіка, свекрухи);
- відсутність тенденції до суперництва;
- відсутність зайвої романтичності.

Передшлюбний період дуже важливий для розуміння всієї специфіки психології сімейних взаємин. Подружжя не є кровними родичами, вони стають «родичами» за вибором. У цьому сенсі потрібно в передшлюбний період багато сил витратити на цей вибір, а згодом докладати чимало психологічних зусиль для його збереження.

Повертаючись до передшлюбного періоду, проаналізуємо його функції. До них відносять:

- 1) накопичення спільних переживань і вражень;

2) пізнавання один одного, уточнення й перевірку прийнятого рішення. Така перевірка інформативна, якщо вона стосувалася домашніх ситуацій, ситуацій переживання спільних труднощів і ситуації об'єднання зусиль. По суті, ідеться про передшлюбне «експериментування», у процесі якого перевіряється функціонально-рольова відповідність партнерів. Історично місце такого експерименту в передшлюбних стосунках відоме як заручини. На жаль, нині таке явище на старті сімейного життя відсутнє. Йому на зміну прийшло передшлюбне співжиття, що недостатньо інформативно. Молоді люди несвідомо перевіряють свої сексуальні сценарії. Однак сексуальна сумісність не перевіряється, а формується. У цьому плані інтимна «удача» до шлюбу не є індикатором успішного сімейного життя, у тому числі й у сексуальному варіанті;

3) проектування спільного життя. У його рамках молоді люди моделюють майбутнє спільне життя, укладають своєрідний «шлюбний договір». Ключовим моментом тут виступають довіра один до одного й вербалізація своїх очікувань.

Психологічні умови оптимізації передшлюбного періоду включають:

- рефлексію мотивів, взаємин і почуттів, як своїх власних, так і партнера;

- заміну емоційного образу обранця на реалістичний;

- здійснення передшлюбного інформаційного обміну, який передбачає з'ясування деталей біографії та інформування про минуле особисте життя, стан здоров'я, здатності до дітородіння, про ціннісні орієнтації й життєві плани, про уявлення шлюбу та рольових очікувань. У процесі передшлюбного інформаційного обміну складаються докладні психологічні портрети молодих людей, особливості батьківських сімей (склад, структура, характер взаємин батьків, дитячо-батьківських родин). Безумовно, збір інформації не повинен перетворюватися на допит і слідчі дії. Ідеться про взаємне саморозкриття й довіру один до одного, коли хочеться розповісти про себе, поділитися своєю історією, думками, почуттями, мріями. Довіра породжує довіру, приховування інформації або приховані очікування можуть обернутися в шлюбі джерелами складних проблем. Характер передшлюбних стосунків, звичайно, переноситься в сімейне життя:

- оцінка стилю спілкування та взаємодії (чи влаштовує?);

- адекватизація рівня домагань;

- реалістичне сприйняття партнера й прийняття його;

– уявне та реальне програвання сценаріїв спільного життя.

Вивчення передшлюбних взаємин послужило підставою для виділення дошлюбних факторів ризику. До них відносять:

– ранній вік наречених (на думку низки вітчизняних науковців, для чоловіка – до 20 років, для жінки – до 18), оскільки він продукує різноманіття перцептивних помилок і спотворень;

– пізній вік (на Заході таким віком є для чоловіка 40–45 років, для жінок 30–35; в Україні, Росії для чоловіка – 30–32 роки, для жінки – 25–27);

– перевищення віку дружини відповідно до віку чоловіка;

– наявність у дружини вищої освіти;

– міське походження;

– гетерогенність статусу;

– соціально-демографічну різницю в походженні;

– відсутність братів і сестер у дружини;

– відсутність сестер у чоловіка;

– нестійкість стосунків до шлюбу;

– негативне ставлення батьків до шлюбу;

– дуже короткий або занадто тривалий період знайомства;

– дошлюбну вагітність;

– наявність друзів протилежної статі в одного з майбутнього подружжя.

Крім цих, виділяють групу позитивних факторів, вплив яких підвищує ймовірність успішних і гармонійних стосунків у шлюбі та які в цілому розцінюються як прогностично-сприятливі. До них належать:

1) вища освіта в чоловіка;

2) оптимальна тривалість передшлюбних взаємин (від одного до трьох років);

3) «теплі» ставлення до шлюбу;

4) схожі риси характеру (крім домінування й суперництва);

5) наявність рольових очікувань і їх схожість та узгодженість;

6) наявність спільних друзів майбутньої сімейної пари;

7) згода батьків на шлюб і їхня позитивна оцінка можливого союзу [81].

Молода сім'я, її завдання й особливості

Кажучи про етапи розвитку молодої сім'ї, варто більш докладно зупинитися на тих завданнях, які повинні розв'язувати молоде подружжя.

Крім того, потрібно проаналізувати труднощі, із якими стикаються майбутні молодята, потім – молоді подружжя, а в подальшому – молода сім'я з немовлям.

Психологічна суть шлюбу – підтвердження взаємин у парі, їх уключення й узгодження з іншими стосунками, які вже підтримує майбутнє подружжя. Таке узгодження не завжди протікає легко. Іноді до нього не готове майбутнє подружжя, іноді оточення може не схвалювати або чинити опір шлюбу. Тому навіть у тих випадках, коли завдання вибору шлюбного партнера розв'язане, у пари можуть виникнути серйозні труднощі.

Серед характерних у цій ситуації труднощів – незгода батьків. Її причини не завжди усвідомлюються, але часто мають реальну основу. Більшість батьків бажають, щоб шлюб їхніх дітей був удалим, тому не схвалюють, на їхню думку, необдуманого та поспішного рішення вступу в шлюб. Отже, вони піклуються про стабільність майбутньої сім'ї, про її здатність виконувати всі сімейні функції. Такій поведінці батьків відповідає одна з громадських функцій сім'ї – контроль за поведінкою дітей. Але точно оцінити обґрунтованість рішення дітей вступити в шлюб досить важко. Тому можливі помилки в оцінці цього рішення. Помилки вибору шлюбного партнера, опору батьків шлюбові дітей могли б успішно долатися в процесі обговорення перспектив майбутньої сім'ї. Але нерідко діти поспішають укласти шлюб, а батьки, замість обговорення, висловлюють слабоаргументовану категоричну незгоду, що ускладнює відносини молодят і близьких їм людей. А якщо молода пара емоційно або матеріально дуже залежна від батьків, нелегко врегулювати складні, іноді конфліктні відносини.

Психологічна залежність молодих людей від батьків проявляється в спробах керуватись установками батьків, а не своїми потребами й рішеннями, прагненням створити свою, незалежну від батьківської сім'ю. Ця залежність дітей підтримує почуття небезпеки батьків, що штовхає їх постійно контролювати дітей і чинити опір (часто не повністю усвідомивши мотиви опору) їхній самостійності. Контроль підсилює та ускладнює психологічні проблеми дорослих дітей, зокрема властиве багатьом молодим людям протиріччя в прагненні до автономії, бажанні користуватись опікою в одних сферах сімейного життя й бути самостійними в інших.

Ця суперечність чітко проявляється стосовно молоді та молодого подружжя до матеріальної допомоги з боку батьків. За даними одного з опитувань абітурієнтів, близько 30 % юнаків і 45 % дівчат дотримуються

думки, що молодим подружжям зовсім не потрібна допомога старшого покоління у вирішенні питань спілкування в молодій родині. Але за таку ж повну матеріальну незалежність молодій сім'ї від батьків висловилося тільки 10 % опитаних [52; 77].

Отже, початкова, наявна до укладення шлюбу установка передбачає і допомогу, і невтручання з боку батьків у життя молодій сім'ї. Зрозуміло, що реалізація подібної установки проблематична.

Матеріальна та емоційна залежність багатьох молодих сімей указує на необхідність досягнення самостійності, відповідальності, автономії, тобто зрілості. Тут слід зазначити, що психологічна зрілість досягається важче, ніж матеріальна. Молодята часто не мають достатнього досвіду застосування спільних рішень. Крім того, при діловому обговоренні конкретних сімейних питань нерідко з'ясовується, що для прийняття рішень молодим подружжям вистачало інформації та чіткого розуміння своїх інтересів, але узгоджено діяти вони не могли, оскільки не прагнули до взаєморозуміння, пробували проблему розв'язати не спільно, а один за іншого. Також нерідко з'ясовується, що «невміння» знайти рішення спирається на егоцентричне уявлення про сім'ю, небажання відмовитися від деяких привілеїв чи інтересів.

Початок сімейного життя, «медовий місяць» – особливо приємний, за спільним налаштуванням, етап розвитку сім'ї. Такою ж установкою керується й більшість молодят. Але протягом цього етапу змінюється інтенсивність почуттів подружжя, устанавлюється просторова та психологічна дистанція між молодятами і їхніми генетичними сім'ями тощо. Зрозуміло, що ці завдання не завжди розв'язуються «гладко». Це виявляється в тому факті, що близько 2 % шлюбів розпадаються, проіснувавши менше року [35]. Незначна частина таких розлучень припадає на перші тижні шлюбу. Основна їх причина – нова, негативна інформація про шлюб.

Близько половини «швидких» розлучень пов'язані з обманом, а інша половина – із недостатнім знанням майбутнього партнера й/або його сім'ї. Ця причина обумовлює помітну частину труднощів, що виникають у перші місяці сімейного життя.

У багатьох сім'ях у перший рік після укладення шлюбу народжується дитина. Це змінює ролі подружжя, їм доводиться пристосовуватися до нового способу життя, до збільшення психічних і фізичних навантажень, обмеженням спільного дозвілля тощо. Якщо всі ці та інші не вказані завдання доводиться швидко розв'язувати, а до них ще додаються невирішені проблеми з колишніх етапів розвитку сім'ї, то

сама ситуація, що вимагає швидкої зміни сімейних відносин, стає стресором.

Указаний сімейний конфлікт ілюструє одну з типових схем кризи молоді сім'ї. Такій кризі властива відсутність одного руйнівного для родини фактора. Побутові труднощі, розбіжності з найближчими родичами, незадоволеність інтимними стосунками й ін. окремо можуть бути прийняті, але їх сукупність перевищує можливості подружжя опиратися стресу.

Слід зазначити, що схожі кризи в деякій частині молодих сімей ніби заплановані. За даними вже згаданих опитувань, 21 % майбутніх молодят і 19,6 % молодих подружніх пар серед мотивів, які спонукали їх укласти шлюб, указали на вагітність. Очевидно, що дошлюбна вагітність не є безумовною причиною майбутньої сімейної кризи. Найчастіше вона тільки підштовхує до юридичного підтвердження постійного інтимного та психологічного зв'язку. Але вона може підштовхнути до цього й ті пари, які недостатньо підготовлені до прийняття сімейних прав та обов'язків. Крім того, такі пари нерідко не підготовлені до шлюбу. Психологічно найбільш проблемною стає ситуація вагітності після короткочасного знайомства.

Несприятливі тенденції розвитку подружніх відносин та їх передумови в якихось випадках руйнують сім'ю, в інших сприяють великій диференціації батьківських і материнських обов'язків.

До народження дитини обоє мають схожі можливості працювати, учитися, спілкуватися з близькими та друзями. Після народження дитини навіть дуже допомагаючий батько й далі працює, зустрічається з друзями, а дружина деякий час в основному піклується тільки про дитину. Крім того, народження дитини ніби пропонує молодим батькам нові можливості спілкування та співпраці й звужує вже наявні. Ось це створює передумови як для сприятливого, так і для несприятливого розвитку сім'ї. Реалізація цих передумов залежить від багатьох факторів, серед яких особливо впливовим стає наявний досвід спілкування подружжя. Якщо вони навчилися враховувати інтереси один одного, розуміти почуття, спільно розв'язувати завдання, що виникали перед сім'єю, то народження дитини найчастіше зміцнює сімейні зв'язки. Подружжя й далі діляться своїми переживаннями та таким чином розширюють інтереси один одного, повідомляють один одному емоційну й ділову інформацію в досить різних сферах діяльності. У такому випадку розподіл ролей подружжя не слабшає, а підсилює спільність сім'ї.

Узагальнюючи описані тенденції, можна виділити деякі більш загальні моменти. Найважливіший із них – це позитивне ставлення молодого подружжя один до одного. Багато з них цікавляться почуттями один одного, розуміють, що є перспектива вдосконалювати свої відносини. На цьому сприятливому тлі навіть значні розбіжності зазвичай проявляються тільки в якійсь одній сфері життєдіяльності сім'ї, торкаючись тільки однієї з її функцій. Тому молодята, які конфліктують, наприклад, за побут, можуть бути задоволені загальним дозвіллям, інтимними стосунками тощо. Це обставина помітно відрізняє молоді сім'ї, від разом проживаючих тривалий час сімей, у яких конфлікт найчастіше поширюється на більшість або всі сфери сімейного життя. Отримавши можливість «паузи» в конфлікті, молоді сім'ї нерідко самостійно знаходять прийнятні для себе рішення, зберігають і покращують сімейні відносини.

Літня людина й сім'я

На сучасному етапі розвитку суспільства нараховується найбільша кількість людей похилого та літнього віку, порівняно з попередніми епохами. Їх чисельність перевищує кількість усього населення планети в XVII ст. За даними ООН, у 1950 р. у світі було 214 млн людей старших 60 років, у 2000 р. – 590 млн, а у 2025 р. прогнозується 1100 млн, тобто кількість літніх людей зросте за ці роки в п'ять разів, тоді як населення планети за цей час збільшиться лише в три рази. У зв'язку з цим учені говорять про «старіння» суспільства [58]. Поряд із цим у нашій країні існує складна економічна ситуація, збільшилася втрата робочих місць, знизився життєвий рівень, категорія літніх людей потрапила ніби на «узбіччя» життя.

Незважаючи на відносне різноманіття конкретних підходів до періодизації психологічного старіння в літньому віці, більш-менш загально визнаним є виділення серйозної нормативної кризи 55–65 років. Зміна соціального статусу й внутрішньої позиції людини, установа ставлення до свого життя – головний зміст цієї кризи. Як і будь-яка вікова психологічна криза, у кризі похилого віку є негативні та позитивні моменти. До негативних належать зміна способу життя, утрата безлічі соціальних зв'язків, погіршення здоров'я, зниження соціальних й особистісних домагань, зміна психологічного функціонування та ін. До позитивних, творчих моментів відносимо те, що практично всі психологи, які досліджують вікові особливості особистості, вважають, що класичний образ «психічної скам'янілості» не годиться для

правильного розуміння літнього віку. Свідомість людини та її психіка мають системну будову. Зміна (зокрема погіршення) одних психологічних функцій може бути успішно компенсована за рахунок інших психологічних функцій. Криза і є свідченням того, що суб'єкт в умовах, які змінилися стосовно психофізіологічних можливостей організму, стану здоров'я, вичерпаної мотивації досягнень та іншого, виявляється готовим до зміни способу життя й внутрішньої позиції та ставлення до життя. Вихід на пенсію лише формально узаконює ці зміни, робить їх, так би мовити, неминучими, оскільки самостійно прийняте рішення про вихід на пенсію є завжди рішенням розвивального суб'єкта [58].

Вважається, що до моменту настання пенсійного віку більшість людей досягає максимально можливих для них освітнього, професійно-кваліфікаційного, посадового й матеріального рівнів. Результатом цього є вихід на пенсію. У теорії «звільнення від справ» або «роз'єднання» У. Генрі та Е. Каммінга вихід на пенсію розглядається таким чином. Роз'єднання полягає в розриві між особистістю й суспільством, зменшення її енергії та погіршення якості тих соціальних зв'язків, які ще зберігаються між нею й суспільством. Роз'єднання може проявлятися як в ослабленні соціальних контактів і специфічному відстороненні більш молодих поколінь та суспільства в цілому від літніх людей, так і у виході на пенсію й пов'язаною з цим утратою соціального статусу, зменшенням інформації, яку забезпечував цей статус, спаду комунікабельності. Водночас роз'єднання проявляється в психологічній сфері: змінюється мотивація, інтереси, звужується коло, зосереджуючись при цьому на внутрішньому світі особистості. Залежно від рівня психічної енергії У. Генрі виділив три групи літніх людей. Два енергійних типи – це ті, хто або продовжує виконувати свою колишню соціальну роль, працюючи на виробництві, або веде життя на пенсії, наповнене активним дозвіллям, любительськими заняттями, громадською діяльністю. Пасивна група – це люди з низьким рівнем психічної енергії, які не зайняті ні на виробництві, ні за її межами, а занурені у світ своїх особистих проблем і переживань [58].

Припинення роботи супроводжується в багатьох літніх людей зміною способу життя, розривом звичних зв'язків, новим ставленням із боку оточуючих, звуженням та відпадинням одних можливостей, розширенням і появою інших. Набагато повільніше змінюється структура особистості, що в цьому віці, як правило, характеризується більшою стійкістю. Унаслідок такого «відставання» адаптація пенсіонерів до нових умов, засвоєння ними нових соціальних ролей не

можливі, а період «перебудови», як його називають геронтологи, вимагає більшої кількості часу. Вихід на пенсію, що означає, передусім, утрату колишнього становища, погіршення стану здоров'я й зниження активної діяльності, може призвести до порушення сформованого динамічного стереотипу особистості. У зв'язку з цим явищем уживається поняття «пенсійна хвороба», яка пояснюється тим, що протягом усього життя людина звикла працювати, знаходити в праці задоволення, після виходу на пенсію обтяжується своїм новим становищем [5;11].

Вихід на пенсію – складна, багатопланова соціальна подія й соціальний процес. Він складається з етапу підготовки до залишення роботи, етапу прийняття безпосереднього рішення про припинення трудової діяльності та етапу адаптації до нових соціальних ролей. Вихід на пенсію – це важлива подія не тільки для людини, але й для оточуючих його осіб. Процес адаптації людини до нового положення протікає двояко. З одного боку, людина пристосовується до свого соціального мікрооточення, з іншого – останнє теж пристосовується до його нового соціального стану, ролі. С. Д. Шапіро відзначає, що жінки частіше задоволені виходом на пенсію, ніж чоловіки, оскільки чоловіки стикаються з більш радикальними змінами у своєму житті й, отже, їх адаптація проходить важче. Жінки більше підготовлені до переходу на становище пенсіонерів. Це, можливо, пов'язано зі зміною ступеня участі в домашньому господарстві: для жінок це лише збільшення обсягу раніше виконуваних функцій, а більшості чоловіків уперше доводиться освоювати нові для них ролі в родині [81].

Отже, пенсіонер – активний, діяльнісний суб'єкт, реальна особистість, носій і виразник певних інтересів, соціальних орієнтацій, прагнень та потреб, тобто соціально вмотивований суб'єкт.

С. Д. Шапіро виокремив такі ціннісні орієнтації в літніх людей:

- 1) робота на виробництві;
- 2) корисність людям, суспільству;
- 3) громадська робота;
- 4) свідомість виконуваного боргу;
- 5) спілкування з людьми;
- 6) сім'я, діти;
- 7) онуки;
- 8) повага, авторитет, турбота оточуючих;
- 9) матеріальне забезпечення;
- 10) гарне здоров'я;

- 11) активність, цікаве дозвілля;
- 12) спокій, відпочинок;
- 13) незалежність від навколишніх.

Отже, ціннісні орієнтації літніх людей відображають нарізно-манітніші потреби, які можуть бути представлені у вигляді трьох груп:

1) соціальні потреби (полягають у значущій діяльності, змістовному дозвіллі, спокійному відпочинку, гарних матеріальних і побутових умовах);

2) соціально-психологічні потреби (виражені в міжособистісному спілкуванні, престижі, незалежності, чуйному, дбайливому ставленні оточуючих);

3) потреба в збереженні здоров'я.

Специфічними для літнього віку є орієнтації на повне звільнення від справ та орієнтація на внуки. Джерело задоволення для людей цього віку – не лише їхнє власне благополуччя, моральне й матеріальне, але й благополуччя та успішність родини, близьких людей.

Найбільш значущими цінностями для літніх людей є, по-перше, сім'я та діти; по-друге, спокій і відпочинок; по-третє, гарне здоров'я; по-четверте, робота на виробництві; по-п'яте, корисність людям; по-шосте, матеріальне забезпечення; по-сьоме, активне, цікаве дозвілля [81].

Польський соціолог Е. Піотровський відзначає, що хоча поняття «літній вік» і пов'язано з біологічними змінами, але воно, по суті, визначається соціально-культурними ознаками. Хронологічні визначення старості слід розглядати як чисто операціональні. Образ старої людини, побутуючий у традиційних уявленнях, не відповідає думці так званих старих людей про самих себе. За даними досліджень, проведених Е. Піотровським, С. Д. Шапіро, лише незначна кількість людей, старших 65 років, вважають себе людьми літнього віку, а близько 25 % опитаних стверджують, що вони в розквіті сил, або відносять себе до середнього віку.

Із погляду гуманістичної психології, найважливіша умова самореалізації, особистісного зростання й психічного здоров'я в будь-якому віці – це позитивне сприйняття людиною себе, що є можливим тільки при безумовному позитивному прийнятті з боку інших значущих. Вочевидь, для осіб літнього віку позитивне сприйняття себе пов'язане з безумовним позитивним прийняттям свого життєвого шляху (сім'ї, професії, дозвілля, життєвих цінностей та ін.). Для більшості літніх людей практично вичерпані можливості будь-яких серйозних змін

життєвого шляху. Літня людина продовжує безкінечно працювати зі своїм життєвим шляхом в ідеальному плані, внутрішньо [58].

В епігенетичній теорії Е. Еріксона [30] розглянуто формування его-ідентичності, яке відбувається протягом усього життя людини. Остання психосоціальна стадія (від 65 років і до смерті) завершує життя людини. Це час, коли люди оглядаються назад і переглядають свої життєві рішення, згадують про досягнення й невдачі. У цей час фокус уваги людини зрушується від турбот про майбутнє до минулого досвіду. Тільки в людині, котра певним чином піклується про людей та речі, що її оточують, і пристосувалася до успіхів та розчарувань, невід'ємних від життя, поступово дозріває цілісність особистості [63].

На протилежному полюсі перебувають люди, які ставляться до свого життя як до низки нереалізованих можливостей і помилок. Недолік або відсутність цілісності проявляється в цих людей у прихованому страхі смерті, відчутті постійної нещасливості й занепокоєння тим, що «ще може статися». Еріксон виділяє два превалюючих типи настрою в роздратованих та обурених літніх людей: співчуття про те, що життя не можна прожити заново, і заперечення власних недоліків та дефектів за допомогою їх проектування на зовнішній світ [11].

У сучасному, переважно технократичному, постійно стурбованому прогресом і збільшенням прибутків суспільстві старіння розглядається як процес перетворення в щось непотрібне, негідне, марне. Це, зокрема, спостерігається в зростаючому взаємному відчуженні поколінь. Причина цього – розпад сім'ї. Життя в «Я» стало важливішим, ніж життя в «Ми». Раніше молоді, допомагаючи літнім людям і перебуваючи з ними в більш тісному контакті, були внутрішньо причетні не лише до їхніх слабкостей і хвороб, а й до багатства їхнього досвіду, сили почуттів. Нинішні покоління живуть набагато віддаленіше й ізольованіше. До тілесного та духовного відчуження додалося також соціальне.

На останніх етапах життєвого циклу індивіда винятково велику роль відіграє родина. Вона становить для літньої людини найближче соціальне оточення й має позитивний і негативний вплив на її адаптацію до нових, після виходу на пенсію, умов життя. Сім'я – найважливіше джерело повсякденної допомоги, саме вона найбільш підтримує літніх людей і соціально, і психічно.

Для більшості осіб прямі батьківські обов'язки (якщо, звичайно, вони в них були) припиняються в пізній дорослості. У середньому, за даними Г. Крайга, літні подружні пари повідомляють про більшу

задоволеність шлюбом після того, як їхні дорослі діти починають жити окремо. Спочатку можуть виникати деякі складнощі, тому що, коли не відволікають діти, людям потрібно заново навчитися жити удвох. Але більшість пар, які виростили дітей і зберегли шлюб, стверджують, що мають меншу напругу й сильніше почуття задоволеності та гармонії. Крім того, пари, які повідомляють при опитуваннях про задоволеність, що перевищує середній рівень, часто говорять, що шлюб став займати більш важливе місце в їхньому емоційному житті. Він став для них джерелом комфорту, підтримки та душевної близькості [63].

«Чуттєве зближення» між подружжям у літньому віці може бути дуже сильним. Йозеф Зеленка ділиться своїми спостереженнями: «Вона стояла перед дзеркалом, маленька, сильна, негарна. Нове пальто спускалося їй до голінок (щиколоток), з рукавів стирчали тільки кінчики пальців. Вона виглядала невпевненою і дуже вразливою. “Тобі личить, – повторив вже кілька разів дідок, обходячи її колом. Він обережно виправив складку, зняв невидиму пушинку з плеча. Трохи його підшити, – порадив він, – і буде дуже добре...” Дзеркало привернуло високу цікаву блондинку. Вона приміряла на себе костюми різних кольорів, крутилася і нахилялася в різні сторони з-за спин тих двох. “Ох”, – прошипіла крізь зуби продавщиця, нетерпляче піднімаючи очі до стелі, поки ці двоє ще стояли біля дзеркала. “Я так не можу, я така маленька”, – вимовила винно старенька і повернула розчервоніле личко до продавщиці, потім подивилася на чоловіка. Вона хотіла бути в його очах трохи кращою. Дідок віддав продавщиці загорнути старе пальто. “Холодно”, – зауважив він, розплачуючись.

Я зовсім забув, навіщо прийшов у магазин. Пішов за ними, ведений якоюсь неусвідомленою силою. Дідок, тримаючи дружину за кінчики пальців, які висовувались з довгого рукава, вів її на вулиці. Я йшов за ними досить довго, непомітно, але наполегливо, не кажучи ні слова» [цит. за: 38, 235].

Сім'я може надавати пенсіонерам пряму й непрямую економічну підтримку, а також різноманітні соціально-побутові послуги, забезпечувати необхідний рівень проживання та комфорту, умови для дозвілля й відпочинку. Це, однак, не обмежувальні функції сім'ї в ставленні до літніх людей. У родині пенсіонери зберігають можливість цілеспрямованих, змістовних і корисних занять, інтенсивного й, що особливо важливо, інтимного міжособистісного спілкування. Беручи участь у прийнятті сімейних рішень, вони підтримують свій престиж, а обговорюючи з молодшими членами сім'ї їхню позасімейну діяльність,

знаходять застосування своєму досвіду, у тому числі й професійному. У родині пенсіонер, на додаток до власних, використовує її соціальні контакти, що дає змогу йому вести активний спосіб життя. Приналежність людини, яка пішла на пенсію, до сім'ї може бути кращим засобом від «пенсійної хвороби». Отже, значення родини як найближчого соціального оточення, безпосереднього мікросередовища не лише повністю зберігається, а й різко посилюється після залишення роботи [81].

Успішність адаптації до життя на пенсії багато в чому визначається й готовністю самої людини до виконання колишніх і нових сімейних ролей, а також тим, наскільки родина задовольняє основні соціальні та психологічні потреби людини. Особливе значення для літніх людей має любов, повага й дбайливе ставлення дітей та внуків, визнання дітьми батьківського авторитету, висока оцінка зробленого для них батьком або матір'ю. Установка на допомогу дітям залежить від конкретних обставин, при цьому слід зауважити, що позитивна установка на допомогу дітям, не викликана ніякими умовами, властива тільки половині літніх людей. Тому реальна внутрішньосімейна ситуація, із якою пенсіонери стикаються після залишення роботи, не всіма ними сприймається як сприятлива. Звідси – невідповідність між фактичними сімейними функціями літніх людей і їх схильністю до такого виду діяльності. Це може стати причиною їхнього незадоволення своїм новим становищем у родині й джерелом напружених відносин із дітьми.

Ціннісні орієнтації свідчать не лише про готовність літніх людей щось робити для сім'ї, поступатися своїми інтересами для блага дітей, але й про бажання отримувати від них моральну підтримку чи, принаймні, просту людську подяку. Самотні літні люди стикаються з низкою соціальних, економічних і психологічних проблем, які вони далеко не завжди можуть самотійно розв'язати. Радість постійного спілкування з дітьми нерідко змушує йти на великий компроміс, обмежуючи задоволення інших потреб і беручи на себе додаткові обов'язки по дому. Адже часто, знімаючи з дітей домашнє навантаження, літні люди жертвують своїм здоров'ям, відпочинком, спілкуванням й іншими важливими для них цінностями. Водночас деякі літні люди стикаються з нерозумінням із боку молодших родичів, які вважають, що сім'я повинна становити чи не єдиний об'єкт інтересів літньої людини та сприймати її внесок як щось саме собою зрозуміле.

Хоча багато літніх людей прагнуть автономії від дітей (соціальної, економічної, територіальної), для більшості з них родина, як і раніше, є

центром їхніх інтересів, місцем задоволення багатьох людських потреб, найважливішою сферою діяльності. Ставлення родини до літньої людини багато в чому є показником її згуртованості й стабільності. Сприятливе сімейне середовище може забезпечити активний, різносторонній і повноцінний спосіб життя літньої людини, сприяти його довголіттю.

У цілому сім'я залишається унікальним, нічим не замінним джерелом підтримки й допомоги літнім і старим людям. Вона розділяє із суспільством відповідальність за їхнє соціальне функціонування, матеріальне благополуччя, фізичний і моральний рівні здоров'я.

2.5. Емоційні взаємини в шлюбі

Аналіз емоційних взаємин відіграє важливу роль у розумінні процесів формування шлюбної пари, динаміки розвитку партнерів і внутрішньосімейної ситуації в цілому, у встановленні гармонійних дитячо-батьківських стосунків та стилів виховання.

Симпатія. Механізми її виникнення

Дослідження Л. Я. Гозман дали змогу виділити основні етапи розвитку емоційних взаємин та їх детермінанти. Першим із них, за Гозманом, є виникнення й розвиток симпатії.

Симпатія (від грец. – *потяг, внутрішня прихильність*) – це стійке позитивне (схвальне, гарне) ставлення до кого- або чого-небудь (інших людей, їхніх груп, соціальних явищ), виявляється в привітності, доброзичливості, замилюванні, що спонукає до спілкування, надання уваги, допомоги (альтруїзму) [23].

Причини виникнення симпатії можуть бути усвідомленими й малоусвідомленими. До першого належить спільність поглядів, ідей, цінностей, інтересів, моральних ідеалів. До другого – зовнішня привабливість, риси характеру, манера поведінки тощо, тобто атракція.

Англійське слово *attraction* перекладається як «привабливість», «притягання», «потяг». У психології цим терміном позначають процес і результат формування позитивного емоційного ставлення.

Атракція – це наявність почуття, ставлення до іншої людини та її оцінка. Специфікою симпатії є те, що вони ніким спеціально не встановлюються, а виявляються спонтанно внаслідок низки причин психологічного характеру. Хоча вже в ранньому віці діти швидко й

упевнено визначають свої переваги, дотепер невідомі причини, через які вони симпатизують одним дорослим і цураються інших [1].

Зрозуміти механізми формування симпатії до певної міри допомагає виявлення чинників, які сприяють атракції. За Л. Я. Гозманом, ними є:

- властивості суб'єкта атракції;
- зіставлення властивостей об'єкта й суб'єкта атракції;
- особливості взаємодії;
- особливості ситуації спілкування;
- культурний і соціальний контекст;
- час (динаміка розвитку відносин у часі).

Отже, виникнення й розвиток атракції, а з нею й симпатії, залежать від особливостей як об'єкта симпатії (його привабливості), так і суб'єкта, що симпатизує (його схильностей, переваг). Це визначають конкретні соціальні умови [23].

Механізми виникнення симпатії

Механізмами виникнення симпатії можуть бути усвідомленими й малоусвідомленими. До перших відносять спільність поглядів, ідей, цінностей, інтересів, моральних ідеалів. До других – зовнішню привабливість, риси характеру, манеру поведінки тощо, тобто атракцію. Не випадково, за визначенням С. В. Ковальова, симпатія – це малоусвідомлене ставлення або потяг однієї людини до іншої [34].

Явище симпатії привернуло до себе увагу ще давньогрецьких філософів, зокрема стоїків, які трактували її як духовну об'єктивну спільність усіх речей, унаслідок якої люди співчують один одному. Однак протягом багатьох століть симпатія, по суті, розглядалася як емпатія. Відгомони такого погляду на симпатію, її поєднання з емпатією можна простежити й зараз. Наприклад, у словнику соціально-психологічних понять «Коллектив, особистість, спілкування» зазначено, що близькою до симпатії виступає емпатія й що «...іноді симпатія веде до альтруїстичної допомоги, а іноді, навпаки, може обумовлювати уникання іншої людини як джерела тривожних і тому негативних емоцій. Іноді люди можуть ухилятися від зустрічі з певними людьми, оскільки навіть один їхній вигляд їх засмучує». Зрозуміло, що йдеться про прояв емпатії, а не симпатії. Скоріше у випадку уникання людини треба казати про антипатію до неї, але й вона зовсім не обов'язкова в описуваному випадку.

Принципи впливу симпатії

Симпатія лежить в основі людських взаємин, усі хочуть бачити поруч із собою людей, які їм подобаються, і триматися подалі від тих, до кого виникають негативні почуття й емоції, або тих, від кого можна очікувати будь-яких неприємностей. Цікаво, що як тільки вдається «змусити» людину виявити до себе симпатію, з'являється велика впливова сила на цю людину.

Уявімо таку ситуацію: ви сидите на автобусній зупинці, неподалік від вас розташувався молодий хлопець у потертому одязі. Через якийсь час він заводить розмову з вами. Ви, трохи здивувавшись тому, що незнайомиць звернув на вас увагу, вступаєте з ним у розмову. Хлопець виявився цікавим співрозмовником, але через п'ять хвилин прибуває ваш автобус. Ви прямуєте до автобуса, але молодий чоловік гукає вас і запитує, чи не могли б ви заплатити за нього, оскільки в нього зовсім немає грошей. І ви, швидше всього, погоджуєтесь заплатити за бродягу. У цьому випадку діє принцип симпатії.

Сам же принцип симпатії свідчить, що люди, як правило, кажуть «так» тим, хто їм симпатичний. Якби бродяга не почав із цікавої розмови, майже напевно, що ви задовольнили б його прохання. При цьому, коли б перед вами постав вибір: допомогти незнайомій людині або другу, – ви б, імовірно, допомогли своєму другу.

Далі буде наведено опис шести варіантів принципу впливу «симпатії»: фізична привабливість, знайомство, компліменти, асоціації, співробітництво й схожість.

1. Фізична привабливість. Привабливі жінки володіють великою силою впливу, особливо коли їх оточує значна кількість осіб чоловічої статі. Більшість чоловіків проявляють значний інтерес до привабливих жінок, підсвідомо намагаючись зробити для них щось хороше, у надії отримати щось натомість. Якщо приваблива жінка просить зробити щось для неї (купити напій, відвезти кудись, або зателефонувати з чийогось телефону), багато чоловіків із задоволенням виконують її бажання. Факт залишається фактом: привабливій жінці простіше отримати від чоловічої статі будь-що, не віддаючи нічого взамін. Те саме стосується жінок, котрі швидше виконують прохання красивого чоловіка, ніж некрасивого. Фізична привабливість дає досить великі привілеї.

Рівень привабливості людини можна оцінити за шкалою від 1 до 10 і, незважаючи на те, що різні люди можуть ставити різні оцінки одній

і тій самій особі, у суспільстві існують певні стандарти краси, які постійно нав'язуються нам засобами масової інформації.

2. Знайомство. Зазвичай, усі люблять речі, які вже є знайомими, і люди не є винятком. Заводячи знайомства, ми поділяємо людей на безпечних та небезпечних, хороших і поганих, надійних та ненадійних, веселих і нудних, а також на правдивих та брехливих. Якщо не сформовано вміння знайомитися з людьми, то втрачається кілька пунктів потенційного рівня влади над ними.

Більшість людей, зазвичай, у своєму спілкуванні мають довгострокові стосунки. Тому й поведінка знайомих людей здебільшого прогнозована, оскільки комфортніше спілкуватися з тими, від кого знаємо, чого очікувати. Нам подобається розуміти, що ми можемо очікувати від людей і те, яким чином вони вписуються в наше життя. Нам подобається володіти певною інформацією, навіть якщо вона стосується того, що ми ненавидимо, це дає нам змогу стверджувати, що потрібно триматися від цього подалі.

Для знайомства недостатньо просто задавати один одному питання й спілкуватися годинами. Насправді це малоефективний спосіб. Існує й інший спосіб зробити так, щоб сподобатися комусь. Для цього достатньо знайти спільні інтереси чи захоплення з людиною, із якою ви знайомитесь. Ви почули про те, що йому подобається садівництво, скажіть, що ви насолоджуєтесь садівництвом. Помітили, що людина носить футбольну атрибутику, говоріть із нею про останню гру. Обговорюйте предмети й ситуації, знайомі та приємні іншій людині. Використовуючи цю техніку, можна змусити людину відкритися, оскільки вона говорить про те, що їй подобається, а також уключити у свій вплив на неї два інших компоненти «симпатії»: асоціацію та схожість.

3. Компліменти. Компліменти не завжди бувають надійними помічниками в справі збільшення впливу на людей. В одних ситуаціях вони можуть бути сприйняті позитивно, в інших їх вплив справить зворотний ефект. Нерідко комплімент може бути сприйнятий як бажання отримати щось натомість. Зайва ж кількість компліментів може просто відштовхнути об'єкт уваги від того, хто їх робить. Проте в деяких випадках комплімент може мати значну привабливу силу, але для цього його потрібно робити правильно – у правильний час, у правильному місці й за існуючим приводом.

Прийняття правильно поданого компліменту створює прекрасне почуття, проте комплімент, зроблений невдало, може зруйнувати

стосунки. Ефективний комплімент або похвала приваблює до людини, від якої їх отримано. Але при неефективному компліменті складається враження про маніпулятивні наміри й приховані мотиви людини, яка зробила комплімент.

4. Асоціації. Щоб краще зрозуміти асоціацію як один із компонентів принципу впливу симпатії, можна звернутися до досить відомого прийому нейролінгвістичного програмування – «якоріння», дещо схожого з експериментом Павлова про умовний рефлекс. Ефективність прийому полягає в тому, щоб доторкнутися до людини в певний час, коли вона відчуває радість чи іншу позитивну емоцію, потім, коли відчуватиме себе нещасною, слід доторкнутися до неї знову, чим буде викликано позитивну емоцію.

Існують і більш прості методи створення асоціації й збільшення симпатії, які постійно використовуються в стосунках між людьми. Наприклад, можна розповісти про хороші події або повідати хороші новини, тим самим людина, яка надала позитивну інформацію, у подальшому спілкуванні асоціюватиметься з чимось приємним. Тому ефективний метод підвищення власної привабливості – здійснення якомога більшої кількості хороших справ стосовно інших людей.

5. Співпраця. Співпраця передбачає отримання взаємної вигоди двох або декількох осіб, організацій чи спільнот. Це те, без чого не зможуть обійтись успішний колектив, щаслива родина або добрі друзі. Співпраця виходить за рамки просто спільної роботи. Це також прагнення кожного члена групи до спільної мети, але тут немає переможців і переможених. Взаємовигідна співпраця призводить до появи теплих довірчих відносин.

Протилежністю співробітництва виступає конкуренція. Це боротьба за ресурси, прагнення до однієї мети, тільки тут переможець отримує все, а переможений – нічого. Конкуренція виходить за рамки простої «боротьби» проти когось. Тут є тільки один переможець, а той, хто не зумів дістатися до мети першим, або отримує менше ресурсів, ніж це потрібно, або терпить повну поразку. Конкурентна боротьба може тривати до нескінченності, коли опоненти, не зупиняючись, продовжують перетягувати ресурси на себе. Це дуже витратна стратегія.

Конкуренція часто породжує ненависть та інші негативні почуття конкурентів у ставленні один до одного. На роботі, у сім'ї, суспільстві часто доводиться конкурувати з іншими людьми за підвищення заробітної плати, за увагу й любов. Можна перебувати в «одному човні», але при цьому продовжувати конкурувати один з одним за

обмежений ресурс. Ситуація ускладнюється, коли включається принцип дефіциту, це дуже потужне поєднання для виникнення конфлікту. Тому слід, за можливості, уключатись у взаємовигідну співпрацю з людьми й мінімізувати ймовірність виникнення боротьби за корисні ресурси.

6. Подібність. Серед знайомих завжди є такі, із якими легко й цікаво. Зазичай, більше люблять тих, із ким є багато спільного, будь-то погляди на життя, хобі, інтереси, діяльність. Подібність може бути досить потужним інструментом для «маніпуляції». При цьому можна збільшити схожість із кимось, а це, зі свого боку, збільшить впливову силу на цю людину. Часто цього навіть не доводиться робити, адже насправді ми маємо більше подібностей, ніж припускаємо. Потрібно лише навчитися знаходити та вказувати на ці подібності.

Насамперед, необхідно бути уважним, зокрема, звертати увагу на те, у що людина вдягнута, які в неї друзі, із якими людьми їй найбільше подобається спілкуватися. Якщо проявити спостережливість, то без особливих зусиль можна помітити в людині щось особливе, що відрізняє її від інших. Варто придивлятися, що вона робить і як, спостерігаючи за її реакцією. По-друге, слухати й аналізувати. У розмові часто використовують термінологію або посилення на те, що найбільше подобається. Доцільно в спілкуванні помічати ключові слова, які можуть указувати на інтереси людини, після цього достатньо лише пов'язати себе з цією інформацією. І, по-третє, бажано задавати питання – один із кращих способів пошуку цікавої інформації. При цьому важливо, щоб спілкування не перетворювалось у допит.

Емоційне ставлення людини в процесі механізмів виникнення симпатії

Емоційне ставлення до людини впливає на оцінку як її особистості загалом, так і її професійних якостей [5]. Прихильність – це почуття близькості, яке ґрунтується на симпатії до кого-небудь. Вона проявляється вже в дитячому віці, насамперед до тієї людини, яка задовольняє потреби дитини. Однак є підстава думати, що прихильність зумовлює не лише умовно-рефлекторне встановлення взаємин з іншими, але також є уродженою потребою в таких відносинах. Тому в західній літературі виокремлюють два підходи до пояснення природи прихильності. Прибічники концепції «первинної мотивації» вважають, що в дитини існує вроджена потреба перебувати в безпосередній близькості, контакті з іншою істотою. У цій концепції йдеться про «прилипання». Прихильники ж концепції «вторинної мотивації»

пояснюють виникнення прихильності тим, що близькі дорослі задовольняють фізіологічні потреби дитини.

Чим благополучніші відносини між дитиною й матір'ю, тим сильніший контакт дитини з іншими об'єктами прихильності. М. Ейнсворт пояснює це таким чином: чим менш надійний зв'язок із матір'ю, тим більше дитина схильна придушувати своє прагнення до інших соціальних контактів.

Дитина, у якої є повноцінне відчуття прихильності до певної людини, реагує на розлуку з нею низкою бурхливих виявів. Дж. Боулбі в малят у віці одного року виявив три стадії: протест, розпач, відсторонення. На стадії протесту діти відмовляються визнати своє відокремлення від об'єкта прихильності. Вони вживають енергійних спроб знову знайти матір. На стадії розпачу діти плачуть, кричать, відмовляються контактувати з ким-небудь, хто намагається їх заспокоїти. На третій стадії (відсторонення), яка настає через кілька годин, а іноді й днів, діти приходять до тями, стають дуже лагідними. У їхньому плачі відчувається безвихідь, монотонність. Лише потім поступово діти починають відгукуватися на вияв уваги з боку тих, хто їх оточує.

М. Ейнсворт виокремлює два типи прихильності: надійну й ненадійну. Для першого типу притаманна дослідницька активність у незнайомій атмосфері, при якій мати використовується як «база», відсутність негативної реакції на наближення незнайомої людини, радісне вітання матері при її наближенні. Другий тип характеризує пасивну поведінку дитини в незнайомій обстановці, навіть у присутності матері, негативну реакцію на наближення незнайомої людини, безпорадність і дезорієнтованість у відсутності матері й пасивність при її наближенні.

Деякі психологи вважають прихильність найважливішим чинником розвитку дитини. На їхню думку, розлучення з об'єктом прихильності навіть на короткий термін може спричинити важкі наслідки, і чим триваліша розлука, тим вища ймовірність появи аномалій у психічному розвитку дитини [24; 38].

Прихильність до певної людини найбільше виявляється у феномені дружби. Варто підкреслити, що, як один із видів атракції, дружба має свою специфіку. Якщо симпатія й любов можуть бути однобічними, то дружба такою бути не може. Вона допускає міжособистісну атракцію, тобто вияв дружніх почуттів з обох сторін. Лише в цьому разі дружба може виконувати функції задоволення емоційних потреб, взаємного

пізнання, соціальної взаємодії й діалогу особистостей, що набуває характеру особистих (інтимно-довірчих) взаємин. Крім того, дружба, порівняно із симпатією, потягом, любов'ю, має більш усвідомлений, прагматичний характер.

М. Аргайл зазначає, що дружба в ієрархії цінностей людини займає вище місце, ніж робота й відпочинок, але поступається шлюбу або сімейному життю. Щоправда, у різних вікових групах це співвідношення може мінятися. Дружба найважливіша для молоді з підліткового віку до вступу в шлюб. Дружба знову стає значущою в літньому віці, коли люди виходять на пенсію й утрачають близьких людей. У проміжку між цим віком дружба за значущістю поступається роботі та сім'ї.

М. Аргайл виокремив три причини дружби, за якими встановлюються дружні відносини:

- брак матеріальної допомоги й інформації, хоча друзі забезпечують її менше, ніж сім'я або товариші по службі;

- брак соціальної підтримки у вигляді поради, співчуття, довірливого спілкування (для деяких заміжніх жінок друзі щодо цього важливіші, ніж чоловіки);

- спільні заняття, ігри, спільність інтересів [1;11].

Закоханість – це відносно стійке емоційне ставлення, яке відображає жагучий потяг до кого-небудь. Е. Фромм писав, що закоханість прийнято вважати вершиною любові, насправді ж вона лише початок і лише можливість знаходження любові [81].

С. В. Ковальов говорив про вікові періоди вияву закоханості. Уже у віці трьох років хлопчиків або дівчинці починає дуже подобатися (строго за ознакою певної статі) інша дитина одного з ним або старшого (що більше властиво дівчаткам) віку [34].

Другий період – вік семи-восьми років, коли напівдитяча закоханість виявляється у взаємній ніжності й жалощах.

Третій період – підлітковий вік (12–13 років), коли почуття до людини протилежної статі виражається в зростанні потягу до спілкування, великому інтересі до об'єкта любові й своєрідному фетишизмі (коли особливо приваблює якийсь один компонент зовнішності: волосся, ноги тощо).

Четвертий період – юнацький вік (15–17 років), коли закоханість має майже «дорослий» характер, тому що ґрунтується на потягу до глибокої особистої інтимності, прагненні пізнати особистість об'єкта закоханості [34].

Закоханість, як правило, зумовлює суто зовнішня привабливість людини й навіть окремих рис зовнішності (можна захопитись очима, усмішкою, ходом дівчини). Є люди, які легко й часто закохуються. Це так звані влюбливі суб'єкти. Водночас виникнення стану закоханості перебуває під контролем людини. Вона може мотивувати цей стан: людина просто вирішує, що їй треба в когось закохатися.

Кохання породжує бажання мати й оберігати предмет своєї любові, дарувати йому всілякі задоволення й уникати всього, що завдає йому прикрощів. Зі свого боку, у закоханого виникає відповідне емоційне ставлення.

Очевидно, що бути прив'язаним до всіх людей неможливо, тому кохання – це інтимна прихильність, яка наділена настільки великою силою, що втрата об'єкта цієї прихильності здається людині непоправною, а її існування після цієї втрати – безглуздом.

Слід розрізняти кохання й любов. «Любов» учителя до учнів, лікаря до хворих – це не більше ніж абстракція, що відображає вияв інтересу, емпатії, поваги особистості, але не прихильності. Адже прихильність – це почуття близькості, засноване на відданості, симпатії.

Виокремлюють кілька різновидів кохання. Зокрема, виділяють активну й пасивну форми кохання; у першому випадку кохають, а в іншому – дозволяють себе кохати. Розмежовують короткочасне кохання – закоханість і тривале – жагуче кохання [5; 34].

Е. Фромм, К. Ізард та інші говорили про любов батьків до своїх дітей (материнська й батьківська любов), дітей до своїх батьків (любов сина, дочки), між братами та сестрами (сиблінгова любов), між чоловіком і жінкою (романтична любов), до всіх людей (християнська любов), любов до Бога. Говорять також про взаємну й нерозділену любов.

Любов виявляється в постійній турботі про об'єкт любові, у чуйності до його потреб і готовності задовольнити їх, а також при загостренні переживання цього почуття (сентиментальності) – у ніжності й пестошах. Які емоційні переживання супроводжують людину при вияві нею ніжності та пестошів, сказати важко. Це щось незрозуміле, майже ефемерне, що практично не піддається усвідомленому аналізу. Ці переживання – те саме, що позитивний емоційний тон вражень, який теж досить складно вербалізувати, якщо не вважати, що в людини виникає щось приємне, близьке до легкої й тихої радості.

Е. Фромм дав таке абстрактне визначення сексуальної любові: «це взаємини між людьми, коли одна людина розглядає іншу як близьку, родинну самій собі, утотожнює себе з нею, відчуває потребу в зближенні, об'єднанні; утотожнює з нею свої власні інтереси та бажання й, що досить істотно, добровільно духовно й фізично віддає себе іншій людині, прагнучи взаємно володіти нею [24;81].

Р. Стернберг розробив трикомпонентну теорію любові.

Перша складова частина любові – **інтимність, почуття близькості**, що виявляється в любовних відносинах. Закохані почувають себе пов'язаними один з одним. Близькість має кілька виявів: радість із приводу того, що кохана людина поруч; наявність бажання зробити життя коханої людини краще; бажання надати допомогу у важку хвилину й надія на те, що в коханої людини теж є таке бажання; обмін думками та почуттями; наявність спільних інтересів.

Другий компонент любові – **пристрассть**, що зумовлює фізичний потяг і сексуальну поведінку у відносинах. Хоча статеві відносини тут важливі, але вони не є єдиним видом потреб. Зберігається потреба в самоповазі, одержанні підтримки у важку хвилину.

Третій складник любові – **рішення-зобов'язання (відповідальність)**. Вона має короткочасний і довгостроковий аспекти. Короткочасний аспект відображається в рішенні про те, що конкретна людина кохає іншу, довгостроковий аспект – у зобов'язанні зберігати цю любов («клятва в любові до смерті») [63].

Задоволеність. Здебільшого феномен задоволеності вивчають із двох позицій – загальнопсихологічної й соціально-психологічної (або соціальної). У межах загальнопсихологічного підходу задоволеність розглядають або як стан, або як мотив. У першому випадку її розуміють як почуття задоволення, стан достатку, радості, що переживається суб'єктом, побажання й вимоги якого задоволені.

Представники соціального та соціально-психологічного підходів розглядають задоволеність як оцінку діяльності та її умов, оцінку результатів цієї діяльності. Оскільки оцінка є елементом вияву відносин, то й задоволеність вважають одним з аспектів проблеми відносин.

Задоволення характеризує одноразовий і найчастіше короткостроковий акт (виконану роботу, гідний вчинок, задоволену потребу). Задоволеність натомість, відзначають довготривалі події, діяльність.

Отже, задоволеність (або незадоволеність) – це специфічний психологічний феномен, відмінний від задоволення (незадоволення). Між задоволеністю й задоволенням існує функціональний зв'язок, але не

тотожність. Задоволення – первинний феномен, а задоволеність – вторинний.

Задоволеність життям тісніше пов'язана з оцінками задоволення потреб, ніж з оцінками їх значущості. Водночас повнота задоволення потреб, на думку Л. Бірона, лише опосередковано впливає на задоволеність життям. Молоді люди, за переконанням науковця, одержують максимальне задоволення від досягнень у роботі, самовдосконалення [11].

П. І. Янічев виявив, що в підлітків і юнаків задоволеність минулим значно вища, ніж сьогоденням. Позитивну кореляцію між задоволеністю сьогоденням та минулим виявлено лише в дев'ятикласників. У семикласників кореляції немає, а в студентів вона негативна.

Задоволеність життям у людей похилого віку залежить від багатьох чинників, але найменше – від віку. Найважливіший чинник – здоров'я. Відіграють роль матеріальна забезпеченість, сімейний і соціальний стан, житлові умови, рівень спілкування з навколишніми [11].

У щасливих шлюбах основним мотивом вступу в шлюб була любов. Ю. Є. Альошина виявила, що задоволеність шлюбом залежить від стажу подружнього життя. Крива цієї залежності має одноманітну форму. На початку існування сім'ї задоволеність поступово знижується, досягаючи мінімального значення в парах зі стажем спільного життя від 12 до 18 років, а потім зростає, але більш різко [2].

Псевдопочуття. За К. К. Платоновим, почуття обов'язку – це вище соціально сформоване моральне почуття, понятійним компонентом якого є усвідомлення й прийняття особистістю певних моральних норм, що стали мотивами діяльності, а емоційним компонентом – задоволення досягнутою метою чи незадоволення не досягнутою, котре викликає докори совісті. Отже, почуття обов'язку входить до того, що позначають як совість.

Почуття нового означає здатність людини до введення новацій, до заміни старого на нове, більш прогресивне.

Почуття дорослості традиційно визначають як переживання ставлення до самого себе як дорослого. Появі цього почуття сприяє розвиток вторинних статевих ознак у підлітків, фізичний розвиток, відчуття наростання життєвих сил й енергії, нагромадження знань та вмій, у яких він іноді починає перевершувати дорослих, зокрема своїх батьків і вчителів фізичної культури (особливо це стосується хлопчиків). Пробудженню цього почуття сприяють і відповідальні суспільні доручення в школі й доручення батьків.

Із появою почуття дорослості в підлітків виникає критичність стосовно дорослого. Однією з ознак дорослості вони вважають своє вміння зауважувати недоліки й похибки старших, у тому числі й учителів, помилки вимови, неправильні звороти мовлення, відсутність у деяких учителів побутових навичок, невміння відповісти на питання тощо. Критичність підлітків виражається в тому, що вони не схильні все приймати на віру, вони вимагають логічного пояснення: чому потрібно чинити так, а не інакше. Підліток, бажаючи бути дорослим, очікує й емоцій, властивих дорослим, свідомо прогнозує їх [23].

Феномен любові, її джерело та стилі

Спроби інтерпретації любові як психологічної реальності були в класичному психоаналізі, неопсихоаналізі, еґо-психології, гуманістичній психології, екзистенційній психології.

Як емоційний процес любов можливо охарактеризувати з точки зору інтенсивності, тривалості, ступеня усвідомлення, функцій, мотивації, генезису.

Вплив любові на людину може бути двостороннім: як стенична емоція, любов мобілізує, підвищує життєвий тонус; як астенична емоція – веде до зниження життєвого тону, замкнутості, занурення в себе. Відповідно, можна простежити два сценарії впливу любові на особистість песимістичний та оптимістичний.

Песимістичний сценарій ґрунтується на припущенні про те, що любов робить людину залежною від об'єкта любові, призводить до підвищення тривожності, створює перешкоди для самореалізації й особистісного росту.

Оптимістичний сценарій передбачає особистісний ріст в умовах реалізації міжособистісних відносин зі значимою людиною, зниження тривожності, формування особистісної незалежності.

Конкретне втілення в життя того чи іншого сценарію визначається змістом діяльності, яку реалізує суб'єкт любові у ставленні до його об'єкта. Отже, любов можна розглядати як емоційний процес, який має свій об'єкт, особливий вид діяльності, вияв активності суб'єкта; предметне відчуття, що має генезис і свою динаміку розвитку, яка допускає зміну об'єкта.

Любов виражає світобачення особистості та її ставлення до світу, у межах від базової довіри й відкритості до тотальної ворожнечі та недовіри до світу [30].

Любов (у значенні тілесної привабливості, чуттєвої насолоди) – перехідна емоція. У сучасному світі її часто розуміють як емоцію чи почуття задоволення. Емоція – усвідомлене тілесне збудження, яке ми відчуваємо після впливу подразника. Вона має хвилеподібну природу – нарощується й зникає. Це складний процес, що має нейрофізіологічний, нервово-м'язовий, феноменологічний аспекти. Емоція визначається як підсвідоме явище, на практиці її можна регулювати за допомогою вольових зусиль, змінювати інтенсивність та плин емоційних реакцій засобами роботи мислення. Агресія й любов – рушійні енергетичні потенціали в усьому живому. Емоція як перша сходинка розвитку оцінки поступово насичується раціонально та набуває морального змісту. Саме завдяки моральній оцінці дитина ділить усе, що відбувається навколо неї, на два протилежні полюси: добро–зло, правда–брехня, любов–ненависть, розум–невігластво, милосердя–жорстокість, честь ганьба, радість–горе.

На думку Е. Еріксона, любов – це інтенсивне, сердешне й відносно стійке відчуття суб'єкта, обумовлене сексуальними потребами, виражається в соціально сформованому прагненні бути з максимальною повнотою представленим у життєдіяльності іншого так, щоб викликати в нього потребу відповідного відчуття тієї ж інтенсивності, та передбачає високий ступінь емоційно позитивного ставлення, що виділяє об'єкт серед інших і поміщає його в центр життєвих потреб й інтересів суб'єкта (любов до батьківщини, до матері, до дітей, музики тощо) [23].

1. Любов як емоція. Любов – одне з основних відчуттів у житті будь-якої людини. У дитинстві кожен живе любов'ю, хоче отримувати її, відчувати, насичуватися нею. Дитині потрібна любов буквально для того, щоб вижити. Вона може отримувати її, а може не отримувати, чи отримувати в недостатній кількості й із цього досвіду будувати свої подальші стосунки із собою, з іншими людьми, зі світом узагалі. Яскраве відображення феномену любові знаходимо в чудовій притчі про Любов.

Колись, дуже давно, на Землі був острів, на якому мешкали всі духовні цінності. Та одного разу вони зауважили, що острів почав опускатися під воду. Усі цінності сіли на свої кораблі й попливли світ за очі. Залишилася тільки Любов. Вона чекала до останнього, але коли вже чекати було нічого, їй теж закортіло податися геть. Тоді вона звернулася до Багатства й попросилася до нього на корабель. Але Багатство відповіло: «На моєму кораблі багато дорогоцінностей і золота, для тебе тут не вистачить місця». Коли повз неї пропливав корабель Суму, вона попросилась до нього, але той відповів: «Вибач, Любове, я такий

сумний, мені треба завжди залишатися на самоті». Тоді Любов побачила корабель Гордості й попросила її про допомогу, але та сказала, що Любов порушить гармонію на її кораблі. Поруч пропливала Радість, але вона була так перейнята веселощами, що навіть не почула, як її кликала Любов. Тоді Любов упала у відчай. Але раптом вона почула голос десь позаду: «Ходімо, Любове, я заберу тебе із собою». Любов озирнулась і побачила старого. Він довів її до суші, і коли старий поплив, Любов спохопилась, адже вона забула запитати його ім'я. Тоді вона звернулась до Знання: «Скажи, Знання, хто врятував мене? Хто був цей старий?». Знання подивилося на Любов: «Це був Час». «Час? – перепитала Любов. – Але чому він урятував мене?» Знання ще раз поглянуло на Любов, потім удалеч, куда поплив старий: «Тому що тільки Час відає, якою важливою в житті є Любов». У житті кожної людини настає той момент, коли вона чітко розуміє, що найголовніше – це любов. І досить важливо те, щоб усвідомлення цього прийшло вчасно [81].

2. Любов як основа побудови подружніх відносин. Любов в історії людства проходить складний шлях еволюції. Любов людини має культурно-історичну природу та являє собою вищу форму людської близькості, яка забезпечує оптимальні психологічні умови для особистісного розвитку й самореалізації кожного з партнерів.

В онтогенетичному розвитку любов як особливий тип відносин між двома людьми послідовно проходить три стадії: стадію прив'язаності як симбіотичний зв'язок, стадію диференціації та стадію автономізації й індивідуалізації.

На стадії прив'язаності як симбіотичного зв'язку суб'єкта та об'єкта, домінують аутоеротизм і первинний нарцисизм. Тут відсутні власне міжособистісні стосунки, дві істоти злиті в нерозривній єдності, межі особистості не визначені.

На другій стадії відбувається диференціація партнерів. Тут уперше виникає завдання установавлення відносин. Міжособистісні стосунки будуються на основі засвоєння культурних норм, правил і цінностей. Однак емоційні зв'язки ґрунтуються на основі глобального уотожнення, не передбачаючи цілісності чи автономії особистості.

На наступній стадії забезпечується досягнення емоційної автономності, яка досягається лише в підлітковому чи юнацькому віці. На основі автономізації особистості формується еґо-ідентичність і відбувається усвідомлення себе як цілісності й індивідуальності.

Міжособистісні стосунки будуються свідомо. Відкривається можливість установавлення справжньої близькості й інтимності,

формується зрілі форми любові. Однак стадія емоційної автономії досягається далеко не завжди, наслідок чого – виникнення проблем у міжособистісних стосунках у сім'ї.

Любов чоловіка та жінки включає два начала – сексуальне й еротичне (З. Фрейд, Е. Берн, Р. Мей). З. Фрейд виділяє «рівень чутливості» як вираження вроджених біологічних захоплень людини та «рівень ніжності», що відповідає особистісному рівню взаємин між партнерами. Ці рівні перебувають у певному протиріччі, яке дає змогу порозумітися лише на зрілій стадії любові.

Згідно з поглядами Фрейда, лише доросла любов здатна гармонійно поєднувати ці два начала. Сексуальне начало в людині вроджене, із віком міняється його об'єкт. Ніжність – набута якість, її генезис пов'язаний з інтроекцією материнської любові, а розвиток визначається характером взаємин батьків і дітей [28; 81].

Однією з найцікавіших і найзмістовніших спроб психологічного аналізу любові є теорія Е. Фромма (1990), котрий уважав любов ядром людського існування. Вона розглядалася як спосіб протидії знеособленню, відчуженню людини від природи й інших людей, гострому почуттю самотності, втрати гармонії зі світом. Із можливих шляхів подолання самотності – конформізму, праці та розваг, плідної творчої активності у співпраці з іншими людьми й любові – психологічно виправданими є лише два останніх. Другий шлях надбання гармонії людини з природою та світом – шлях любові – виявляється єдино можливим й універсальним. Унаслідок своєї біологічної природи та полярності статей в еротичній любові людина спрямована на реінтеграцію з природою через повне злиття й з'єднання з іншою людиною, чоловіка із жінкою.

На думку Е. Фромма, здатність людини любити не дана від природи, тобто не є вродженою. Любов – це мистецтво, яким потрібно оволодіти. Любов формується, і те, якою вона буде, визначається вільним вибором кожної людини. Суспільство пропонує для вибору два модули життєдіяльності (мати або бути) і, відповідно до них, – два модули любові: любов як володіння й любов як буття.

Перший модуль – «любов як володіння» – характерний для «суспільства споживання», де діє принцип «усе на продаж». Любов виступає своєрідним грошовим еквівалентом обміну послугами й товарами («я тебе люблю, а ти мені за це...»), стає предметом купівлі та продажу. Відбувається обмін: чоловіки пропонують статус, гроші, владу, жінки – красу, господарність, плідючість і так далі. При

створенні сім'ї акцент переноситься на фазу пошуку шлюбного партнера, тут можна бачити особливе загострення пристрастей і справжній азарт гравця: отримати більше, віддати менше. Починається торг, де все зважується й оцінюється, де продавці та покупці намагаються обдурити, усучити, здійснити вигідну операцію. «Нещасна любов» у прибічників модусу володіння також інтерпретується в термінах купівлі-продажу: або ви «переплатили», або вам «недодали».

Другий модус – любов як буття – творча, активна любов, що забезпечує умови для особового зростання обох партнерів. Любов-буття є зрілою гармонійною формою любові.

Найважливішими характеристиками існування буттєвої любові, згідно з Е. Фроммом, є збереження цілісної індивідуальності партнерів і продуктивна особистісна спрямованість. У стосунках буттєвої любові кожен із партнерів зберігає цілісність та автономність особи. Парадокс любові полягає в тому, що дві людини є єдиним цілим й одночасно кожен із них залишається самим собою. Особа одночасно є частиною цілісності «Ми» і, затверджуючи себе індивідуальністю, виступає активним суб'єктом у побудові «Я-Ти»-стосунків.

Продуктивна спрямованість особи в буттєвій любові реалізується в тому, що, на відміну від любові-володіння, стосунки з партнером будуються переважно за принципом «давати партнерові». Віддаючи себе в дар іншому, людина збагачує іншу особу й одночасно підтверджує собі та іншим цінність власного життя. Здатність віддавати, актуалізувати й виразити себе в значимому відношенні виступає як вищий прояв духовної сили особи, прояв повноти та радості буття. Е. Фромм підкреслює, що спроможність любити формується лише за умови відмови особи від філософії споживання, бажання експлуатувати інших і подолання нарцисизму.

Будь-яка форма зрілої любові, будь-то материнська, братська або еротична любов, уключає низку загальних компонентів, тісно пов'язаних між собою: турботу, відповідальність, повагу й знання.

Турбота про партнера – це прояв здатності віддавати, не пов'язаної, не регламентованої міркуваннями вигоди та еквівалентності обміну, прояв істинної суті буттєвої любові.

Відповідальність у любові означає свободу вибору прийняття турботи про партнера, готовність до самовіддачі й твердження себе (Я) в іншому (Ми). Відповідальність не означає привласнення права особі приймати рішення за іншого навіть якщо інший поступається в досвіді, мудрості та вченості; не допускає маніпулювання партнером в ім'я досягнення, нехай навіть найвищих цілей.

Повага партнера припускає визнання права партнера на вибір власного життєвого шляху й своєї долі, навіть якщо цей вибір представляється обґрунтованим. Повага партнера припускає віру в те, що партнер здатний здійснити відповідальний розумний вибір.

Знання дає змогу будувати стосунки любові з урахуванням потреб, інтересів і прагнень кожного з партнерів, В основі формування «знання» лежить процес децентрації, розвитку здатності побачити проблему очима усіх його учасників, з урахуванням різних пізнавальних перспектив, образно кажучи – «улізти в шкуру партнера».

Еротична любов, як і інші її форми, характеризується винятковістю. Ця любов проявляється у всьому: у винятковості партнера, що припускає неможливість порівняння його з ким-небудь і заміни ким би то не було, у винятковості самих стосунків: тут немає й не може бути норм, правил та стандартів. Ця ідея Е. Фромма перекликається з розумінням любові в працях С. Л. Рубінштейна, де любов виступає як ствердження неповторності існування іншої людини.

Любов, згідно з концепцією Е. Фромма, не є природженим даром, а виступає мистецтвом, яким можна оволодіти лише в результаті практики любові, головним результатом якої стає віра в іншу людину, у її можливості, особистий розвиток. Практика любові припускає дисципліну як вимогливість до себе; зосередженість, уміння слухати партнера, жити сьогоднішнім, відчуваючи життя в його кожній миті, при цьому відчувати й себе; проявляти терпіння та працювати над надбанням майстерності [23; 81].

В епігенетичній концепції Е. Еріксона (1995) любов розглядається як психологічне новоутворення ранньої зрілості (молодості), що кристалізує в собі позитивні досягнення попередніх стадій розвитку. Любов є як здатністю, що дає змогу ліквідувати протиріччя між усвідомленням особою своєї унікальності та спрямованістю на встановлення близьких, інтимних стосунків з іншими людьми. Любов розуміємо як психосоціальну властивість, що надає можливість розділення особової ідентичності в рівноправних стосунках і припускає збереження вірності партнерові, готовність до самообмеження й альтруїзму [23].

Карл Роджерс значною мірою збагачує наші уявлення про любов як процес спілкування та встановлення стосунків, уводячи вимогу конгруентності – внутрішньої чесності особи щодо свого внутрішнього світу, що виключає самозвинувачення й самозахист. Конгруентна комунікація, чесна, щира, безоцінна, позбавлена спроб маніпулювання

партнером і заперечуюча «подвійний стандарт» вимог та прав у комунікації для себе й партнера є основою сімейного спілкування та комунікації. Одним із найбільш перспективних напрямів психологічної й психотерапевтичної роботи із сім'єю по праву вважається оптимізація спілкування між подружжям, батьками та дітьми на основі засвоєння принципів і техніки конгруентного спілкування [63].

3. Розвиток любові як почуття. Проблема генезису й розвитку любові – одна з найменш розроблених у психології емоцій. Тут можна виділити функціональний і власне онтогенетичний аспект. Процес функціонального розвитку любові можливо простежити, ґрунтуючись на класичній роботі А. М. Стендаля «Про любов». Ключове поняття, що розкриває суть становлення відносно любові – поняття «кристалізації». На його думку, зародження любові відбувається за кілька етапів:

1-й етап – **захоплення предметом любові.** Щось в іншій людині привертає увагу, вражає, примушує зупинитися, відчутти захоплення. Іноді – красива зовнішність, хода, голос, іноді – тонке судження, глибока думка, часом – вчинок, сміливість, благородство, доброта. Стендаль вважає красу неодмінною умовою народження любові. «Краса для народження любові потрібна, як вівіска. Треба, щоб неподобство не представляло перешкоди». Вівіска зупиняє, привертає увагу, неподобство може відштовхнути. Проте сама краса – це не лише краса фізична, краса тіла. Це і краса розуму, волі, духу людини. Отже, початок зародження любові пов'язаний із виділенням майбутнього предмета любові з оточення й чудовою емоційно-позитивною оцінкою партнера. Переживання захоплення наділяє партнера винятковістю та неусвідомлено ставить його в центр уваги.

2-й етап – **вивчення предмета любові** – усебічне дослідження партнера, підвищена чутливість до всіх його поведінкових проявів, зовнішнього вигляду, суджень. Тут ще немає любові, присутні лише добрий інтерес до особи партнера й неусвідомлена симпатія, обумовлена захопленням.

3-й етап – **зародження любові та перша кристалізація почуття.** Зародження любові пов'язане з переживанням насолоди від виду предмета любові й спілкування з ним. Вирішальне значення для розвитку любові має кристалізація почуттів. Стендаль називає першу кристалізацію особливою діяльністю розуму, спрямованою на наділ предмета любові усіма можливими достоїнствами. Особа партнера піддається систематичній позитивній оцінці.

Інформація про партнера селектується й проходить особливу обробку – перебільшення достоїнств, ігнорування або спотворення недоліків (обертання їх у достоїнства), що призводить до «згущення достоїнств і добродішності» партнера та ідеалізації його образу. Якщо немає реальної близькості й спілкування з партнером, настає кристалізація уявного дозволу.

4-й етап – **виникнення сумнівів**. Ідеалізація образу партнера в певний момент повертає носія почуття любові до самого себе та породжує сумніви про те, наскільки ж він сам достойний любові свого партнера. Цей етап виникнення орієнтації на себе як можливого об'єкта любові, початок пошуку відповіді на питання: «Чому й за що мене люблять?».

5-й етап – **друга кристалізація почуттів**. Отримання підтвердження зобов'язань любові у відповідь спрямовує процес самодослідження та саморозвитку особистості в сторону виділення й культивування в собі кращих якостей і достоїнств, якими вона вже володіє, які хоче бачити в собі та якими її наділяє предмет любові. Друга кристалізація почуттів – це особистісне зростання в напрямі формування в собі тих достоїнств, які зроблять людину чарівною, обраною, коханою. Отже, п'ятий етап розвитку любові – це етап інтенсивного особистісного зростання носія почуття любові в контексті побудови стосунків любові зі значимим іншим.

6-й етап – **розвиток стосунків любові, спрямованих на досягнення повної близькості та єдності з об'єктом любові** [23; 81].

Ключове значення для розуміння психологічних механізмів впливу любові на розвиток особистості мають перша й друга кристалізації, що, по суті, є процесом ідеалізації образу партнера (предмета любові) та ідеалізації власного образу. В. Соловйов розглядав ідеалізацію в її позитивному значенні, як здатність бачити в партнерові не лише ті властивості і якості, якими він уже володіє, але й ті, які могли б бути. Уміння побачити в партнерові потенційні, поки ще приховані від інших достоїнства та досконалість і віднести до нього так, як нібито вони вже реальність, будувати своє спілкування й поведінку, уже враховуючи ці потенційні достоїнства, складає велику мудрість любові. Ідеалізація образу партнера – це своєрідний «кредит довіри», що видається коханій людині, будь-то батьківсько-дитячі стосунки або еротичні стосунки. Друга кристалізація є цілеспрямованою роботою особи над собою, що реалізовує цілі саморозвитку й самовдосконалення [58].

Стосунки любові – це зона найближчого розвитку особистості, насамперед в аспекті формування здатності до самореалізації та самоактуалізації.

У позитивній оцінці кристалізації потрібно враховувати й можливі негативні впливи цього процесу. Ідеалізація може стати причиною серйозних порушень міжособистісних стосунків і спілкування з партнером у тому випадку, коли образ партнера, що ідеалізується, вступає в протиріччя з реальними якостями.

4. Види любові. Е. Фромм виділяє різні види любові :

- еротичну любов – любов між чоловіком і жінкою;
- братську любов, що виступає як ідеал стосунків між людьми, стосунків, ґрунтованих на повазі, рівноправ'ї й співпраці;

- материнську любов, пронизану турботою та відповідальністю. Це любов – безумовна, ірраціональна, любов до слабкого, де переважає прагнення віддати;

- любов до себе, як дієве затвердження буття й продуктивності свого існування. Відсутність любові до себе не дає змогу людині будувати стосунки любові з іншими людьми, оскільки не здатний любити себе, не може дати любові й другому;

- любов до Бога, що втілює в собі затвердження життя в усіх формах її прояву [81].

І. С. Кон виокремлює наступні шість видів любові:

- еротичну любов (любов-пристрассть), що характеризується високою інтенсивністю почуття, пристрасним прагненням до повного фізичного контакту, володіння, єднання з партнером;

- гедоністичну любов, що виступає як насолода, гра, флірт. Особа партнера тут незначна, його роль інструментальна. Стосунки неглибокі, неміцні, зрада допускається, розлучення з партнером проходить легко й не залишає в душі травмуючих переживань;

- любов-дружбу – спокійну, теплу та надійну. Основна увага у відносинах любові-дружби перетворюється на емоційну підтримку, емпатію, пізнання партнера, взаємозбагачення через духовне й особисте спілкування. Любов-дружба ґрунтується на рівноправстві й повазі один до одного;

- прагматичну любов – любов за розрахунком. Важливу роль у стосунках такої любові відіграють прагматичні цінності. Такі стосунки не відрізняються глибокими почуттями. У прагматичній любові партнери є компаньйонами по спільному підприємству й потребують один одного до того часу, доки це підприємство є прибутковим;

– безкорисну любов – любов-самовіддачу, альтруїстичну любов. У цьому випадку позиції партнерів не симетричні. Безкорисно люблячий прагне віддавати, нічого не бажаючи брати на заміну;

– любов-манію – ірраціональну любов-одержимість, що характеризується прагненням до тотального володіння партнером. Особа партнера не виступає як самоцінність і поза стосунками взагалі не розглядається. Для цього виду любові характерні невпевненість, залежність від поведінки об'єкта потягу. При розчаруванні образ партнера в сприйнятті різко міняється від «ідола» до «повної нікчемності».

На думку І. С. Кона, можна говорити про міжстатеві відмінності у відданні переваги того або іншого виду любові: жінки більше схильні до любові-дружби, безкорисливої любові, а також прагматичної, у той час як чоловіки – до еротичної та гедоністичної любові. Маніакальна любов є долею невротичної особи, а також часто спостерігається в підлітковому та юнацькому віці в період становлення здатності любити [36].

В. В. Столін, аналізуючи емоційний зв'язок подружніх стосунків, і А. С. Співаковська в дослідженні батьківсько-дитячих взаємин виходять із трикомпонентної структури почуття любові, що дає змогу створити типологію видів любові. В. В. Столін указує, що при описі любові використовуються переважно два критерії–дихотомії «любов-ненависть» і «домінування-підпорядкування». Проте такий спосіб опису дає змогу виділити лише три види любові, що повністю не вичерпують усього різноманіття її варіантів: гармонійна любов (любов і рівноправ'я), «жертвна любов» (любов, підпорядкування) і «деспотична любов» (любов, домінування).

Автори пропонують тривимірну модель, яка описує стосунки любові й уключає три виміри: симпатія–антипатія, повага–презирство, близькість–дальність [68;81].

Умови збереження емоційних взаємин

Емоційні взаємини не є постійними й незмінними. Тому дослідники підкреслюють необхідність докладання певних зусиль для збереження стабільних гармонійних стосунків між партнерами.

С. Д. Лаптенюк відзначає, що чинники, які «об'єднують подружжя в їх союзі, розподіляються так (по низхідній лінії): спільність духовних інтересів і подружня любов; сексуальна сумісність; любов до дітей; подружній обов'язок; сімейний затишок і матеріально-житлові умови».

М. Т. Кузнецов перераховує деякі несприятливі психологічні моменти, які руйнують стабільність емоційних взаємин:

– відсутність віри в любов, у можливість постійності подружньої любові;

– неправильні уявлення про фактори сімейного благополуччя та ігнорування таких із них, як взаємоповага, здатність до взаємної довіри й розуміння;

– незнання та відсутність інтуїтивного відчуття основних закономірностей статевої любові й найбільше – нездатність уловлювати та розуміти почуття партнера, його характерологічні особливості й звички, нездатність контролювати та регулювати свої власні емоції й почуття, прояв споживчо-егоїстичного ставлення до любові в цілому.

Важливий вплив на емоційні взаємини в шлюбі роблять культура спілкування та дозвілля, спільне ухвалення рішень подружжям, сімейно-побутове самообслуговування сім'ї, створення сімейної субкультури. Стабілізація емоційних відносин залежить від рівноправності її членів, індивідуальних потреб, які задовольняють шлюб і сімейне життя в цілому. Почуття провини руйнує шлюб.

Особистісні характеристики партнерів роблять свій внесок у розвиток подружніх взаємин, більше того, за їх порушеннями прихований внутрішньоособистісний конфлікт одного з подружжя. До сприятливих якостей партнерів слід віднести:

– відсутність страху й тривоги, адекватну самооцінку;

– урівноваженість;

– орієнтацію на пошук і помірну схильність до ризику, що дає змогу емоційним стосункам розвиватися;

– компетентність у часі (жити «тут і зараз», бачачи при цьому зв'язок подій);

– високий рівень самоприйняття, що проявляється в природності поведінки та відкритості досвіду, у ставленні до іншого як до себе. Відсутність самоприйняття породжує інструментальне ставлення до себе та інших, яке, зі свого боку, неминуче призводить до нестабільності в емоційних відносинах, оскільки завжди знайдеться хтось, хто краще здатний виконувати що-небудь.

Імовірність збереження емоційного компонента сімейних відносин й успішного розвитку шлюбу зростає, якщо подружжя здатні:

– реально дивитися на протиріччя;

– не будувати ілюзій і надій на випадок;

– не уникали труднощів і не впадати у відчай;

– цікавитися психологічними особливостями партнера;

– знати ціну дрібницям;

– бути терпимим, уміти попереджувати бажання й потреби партнера;

- контролювати свою поведінку та мову;
- володіти почуттям міри;
- усвідомлювати причини й наслідки подружньої невірності;
- прагнути до єдиних підходів у вихованні дітей.

На думку Дж. Рейнуотер, якщо в міжособистісних стосунках із близькою людиною є складнощі, то справжня причина цього прихована у власних особистих проблемах, які можуть бути пов'язані з:

- очікуваннями;
- почуттям безпеки;
- контролем;
- потребою в любові й схваленні;
- моральним засудженням;
- незавершеними відносинами з іншими людьми [11; 23; 58].

Авраам Лінкольн якось сказав: «Не вистоїть будинок, розділений зсередини». Якщо люди в шлюбі займають «бойові позиції» у ставленні один до одного, їхній шлюб довго не протримається.

На думку багатьох подружніх пар, часті сімейні конфлікти виникають через те, що обоє партнерів претендують на лідерство. Але ці «рольові конфлікти» – усього лише поверхня реальних відносин. Як правило, основною причиною напруги в подружніх стосунках є охолодження почуттів між партнерами. Заслуговує на увагу той факт, що часто подружжя мало цікавляться внутрішнім світом того, хто постійно перебуває поруч, при цьому вважаючи, що добре знають один одного. І лише загострення протиріч між партнерами, утрата почуттів спонукають до переосмислення стосунків. Тоді виявляється, що партнер, який постійно перебував пліч-о-пліч з іншими членами родини, практично почувався самотнім та ізольованим від близького оточення. Саме аналогічна ситуація й спонукає партнерів до пошуку позитивних емоційних стосунків, що часто завершується зрадою чи розпадом подружніх взаємин.

Запитання та завдання для самоперевірки:

1. Дайте характеристику особливостей сучасної сім'ї.
2. Визначте специфіку кожної стадії життєвого циклу розвитку сім'ї.
3. Наведіть приклади різних періодизацій розвитку сімейного життя.
4. Перерахуйте причини ідеалізації партнерів у період залицяння.
5. Охарактеризуйте емоційну поведінку чоловіків та жінок.
6. Схарактеризуйте рівні подружньої сумісності.
7. Що означає термін «психологічне здоров'я сім'ї».

РОЗДІЛ 3

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ МОЛОДІ ДО ШЛЮБНО-СІМЕЙНИХ ВЗАЄМИН

Підготовка до сімейного життя. Компоненти та рівні психологічної готовності до подружніх взаємин. Гендерні аспекти підготовки до шлюбу. Соціально-психологічні чинники вибору шлюбного партнера. Вплив батьківської сім'ї на готовність молоді до подружнього життя.

3.1. Підготовка до сімейного життя

Підготовка до шлюбу й сімейного життя завжди була одним із головних завдань юнацького віку, не менш важливим ніж підготовка до праці. Але ця проблема не стояла так гостро, як зараз.

Обумовлене акселерацією прискорення статевого дозрівання підлітків та одночасне ослаблення зовнішнього контролю за їхньою поведінкою плюс лібералізація «дорослих» норм статевої моралі й ламання традиційних стереотипів маскуліності та фемінності застали наше суспільство й школу зненацька. Подобається нам це чи ні, але нормативні орієнтації сьогоднішніх юнаків і дівчат істотно розходяться з уявленнями їхніх батьків та дідів. Окрім того, самі ці орієнтації досить суперечливі.

Виявлені особливості шлюбно-сімейних уявлень молоді, що свідчать про значні прогалини в їхніх знаннях про шлюб та сім'ю, неправильні, нереалістичні погляди на деякі питання, які, очевидно, позначаються на їхньому ставленні до інституту сім'ї, потрібно враховувати в процесі цілеспрямованої підготовки молоді до сімейного життя.

Визначена вузькість образів характерна для таких аспектів шлюбно-сімейних уявлень юнаків, як уявлення про якості ідеального чоловіка й жінки, мужності та жіночності, гендерної ідентичності, сімейні ролі і їх розподіл між чоловіком і дружиною. Особливо ж неповними є уявлення молодих людей про функції сім'ї й організації сімейного життя. Шлюбно-сімейні уявлення молодих людей слід враховувати в процесі їхньої цілеспрямованої підготовки до сімейного життя.

Серед факторів підготовки до шлюбу недостатньо вивчено вплив на людей суб'єктивного відчуття самотності. При цьому дослідження засвідчують, що:

- сім'я становить для молоді важливу життєву цінність;
- уявлення молоді про родину варіативні й у більшій мірі зв'язані з психологічними аспектами шлюбно-сімейних відносин, ніж із соціально-побутовою спрямованістю;
- тип гендерної ідентичності впливає на систему сімейних цінностей молоді, на погодженість рольових чекань і домагань у шлюбі, а головне – на психологічну готовність до шлюбу.

У сучасних умовах тотальних соціальних змін, соціального прогресу й демократизації відносин статей актуальною стає психолого-педагогічна проблема формування та розвитку в юнацькому віці ціннісно-орієнтаційної системи уявлень особистості про сім'ю, оскільки саме цей період розвитку особистості характеризується необхідністю осмислення отриманого соціального й інтимного досвіду, знань, набутих у процесі взаємодії з навколишнім світом.

Результати опитування дають підстави говорити про недостатню готовність молоді до виконання подружніх і батьківських обов'язків, що в подальшому сімейному житті спричинює особливо численні родинні конфлікти. Так, зокрема, на неузгодженість у розподілі та виконанні домашньої роботи як причину сварок указали 25 % чоловіків і 28 % жінок (за результатами опитування молодих сімей «Молода сім'я в сучасній Україні», загальна кількість опитаних становить 997 повних сімей (1994 респонденти) і 202 неповні сім'ї (202 респонденти)).

Певне свідчення соціальної готовності молоді до самостійного сімейного життя – наявність належної матеріальної бази. Повністю матеріально забезпеченими визнали себе лише 2 % опитаних молодих сімей, 46 % назвали своє матеріальне становище критичним. Середній рівень добробуту мають 52 % молодих родин. При цьому 69 % молодих сімей отримують допомогу від батьків грошми та 73 % – продуктами. Це дає підстави стверджувати, що більшість молодих людей у матеріальному плані не готові утримувати власну сім'ю й відповідальність за неї перекладають на плечі батьків.

Чинником, який свідчить про недостатню підготовленість значної частини молоді до сімейного життя, є відсутність у неї власного житла. Лише 34 % молодих сімей мають власне окреме житло, а отже й можливість самостійно розв'язувати свої сімейні проблеми, 28 % змушені винаймати квартиру чи мешкати в гуртожитку. Понад третина

молодих сімей мешкає на житловій площі батьків або інших родичів (37 %). Житлова залежність і ведення спільного з батьками господарства стримують процес дорослішання, набуття навичок самотійного життя, формування відповідальності за родину, уміння покладатися на власні сили в розв'язанні складних проблем.

Недостатня продуманість і зваженість сучасних шлюбів серед молоді вказує на низький рівень усвідомлення правової основи шлюбу. Звідси й великий відсоток розлучень, які супроводжуються судовими процесами та розподілом майна й особливо негативно позначаються на вихованні та долях дітей. Для більшості молоді характерні поверхові й приблизні уявлення про сімейне право, правові основи шлюбу. Про це, зокрема, свідчить слабе впровадження в практику традиції укладання шлюбного контракту, який визначає не лише майнові чи інші проблеми подружнього життя, а й чітко регламентує права, обов'язки кожного з подружжя стосовно одне одного, а також стосовно дітей у випадку розлучення. Шлюбні контракти підписали 2 % молодих подружжів, а 9 % узагалі нічого про них не чули. Шлюбні контракти уклали молоді люди, які мали попередній досвід сімейного життя.

Отже, дослідження сучасної сім'ї свідчать про недостатній рівень готовності подружжя до шлюбу. І як наслідок – малодітність і розлучення. Дві третини розлучень припадають на перші п'ять років шлюбу. Це спричиняється багатьма факторами: завищеними очікуваннями від шлюбу, особистісною незрілістю подружжя, комунікативною некомпетентністю тощо.

Ми поділяємо й погоджуємося з думкою дослідників, що актуальною на сьогодні є спеціальна підготовка молоді до шлюбу й сімейного життя, яка передбачає:

- підвищення відповідальності молоді в шлюбно-сімейних стосунках, а також щодо батьківства;
- формування здорового способу життя за посередництвом роз'яснення залежності сексуальності, можливості батьківства від наявності шкідливих звичок;
- формування психологічної компетентності щодо особливостей взаємин у сім'ї;
- висвітлення питань раціонального ведення господарства, ефективної організації бюджету сім'ї.

Психолого-педагогічна наука значною мірою розкрила поняття «підготовка» й «підготовленість до шлюбу», у якій кожен з авторів уклав своє розуміння. Проте останнім часом усе частіше трапляється

поняття «психологічна готовність до шлюбу». Досить різнобічними підходами характеризується воно в психолого-педагогічних дослідженнях. На наше переконання, характеристики, що склалися, не дають повної картини суті психологічної готовності до подружнього життя. А отже, це питання розроблене в психології недостатньо.

Для глибокого розкриття поняття «психологічна готовність до шлюбу» слід виходити із суті подружнього життя як діяльності, обумовленої функціями сім'ї, та поняття готовності як стану і якості особистості.

Теоретичний аналіз наукової літератури, досліджень із проблеми, досвід психологів-консультантів у цілому дають підставу психологам зробити висновок про те, що, з одного боку, психологічна готовність до шлюбу – це інтегроване психологічне утворення, яке включає стійку позитивну мотивацію шлюбу, актуалізацію знань, умінь і навичок особи, особистісні якості сім'янина, здатність до емпатичного розуміння партнера, конструктивну поведінку в сім'ї; а з іншого – це процес та результат діяльності.

Для більш повного визначення психологічної готовності до шлюбу слід звернути увагу на її структурні компоненти. Психологічна готовність до шлюбу – це динамічне утворення, яке залежить від багатьох зовнішніх та внутрішніх факторів і становить складний синтез взаємопов'язаних та взаємообумовлених компонентів. До структури психологічної готовності включають такі компоненти, як мотиваційний, особистісний, пізнавальний, емоційно-регулятивний, поведінковий. Вони абстраговані й конкретизовані.

Формування в молоді психологічної готовності до подружнього життя – складний процес, якому притаманні цілісність, сталість, динамізм. Велику складність являє собою проблема контролю та обліку результатів формування готовності. Щоб визначити діагностичні методи психологічної готовності до шлюбу, ми звернулися до відповідної літератури. Її аналіз засвідчив, що цей аспект не є предметом спеціального дослідження. Тому пошуки показників готовності становлять суть інтегрального підходу. Установлено, що в якості критеріїв готовності науковці визначають або сформованість якостей сім'янина (А. Т. Суворова, І. А. Трухін), або сформованість знань (І. В. Гребенніков, І. В. Дубровіна).

У низці досліджень (Л. І. Божович, М. Й. Боришевський, Л. С. Виготський, А. Геззел, І. С. Кон, Г. С. Костюк, Е. Кречмер, К. Левін, О. В. Мудрик) розглянуто психологічні особливості студентського віку.

Їх аналіз засвідчив, що саме в цьому віці створюються певні передумови для вступу в шлюб й об'єктивні умови для формування стійкої психологічної готовності до подружнього життя [26; 31; 36].

Підготовка молоді до вступу в шлюб, до майбутнього сімейного життя – невід'ємна складова частина загальної системи виховання підростаючого покоління.

Серед факторів, що визначають стабільність молодих родин, Н. В. Малярова виділяє готовність молоді до шлюбу: це система соціально-психологічних установок особистості, що визначає емоційно-психологічне ставлення до способу життя, цінностей шлюбу.

Готовність до шлюбу – інтегральна категорія, що включає комплекс аспектів:

- формування визначеного морального комплексу – готовність особистості прийняти на себе нову систему обов'язків стосовно свого шлюбного партнера, майбутніх дітей. Формування цього аспекту виявиться пов'язаним із розподілом ролей між подружжями;

- підготовленість до міжособистісного спілкування й співробітництва. Сім'я є малою групою, для нормального її функціонування потрібна погодженість ритмів життя чоловіка та жінки;

- спроможність до самовідданості стосовно партнера. Здатність до такого почуття включає спроможність до відповідної діяльності, заснованої, насамперед, на якостях і властивостях альтруїзму люблячої людини;

- наявність якостей, пов'язаних із проникненням у внутрішній світ людини, – емпатійний комплекс. Важливість цього аспекту пов'язана з тим, що шлюб за своїм характером стає більш психологічним унаслідок витонченості людини як особистості. У зв'язку з цим зростає роль психотерапевтичної функції шлюбу, успішній реалізації якої сприяє розвиток здатності до співпереживання, уміння співчувати емоційному світу партнера;

- висока естетична культура почуттів і поведінки особистості;

- уміння розв'язувати конфлікти конструктивним способом, спроможність до саморегуляції власної психіки й поведінки. Є. С. Калмикова вважає, що вміння конструктивно вирішувати міжособистісні конфлікти, використання їх для розвитку міжособистісних відносин чоловіка та жінки відіграє вирішальну роль у процесі взаємного пристосування молодят.

Серед багатьох аспектів проблеми формування психологічної готовності молоді до сімейного життя в якості одного з найважливіших

можна виділити правильне розуміння молоддю ролі сім'ї й шлюбу в сучасному суспільстві, що, зі свого боку, зв'язано з особливостями формування в них установок, орієнтації на вступ у шлюб.

Навіщо людині сім'я? Це питання рідко задають собі зрілі, дорослі люди, але досить часто – молоді. Водночас поняття «родина» має для кожної особистості також свій внутрішній зміст.

В унікальності людського буття, у неповторності його особистісних якостей є дві сторони:

- 1) страх утратитися, залишитися непоміченим, «непотрібним»;
- 2) бажання перебороти самотність, стати цінним, «потрібним», улюбленим і незамінним. Чим більш затребуваною, потрібною й цінною відчуває себе людина, тим більше в неї шансів і сил перебороти самотність.

Усі хочуть бути улюбленими. К. Юнг писав про те, що серйозною причиною щиросердечних розладів і захворювань є «блокування психічної енергії»; це відбувається, коли людина, ідучи від труднощів, не реалізовує своє життєве покликання. Любов у родині рятує від самотності, дає можливість повного (не лише тілесного, сексуального) прийняття людини. Саме родина надає людині всі ресурси для самоактуалізації.

У наш час провідний мотив вступу в шлюб – «любов». Однак, називаючи «любов» мотивом шлюбу, молоді люди, очевидно, укладають у це слово різні змісти. Т. А. Флоренська подає три різних тлумачення цього слова: любов як сексуальний потяг; любов як потреба бути улюбленим; любов як здатність любити. Науковець наводить їх опис.

Нині шлюб стає добровільною справою двох молодих людей, котрі навіть за наявності економічної залежності від батьків нерідко не посвячують їх у свої наміри. Говорячи про шлюб, не можна забувати про те, що бажання вступити в подружній союз і ступінь готовності до нього – це далеко не однакові поняття. На думку психологів, морально-психологічна підготовленість особистості до шлюбу означає сприйняття цілого комплексу вимог, обов'язків та соціальних стандартів поведінки, якими регулюється сімейне життя.

До них належать:

- готовність прийняти на себе нову систему обов'язків стосовно свого шлюбного партнера, майбутніх дітей і відповідальність за їхню поведінку;
- розуміння прав і достоїнств інших членів сімейного союзу, визнання принципів рівності в людських відносинах;

– прагнення до повсякденного спілкування й співробітництва, узгодження взаємодій із представником протилежної статі, що, зі свого боку, припускає високу моральну культуру;

– уміння пристосуватися до звичок і рис характеру іншої людини та розуміння її психічних станів [35; 63].

В. С. Торохтій вважає, що ці вимоги реалізуються в різних ролинах різною мірою, на підставі цього очевидного факту він уводить поняття «здатність до шлюбу», що припускає декілька складників:

– спроможність піклуватися про іншу людину, самовіддано їй служити, активно робити добро;

– здатність співчувати, співпереживати, співчувати, тобто «входити» в емоційний світ партнера, розуміти його радості й прикраси, переживання та невдачі, поразки й перемоги, знаходити духовну єдність з іншою людиною;

– спроможність до кооперації, співробітництва, міжособистісного спілкування, наявність навичок та вмінь у здійсненні багатьох видів праці, організації домашнього споживання й розподілу;

– висока етична та психологічна культура, що припускає вміння бути терпимим і поблажливим, великодушним та добрим, приймати іншу людину з усіма дивинами й недоліками, придушувати власний егоїзм.

Усі ці характеристики є показниками вміння людини швидко змінювати свою поведінку відповідно до обставин, що змінюються, виявляти терпимість, стійкість і передбачуваність своєї поведінки, спроможність до компромісу.

В. С. Торохтій, відзначаючи високу значимість підготовленості кожної особистості до шлюбу, відзначає, що міцність, доля шлюбу залежать від багатьох факторів, адже в родину поєднуються дві особистості з їхніми складними психологічними й фізіологічними особливостями. Для людей, котрі перебувають у шлюбі, дуже важливо бути зрілими особистостями в соціально-психологічному плані.

Така зрілість не досягається миттєво й залежить від багатьох факторів.

По-перше, це потреба в психологічній готовності та спроможності виконувати ролі чоловіка й дружини, а потім – батька та матері. Кожна соціальна роль уключає визначені чекання, що пред'являються до її виконавця. Тому готовність до ролі чоловіка й дружини означає чітке їх знання (тобто прав та обов'язків) і бажання виконувати ці ролі.

Крім психологічної готовності, до найважливіших компонентів родини належать функціонально-рольові зв'язки між чоловіком і дружиною. У недалекому минулому саме чоловік виконував найбільш важку фізичну роботу й ніс моральну відповідальність за благополуччя родини. Зараз існує помітний розрив між традиційними уявленнями про «чоловічі» та «жіночі» сімейні ролі й реальний розподіл обов'язків у родині.

Важливий елемент відносин у родині – це емоційно-оцінні зв'язки, що включають думки, уявлення чоловіка та жінки про ті або інші властивості, риси характеру, вчинки один одного. Ці оцінки розміщуються переважно по умовній осі «подобається» – «не подобається». Із часом ці суб'єктивні оцінки піддаються корекції. Ті ж самі риси характеру, звички, манери чоловіка або жінки викликають інші, інколи прямо протилежні емоційні реакції. У такому випадку, на думку В. С. Торохтія, говорять про психологічну зрілість особистості. До неї науковці відносять відсутність надмірного егоїзму, агресивності й наявність здатності визнавати власні помилки та прагнення до постійного самовдосконалення в подружніх відносинах [74].

Б. С. Круглов стверджує, що система підготовки молоді до сімейного життя поряд зі статевою освітою та статевим вихованням, із формуванням навичок міжособистісного спілкування, що насамперед полягає в умінні порівнювати свої інтереси й вчинки з інтересами та вчинками іншого індивіда, повинна включати й формування визначеного рівня цивільно-правової свідомості, що поєднує цивільну відповідальність за свої дії з розумінням значимості кожного свого вчинку.

Можна відзначити, що в міру дорослішання наростає частка мотивів, пов'язаних із можливістю шлюбу чи інтимністю. Існують виражені тендерні розходження: юнаки більш часто вибирають секс як головний мотив побачень, тоді як дівчата більшого значення надають інтимності.

Нині в суспільстві спостерігається велика зацікавленість питаннями сексу. Їх частіше й більш відверто обговорюють у засобах масової інформації; сексуальні потяги постійно стимулюються демонстраціями сексуальності; сексуальна привабливість визнається особистісним достоїнством і вважається коштовною й бажаною якістю. Суспільні норми та правила, що стосуються сексуальної поведінки, стали значно менш твердими й директивними, причому це стосується як чоловічого, так і жіночого сексуального поведіння. Однак усе це зовсім не

зменшує труднощів, пов'язаних із його освоєнням. Навпаки, сучасні молоді люди мають настільки ж виражені сексуальні імпульси, що і їхні попередники, але опанувати ними доводиться в умовах, коли правила й норми керування сексуальністю надзвичайно розмиті, а освоювати їх – у момент, коли власне Его ще надзвичайно слабке. У зв'язку з цим, незважаючи на достатність літератури з питань статевих взаємин, багато молодих людей мають перекручені уявлення про свою сексуальність.

Мотивування – це більш-менш раціональні пояснення людьми власних дій і вчинків. При цьому щирі спонукальні причини їхньої поведінки можуть як цілком і правильно усвідомлюватися, так і усвідомлюватися не цілком чи неправильно або не усвідомлюватися взагалі. У багатьох класифікаціях мотивів шлюбного вибору, побудованих на дослідженнях, що проводилися за допомогою анкетних методів, називаються саме мотивування, а не власне мотиви; або мотиви й мотивування перемішуються. Як приклад можна назвати класифікацію С. В. Ковальова. Мотивація шлюбу включає, на його переконання, п'ять основних мотивів: любов, духовну близькість, матеріальний розрахунок, психологічну відповідність, моральні розуміння [34; 63].

Найбільш глибоко й повно мотивація вибору шлюбного партнера розглядається в психодинамічному підході. З. Фрейд був одним із перших учених, хто намагався визначити, на підставі чого люди вибирають собі пари. Науковець уважав, що найчастіше любов виникає як результат переносу, тобто шлюбний партнер вибирається «за образом і подобою» батька протилежної статі.

Подальші дослідження в межах психодинамічної моделі запропонували інші, не настільки прямі трактування переносу: індивід підбирає партнера, із яким міг би відтворити модель батьківської родини (наприклад патріархальну); сформувати відносини, подібні до тих, що існували між його батьками, і т. ін. Так, В. Томан вважає, що індивід прагне відтворити не модель відносин батьків, а власне положення серед братів і сестер, яке він займав у батьківській родині. Наприклад, чоловік, котрий мав старшу сестру, вибирає в дружини жінку, із якою міг би почувати себе як молодший брат – чекає від неї турботи про нього й заступницького ставлення.

У концепціях Г. Дікса та Дж. Вілли йдеться про проєкції незадоволених у дитинстві бажань. Вони вважають, що кожний із партнерів має приховані потреби, які в дитинстві не були задоволені

батьками, і для шлюбу вибирає людину, котра б допомогла йому відтворити свої інфантильні ситуації й повернутися до своїх не до кінця розв'язаних конфліктів. Партнери взаємодіють, експериментуючи на собі, намагаючись взаємно відреагувати та розв'язати свої невротичні проблеми.

Важливо відзначити, що мотивація вибору в класичних психоаналітичних і близьких до них моделях трактується однаково: вибір, учинений у сьогоденні, детермінується минулим досвідом індивіда.

Більш сучасні теорії намагаються пояснити мотивацію вибору шлюбного партнера потребами, наявними в індивіда сьогодні, і впливом на нього соціальних умов, у яких він перебуває. Найбільш відомими й визнаними вважаються такі теорії.

В. Мурштейн у теорії «стимул–цінність–роль» інтегрував ідеї Р. Уінча й концепцію «фільтрів», припустивши, що пари проходять у своїх відносинах стадії задоволення визначених потреб. На етапі стимулу чоловік і жінка оцінюють зовнішність один одного, уміння триматися в суспільстві, інтелект і т. ін., тобто те, що може бути названо зовнішніми, найбільш доступними спостереженню характеристиками. Велике значення має й те, як ці характеристики оцінюються навколишніми. Якщо за названими вище параметрами чоловік і жінка влаштовують один одного, то їхні відносини розвиваються далі й переходять на стадію порівняння цінностей. На цій стадії зі спільних бесід вони роблять висновки щодо того, чи влаштовують їхні ціннісні установки, погляди, інтереси та потреби іншого. Якщо тут виявляються істотні розбіжності й виявлені недоліки не компенсуються якими-небудь достоїнствами, то партнери розходяться, вважаючи, що не підходять один одному. Якщо вони проходять і через цей «фільтр», то настає завершальна стадія перевірки ролей – з'ясування того, наскільки сумісне виконання ними своїх ролей у шлюбі чи іншому типі відносин. Партнери встановлюють, чи зможуть вони зайняти взаємодоповнювальні ролі в тривалому союзі, що дасть їм змогу задовольняти свої потреби. При цьому оцінюється як подібність характерів і потреб (наприклад однакова потреба в статевих контактах), так і протилежність взаємодоповнюючих рис (домінування – підпорядкування). В усіх фазах діє принцип «сумісності обміну». Рівновага досягається тільки в тому випадку, якщо такий обмін, із погляду партнерів, є рівноцінним. Наприклад, зовні не занадто привабливий партнер може зробити пропозицію красивій дівчині, даючи їй узамін стійке матеріальне становище. Некрасива дівчина може залучити красивого

чоловіка своєю дбайливістю, сексуальністю, здатністю їм захоплюватися тощо.

Із цього варто зробити висновок, що вибір шлюбного партнера може мотивуватися різними потребами, що можуть бути як здоровими, так і невротичними. Від цього значною мірою буде залежати успішність розвитку відносин надалі. Вибори, учинені на основі невротичних потреб, не сприяють формуванню почуття зрілої любові й розвитку стабільних емоційних відносин [60; 63].

3.2. Компоненти та рівні психологічної готовності до подружніх взаємин

Психологічна готовність до сімейного життя залежить від взаємодії багатьох внутрішніх і зовнішніх чинників та становить синтез взаємопов'язаних і взаємозумовлених компонентів: мотиваційно-ціннісного, когнітивного, емоційно-регулятивного й поведінкового.

Мотиваційно-ціннісний компонент передбачає наявність у юнаків та дівчат стійкої позитивної мотивації шлюбу як важливої життєвої цінності (ідеальне Я), усвідомлене бажання мати сім'ю, глибоку переконаність у її значущості, прагнення бути щасливим у подружньому житті, потребу в оволодінні знаннями, уміннями та навичками, необхідними для створення й успішного функціонування сім'ї (реальне та динамічне Я). Цей компонент знаходить своє вираження в ціннісно-смысловій сфері Я (у настановленнях, ціннісних орієнтаціях, переконаннях, мотивах, моральних нормах, життєвій позиції). Цей компонент готовності відображає змістові характеристики самосвідомості, а саме: вибір життєвих цілей, перспективи особистісного зростання, мотиваційні засади діяльності особистості в будь-якій сфері людського буття, сімейному житті зокрема.

Когнітивний (пізнавальний) компонент – це наявність у юнаків і дівчат системи знань, необхідних у сімейному житті, зокрема з педагогіки й психології, достатнього рівня поінформованості з питань моралі, фізіології та сексології шлюбу, а також правничих знань, господарсько-економічних засад функціонування сім'ї. Стійка зорієнтованість дівчини чи юнака на створення сім'ї формується також на основі знань про сім'ю, закономірності перебігу подружнього життя. До нього входять ті особистісні утворення, функція яких полягає в забезпеченні адекватної орієнтації на свою майбутню сімейну роль.

Такими в цьому випадку виступали знання, осмислений власний життєвий досвід.

Емоційно-регулятивний компонент передбачає здатність до рефлексії та саморегуляції поведінки й емоційних станів, а також усвідомлення юнаками та дівчатами сформованості таких якостей, як емпатія, співчуття, співпереживання, взаєморозуміння, взаємодопомога, підтримка, спроможність контролювати гнів, агресію, негативні переживання тощо. Емоційно-регулятивний компонент уключає переживання особистістю хвилюючих подій зустрічі з людиною іншої статі, побачень, залицянь, кохання, перших спроб побудови близьких стосунків. Сюди входить широкий спектр емоційних установок щодо себе (від самоповаги до самоприниження, від поваги до іншого до нівелювання його «Я»), самокерівництво та саморегуляція поведінки й емоційних станів.

Оскільки передумовою успішного виконання сімейних ролей виступає система умінь та навичок, то ми виокремлюємо поведінковий компонент готовності. Він уключає соціально-психологічні вміння, особливості сценаріїв гендерної й сексуальної поведінки, специфіку самоорганізації життєдіяльності.

3.3. Рівні готовності до шлюбно-сімейних стосунків

Готовність молоді до подружнього життя визначає в подальшому стабільність і тривалість існування сім'ї. На жаль, результати соціологічного опитування вказують на недостатній рівень соціально-психологічної готовності сучасної молоді до створення сім'ї. Високий рівень розлучень свідчить про нестабільність і вразливість сім'ї. Зменшується кількість зареєстрованих шлюбів, спостерігається поширення консенсуальних шлюбів, відкладення шлюбів до «кращих часів». У молоді змінюється світогляд, а також погляди на сім'ю й сімейне життя, послаблюються установки на взяття шлюбу. Зменшення частки приросту молодих подружніх пар призводить до зниження темпів помолодшання шлюбно-сімейної структури населення та негативно впливає на демографічну ситуацію в Україні.

Із психологічного погляду, стабільність ще не означає успішність шлюбу й сім'ї. Стабільний шлюб і родина дають задоволення людині від її перебування в цих соціальних інститутах, створюють умови для особистого щастя, особистісного розвитку кожного з їхніх членів.

Багато в чому стабільність шлюбу та сім'ї залежить від таких чинників, як вік одруження, термін знайомства, який передує шлюбу, соціальний статус подружжя. Про стан взаємин партнерів і, відповідно, перспективність шлюбних стосунків наочно свідчить мотивація тих респондентів, які вирішили зареєструвати свій шлюб. Стан взаємин між партнерами яскраво характеризує й мотиви того, чому чоловік і жінка вирішили не реєструвати свій шлюб. Для повних сімей (ідеться про консенсуальний шлюб) знов-таки характерне те, що їх цілком улаштовує їхнє становище, представники цих сімей задоволені своїми взаєминами («не вважаю це за потрібне», «нам і так непогано», «реєстрація закоханим не потрібна») і не бачать доцільності в офіційній реєстрації шлюбу, яка, на їхню думку, аж ніяк не вплине на їхні стосунки («штамп у паспорті нічого не вирішує»). Отже, представники повних сімей не прагнуть реєструвати шлюб насамперед у ситуації, коли зовнішні примуси або сподівання стосовно реєстрації відсутні, а внутрішня ситуація (взаємини з партнером) цілком благополучна.

Інші мотиви небажання укласти шлюб пов'язані з усвідомленням відповідальності за майбутнє сім'ї. Чоловік і жінка не поспішають укласти шлюб, якщо наявні перешкоди для благополучного сімейного життя (незадовільне матеріальне становище, незавершене навчання), а також коли вони прагнуть поближче пізнати одне одного. Така позиція свідчить про відповідальне ставлення до шлюбу, до майбутнього сімейного життя.

Зовсім інші мотиви домінували в чоловіків і жінок із неповних сімей. Головна причина того, чому не відбулася реєстрація шлюбу, як вважає ця категорія респондентів, – небажання партнера (здебільшого чоловіка) або батьків. Тобто простежуємо погані стосунки з близькими людьми, що й стало на перешкоді не тільки офіційній реєстрації, але й, як показав час, – самого сімейного життя.

Невдалий шлюб стає причиною певних змін в уявленні про мотиви вступу людей у шлюб і пріоритетність певних функцій сім'ї. Відповідно, в особи, яка сподівається створити сім'ю, знову, змінюються вимоги до майбутнього партнера, а також очікування, пов'язані з повторним шлюбом. Представники неповних родин перебувають у ситуації, яку можна розглядати як потенційно передшлюбну. Порівняльний аналіз свідчить, що їхні уявлення про головні мотиви вступу людини в шлюб дещо відрізняються від точки зору подружжів із повних сімей.

Передусім слід відзначити, що для представників неповних родин важливіші можливість жити з людиною, котра поділяє твої погляди, смаки, життєві цінності; отримати статус одруженої особи та реалізувати себе в сім'ї. Підвищена актуальність зазначених мотивів цілком зрозуміла для самотньої людини. Однак, крім впливу суто психологічних чинників, спостерігаємо також дію соціально-економічного фактора. Представники неповних сімей набагато більшого значення надають можливості фінансового забезпечення з боку подружжя й, певною мірою, можливості змінити соціальне оточення, підвищити свій соціальний статус.

Вплив соціально-економічного фактора простежується й в оцінках важливості функцій життєдіяльності сім'ї. Представники неповних сімей значно більшого значення надають таким аспектам шлюбу, як можливість через вступ до шлюбу піднести свій соціальний статус, а також матеріальна підтримка неповнолітніх дітей і недієздатних членів сім'ї.

Однак було б несправедливо приписувати представникам неповних сімей тільки меркантильні очікування від шлюбу. Вони, на відміну від подружжів із повних сімей, надають трохи більшого значення також духовним сторонам сімейних стосунків, а саме: задоволенню потреб у коханні, особистому щастю та почуттю захищеності від негараздів зовнішнього світу, духовному спілкуванню й розвитку особистостей членів сім'ї [34; 63].

Отже, хоч би як змінювалися сьогодні ціннісні орієнтації молоді в бік більш приземленого або й цинічного світосприйняття, якими б теоретично демократичними не були їхні погляди на шлюб і сім'ю та ліберальними міжстатеві стосунки, створення родини для них залишається головною передумовою й складовою частиною щасливого життя.

3.4. Гендерні аспекти підготовки до шлюбу

Поділ людей на чоловіків і жінок – центральна установка сприйняття нами розходжень, наявних у психіці й поведінці людини. Багато хто вважає, що вони пов'язані з генетичними, анатомічними та фізіологічними особливостями чоловічого й жіночого організму.

Сьогодні обґрунтованість чіткого поділу людей тільки на дві протилежні статі, що не збігаються за своїми природними характе-

ристиками, ставиться біологами під сумнів. Вони виділяють кілька рівнів сексуальної організації людини, а саме таких, як:

- генетична стать (визначений набір генів);
- гонадна стать (залози внутрішньої секреції);
- морфологічна стать (зовнішні та внутрішні статеві органи);
- церебральна стать (диференціація мозку під впливом тестостерону).

Нерідко характеристики біологічної активності змішують із поведінкою в соціально-психологічному змісті. І тоді виникає питання, про які ж характеристики, власне, ідеться, коли поведінка позначається як «істинно» чоловіча або жіноча? Змішання статевих і гендерних характеристик приводить до того, що до характеристик мужності й жіночності одночасно відносять і психофізіологічні, і соціокультурні аспекти психологічних розходжень, тоді як у ситуаціях реальної взаємодії між собою люди рідко зв'язують біологічні особливості свого організму з гендерними характеристиками. І стать, і гендер – системи умовних позначок, що формують визначений порядок відносин між людьми, їхнє ставлення до різних проявів сексуальності, а також визначають форми представлення себе іншим людям у різноманітних практиках соціальної взаємодії. Усе це породжує гендерні стереотипи.

Гендерний стереотип – «спрощений схематизований, емоційно забарвлений образ чоловіка й жінки». Виділяють три групи гендерних стереотипів. До першої відносять стереотипи маскуліності-фемініності. Чоловікам і жінкам приписують конкретні соціально-психологічні якості й властивості особистості, стиль поведінки. «Чоловіче» (маскулінне) або ототожнююче з ним уважається позитивним, значимим, домінуючим, раціональним, духовним, культурним, активно-творчим, а «жіноче» (фемінінне) пов'язується з негативним, вторинним, почуттєвим, тілесним, гріховним, природним, пасивно-репродуктивним.

Друга група гендерних стереотипів пов'язана із закріпленням сімейних і професійних ролей відповідно до статі. Для жінок основною роллю вважають сімейну, для чоловіків – професійну, а відповідно й оцінка успішності особистості пов'язана з виконанням цієї ролі.

Питання про сімейну роль чоловіка також досить актуальне. Чоловік практично не включений у справи родини, прийняття рішень, оскільки «чоловічі» обов'язки виходять за рамки родини. Чоловік стає інфантильним: не хоче нізащо відповідати, розділяти сімейні обов'язки навпіл.

Третя група гендерних стереотипів пов'язана зі статевими розходженнями в змісті праці. Зазвичай, жінці належить експресивна (виконавська й обслуговуюча праця), а чоловіку – інструментальна сфера діяльності (творча, керівна праця). Т. Парсон і Ф. Бейлс говорять про позитивний вплив такої диференціації ролей, відзначаючи, що «незважаючи на протилежності, якими є чоловік і жінка, вони можуть різноманітно взаємодіяти з урахуванням виконання призначених їм ролей». Крім того, жінки набагато частіше, ніж чоловіки, зіштовхуються з безробіттям і дискримінацією на ринку праці.

Гендер – одна з базових характеристик особистості, що обумовлює психологічний і соціальний розвиток людини. Багатокомпонентна структура гендеру визначається чотирма групами характеристик: біологічна стать, гендерні стереотипи, гендерні норми й гендерна ідентичність.

Гендерна ідентичність – аспект самосвідомості, що описує переживання людиною себе як представника визначеної статі. Гендерна ідентичність – одна з базових характеристик особистості, що формується в результаті психологічної інтеріоризації чоловічих або жіночих рис, у процесі взаємодії «Я» й інших, у ході соціалізації.

Розвиток психічних якостей, способів поведінки не має твердих біологічних основ. Це повною мірою стосується й статевої диференціації. Усвідомлення власної статевої приналежності та становлення гендерної ідентичності людини – один із напрямів її соціалізації. Процес гендерної соціалізації визначається й направляється за допомогою різних соціальних і культурних засобів. Для цього в кожному суспільстві існують визначені гендерні ролі.

Гендерна ідентичність – усвідомлення своєї приналежності до чоловічої або жіночої статі. Гендерна ідентичність особистості входить у структуру соціальної ідентичності.

Гендерна ідентичність – це особливий вид соціальної ідентичності, що співіснує в самосвідомості людини в єдності з уявленнями про професійний, сімейний, етнічний, освітній та ін. статуси. Гендерна ідентичність – продукт соціального конструювання [81]. Вона починає формуватися з народження дитини, коли на підставі будівлі її зовнішніх статевих органів визначається її паспортна (цивільна, акушерська) стать. Із цього починається процес гендерної соціалізації, у ході якої дитину цілеспрямовано виховують таким чином, щоб вона відповідала прийнятним у цьому суспільстві уявленням про «чоловіче» й «жіноче». Саме на підставі існуючих у суспільстві еталонів формуються уявлення

дитини про власну гендерну ідентичність і роль, її поведінка, а також самооцінка.

Первинне уявлення про власну статеву приналежність формується в дитини вже в півтора року, причому саме це уявлення займає місце найбільш стійкого й стрижневого компонента самосвідомості. Із віком гендерна ідентичність розвивається, відбувається розширення її обсягу та ускладнення структури. Дворічна дитина знає свою стать, але ще не може визначити причини свого вибору.

У 3–4 роки вона вже здатна усвідомлено визначати стать оточуючих людей, але найчастіше пов'язує її із зовнішніми, випадковими ознаками. Крім того, статева приналежність вважається дітьми цього віку змінюваною характеристикою. Необоротність статевої приналежності усвідомлюється дітьми приблизно до 6–7 років, що супроводжується посиленням статевої диференціації, поведінки й установок. Наступний найважливіший етап формування гендерної ідентичності – це підлітковий вік. Підліткова гендерна ідентичність стає центральним компонентом самосвідомості. Гендерна ідентичність дорослої людини являє собою складноструктуроване утворення, що включає, крім усвідомлення власної статевої приналежності, сексуальну орієнтацію, «сексуальні сценарії», гендерні стереотипи й переваги.

Поняття «ідентичність» – одне з відносно нових та одночасно популярних понять у психології особистості – одержало популярність завдяки роботам Еріка Еріксона. Еріксон звернув увагу на те, що підсумком підліткового віку стає більш-менш сформоване уявлення в людини про себе як про цілісну особистість, у чомусь схожу з іншими, у чомусь відмінну. У процесі твердження в понятійному психологічному апараті поняття «ідентичність» піддалося теоретичному осмисленню, завдяки якому розділено на персональну (особистісну) ідентичність (тотожність самому собі) й соціальну ідентичність (у руслі теорії соціальної ідентичності Теджфела-Тернера).

Отже, гендерна ідентичність – базова структура соціальної ідентичності, що характеризує людину з погляду її приналежності до чоловічої або жіночої групи. При цьому найбільш значимо, як сама людина себе категоризує. У вітчизняній психології проблемою гендерної ідентичності або близькими до неї питаннями займалися В. С. Агеєв, І. С. Кон, Т. А. Рєпіна, Я. Л. Коломийський та ін.

У вітчизняній психології присутні два умовно подібних терміни, які використовують для визначення цього виду соціальної ідентичності (статева й гендерна ідентичності). Однак за кожним терміном стоїть

різне розуміння цього феномену. Термін «статева ідентичність» використовують дослідники, котрі дотримуються поглядів, згідно з якими «жіноче» або «чоловіче» в особистості багато в чому біологічно детерміноване. Терміну «гендерна ідентичність» надають перевагу ті, хто «створення гендеру» вважає елементом культури, а «чоловіче» й «жіноче» представляє як соціальні конструкти.

Жіночу ідентичність визначають через категоризацію себе як представника жіночої соціальної групи. Жіноча ідентичність припускає відтворення гендерно обумовлених ролей, диспозицій, самопрезентацій.

Чоловіча ідентичність – категоризація себе як представника чоловічої соціальної групи й відтворення гендерно обумовлених ролей, диспозицій, самопрезентацій.

Традиційно вважається, що в процесі соціалізації хлопчик перебуває в більш складному становищі, ніж дівчинка. Його вихователі – зазвичай жінки, що обумовлює недостатність об'єктів для ідентифікації. Крім того, «чоловічий» рольовий набір більш обмежений і твердий, а традиційне виховання не підтримує проявів «чоловічої» поведінки (незалежної, ініціативної, активної). Подальша соціалізація хлопчиків пов'язана із соціальними бар'єрами на шляху розвитку маскулінності, що провокують емоційно-когнітивний дисонанс, наслідком чого є «статорольова розгубленість» або утрировано-маскулінні статево-рольові орієнтації.

На перший погляд, сучасне суспільство пред'являє до поведінки дівчаток менш тверді нормативні вимоги, ніж до поведінки хлопчиків. Крім того, із дитинства її оточують вихователі-жінки, із якими дівчинка може ідентифікувати себе. Однак менша цінність «жіночого» в суспільстві утруднює розвиток позитивної Я-концепції дівчинки.

«Гендерна ідентичність пов'язана з нашим уявленням про своє поле: чи відчуваємо ми себе в дійсності чоловіком або жінкою». Іншими словами, гендерна ідентичність – це аспект самосвідомості, що описує переживання людиною себе як представника визначеної статі, усвідомлення своєї приналежності до статі в соціальному контексті, тобто усвідомлення й переживання індивідом позиції «Я» стосовно конкретних зразків або еталонів статі.

Маскулінність і фемінінність – нормативні уявлення про соматичні, психічні й поведінкові властивості, характерні для чоловіків та жінок. І. С. Кон виділяє три різних значення поняття «маскулінність»:

1. Маскулінність як дескриптивна, описова категорія позначає сукупність поведінкових і психічних рис, властивостей та особливостей, об'єктивно властивих чоловікам, на відміну від жінок;

2. Маскулінність як аскриптивна категорія позначає один з елементів символічної культури суспільства, сукупність соціальних уявлень, установок і вірувань про те, чим є чоловік, які якості йому приписуються;

3. Маскулінність як прескриптивна категорія – це система вимог, що передбачають не середньостатистичного, а ідеального «нинішнього» чоловіка, це нормативний еталон чоловічих рис і якостей [36].

За аналогією можна виділити також три значення поняття «фемінінність».

Гендерні стереотипи – стандартизовані уявлення про моделі поведінки й риси характеру, що відповідають поняттям «чоловіче» та «жіноче».

Гендерні установки – суб'єктивна готовність до статевотипових форм і моделей поведінки, прагнення до виконання ролей, очікуваних від індивіда визначеної статі.

Одним із важливих напрямів роботи школи з підготовки старшокласників до сімейного життя є формування в них адекватних шлюбно-сімейних уявлень. Щоб перебіг цього процесу був ефективним, потрібно знати вихідний рівень уявлень юнаків і дівчат про сімейне життя (їхні знання, ставлення, мрії, плани).

Як засвідчують наукові дослідження, уявлення старшокласників про шлюб та сім'ю відзначаються недостатньою повнотою, розходженнями в поглядах юнаків і дівчат, досить низькою оцінкою себе як майбутнього сім'янина.

Певна звуженість образів характерна для таких аспектів шлюбно-сімейних уявлень учнів, як уявлення про якості ідеального подружжя, мужність і жіночність, сімейні ролі та їхній розподіл між чоловіком і жінкою. Особливою ж неповнотою відзначаються уявлення школярів про функції сім'ї й організацію сімейного життя [81].

Виявлені особливості шлюбно-сімейних уявлень юнаків, які свідчать про значні прогалини в їхніх знаннях про шлюб та сім'ю, неправильні, нереалістичні погляди на деякі питання і які, очевидно, позначаються на їхньому ставленні до інституту сім'ї, потрібно враховувати в процесі цілеспрямованої підготовки юнаків до сімейного життя.

3.5. Соціально-психологічні чинники вибору шлюбного партнера

У віці ранньої дорослості людина включається в усі види соціальної активності, вона відходить від батьківської сім'ї, обирає супутника життя, приймає рішення про шлюб і створення власної сім'ї. У процесі вибору шлюбного партнера відіграють роль багато різних чинників, дослідження яких стає актуальним саме сьогодні, коли кількість розлучень перебуває на високому рівні.

На цьому етапі розвитку суспільства шлюб переживає кризу, пов'язану зі зміною його функціонального призначення. До недавнього часу він мав скоріше економічне та політичне значення, ніж відігравав функцію психологічної підтримки й комфорту [5; 35]. Сьогодні в усіх демократичних суспільствах, зокрема в українському, спостерігаються такі позитивні тенденції, як збільшення економічної незалежності жінок, відміна правової дискримінації незаконнонароджених дітей, розширення асортименту товарів, які полегшують побут самотніх чоловіків і жінок, послаблення примусових повноважень держави у сфері особистого життя людей. Однак ці зміни неминуче призводять до зменшення потреби в реєстрації шлюбу. Як наслідок, середній вік вступу в шлюб постійно підвищується, багато молодих пар проживають разом неофіційно, розлучення стало найбільш імовірним фіналом шлюбних відносин.

Зараз починається епоха, коли шлюб усе менше регламентується економічними чи політичними чинниками, уже не залежить від чіткого розподілу праці або ієрархії авторитету, нормативний тиск суспільства послаблюється. Це становище призводить до того, що провідними детермінантами вступу до шлюбу стають духовна близькість, кохання, єдність цінностей та світосприймання. Незважаючи на те, що в певні моменти свого життя людина може залишатися на самоті, вона завжди прагне, щоб її розуміли та приймали, прагне бути комусь потрібною, тобто коханою. Сама вона, зі свого боку, також бажає кохати, віддавати іншому свою турботу, накопичену ніжність, ділитися з іншою людиною сокровенним та особисто значущим. У людській спільноті склалося так, що надійним засобом реалізації цих потреб визнано шлюб і сім'ю [5]. Тому більшість дорослих людей, як і раніше, відчують бажання знайти шлюбного партнера й укласти шлюб.

Існує велика кількість теорій вибору шлюбного партнера, які представлені переважно західними авторами. Більшість із них описують послідовність етапів або стадій розвитку стосунків із майбутнім шлюбним партнером. Найбільш структурованою та

розробленою теорією вибору шлюбного партнера є концепція Бернарда Мурстейна «Стимул–Цінність–Роль», яка основана на припущенні про те, що всі відносини протягом передшлюбного періоду проходять три послідовні стадії. Лише пари, які прожили всі три стадії, спроможні укласти гідний шлюбний союз.

Перша стадія – *стимульна* – полягає у виокремленні однієї людини з великої кількості інших, тобто відбувається первісний вибір партнера, виникає симпатія. Критеріями вибору на цій стадії виступають зовнішні дані, соціальний статус, особливості самопрезентації людини, декотрі його психологічні якості. Також на стимульній стадії відбувається оцінка власних якостей, що можуть зацікавити іншу людину [11]. Важливим компонентом тут є територіальна близькість між партнерами, оскільки експериментально доказано, що саме вона часто стає основою для взаємної симпатії. Більшість людей знаходять свою «другу половину» серед сусідів, колег, знайомих чи однокласників. Роберт Зайонц та його колеги Уільям Кунста-Вілсон і Річард Морланд назвали це явище ефектом «простого перебування в полі зору». Стосовно зовнішніх даних і чоловіки, і жінки надають перевагу баченню поряд із собою привабливого партнера. Чоловіки більш чутливі до зовнішності партнерші на початковій стадії стосунків, а для жінок приваблива зовнішність партнера є фактором, який зміцнює відносини на більш зрілих етапах. Б. Мурстейн у результаті своїх досліджень дійшов висновку, що для виникнення симпатії між людьми важлива не стільки сама фізична привабливість, скільки відповідність рівня власної привабливості й привабливості партнера. Людина схильна вибирати собі в партнери того, хто не більше та не менше привабливий, ніж вона сама [1]. У. Струбі й колеги вивчали зв'язок зовнішньої привабливості та вибору партнерів. Вони приходять до висновку, що люди, які вважають себе зовнішньо непривабливими, частіше призначають побачення також непривабливим людям, і навпаки, ті, хто високо оцінює власну зовнішність, частіше звертають увагу на вродливих людей [5].

Друга стадія – *ціннісна* – припускає обговорення партнерами цінностей, переконань, світоглядних позицій один одного. Симпатія, що виникає на стимульній стадії, зміцнюється в тому разі, якщо досягається єдність поглядів на життя й позиції щодо питань шлюбу, розподілу чоловічих і жіночих обов'язків у сім'ї, виховання дітей тощо. В іншому разі, за розбіжності подібних позицій, пара розпадається [1]. Донн Бірн та його колеги у своїх експериментах неодноразово

переконувалися, що найбільш симпатичними ми вважаємо тих людей, із якими в нас багато спільного. Можна припустити, що, надаючи перевагу подібним до нас людям, ми відчуваємо безпеку та психологічний комфорт. Чим більше подібностей у настановах, переконаннях і моральних цінностях у подружжя, тим щасливіший шлюб та менш імовірне розлучення [2]. На цьому етапі важливі відвертість, чесність, відкритість партнерів один одному. Якщо зараз не будуть пред'явлені власні цінності й очікування, це може ввести партнера в оману, що викликає серйозні проблеми в стосунках у майбутньому.

Третя стадія – *рольова*. Тут проходить перевірку відповідності рольової поведінки партнерів за їх активної взаємодії один з одним, тобто на практиці. Однак на передшлюбному етапі відносин спроможність партнера виконувати бажану роль перевіряється найчастіше лише завдяки вербальному вираженню його ставлення до цього предмета. К. Коч, використовуючи поняття соціальної ролі для пояснення вибору шлюбного партнера, припустив, що партнери обирають один одного на основі згоди під час виконання ролей у процесі залицяння [7]. На цій стадії проходять перевірку рольові очікування стосовно партнера, ті враження, які він викликає під час спілкування на ціннісній стадії. Інші прибічники рольової теорії, такі як Т. Парсонс, Р. Бейлз, Б. Харбер, Р. Орт, також підкреслювали особливе значення узгодженості рольових очікувань партнерів і їхньої рольової поведінки. Ці науковці знаходили кореляцію між указаною відповідністю та загальною задоволеністю шлюбом [1].

Також на цьому етапі відбувається оцінка відповідності особистісних властивостей партнерів, яка перевіряється завдяки їхній спільній діяльності. Наприклад, соціолог Роберт Уінч у своїй теорії доповнювальних потреб відзначав, що під час вибору дружини чи чоловіка кожна людина шукає того, хто спроможний максимально задовольнити її основні потреби. Задоволення та винагорода розглядаються як сили, що сприяють зближенню майбутнього подружжя. На підтвердження цієї теорії виступив Р. Сентерс зі своєю інструментальною теорією підбору шлюбного партнера. Він стверджував, що людина прагне до того, чії потреби подібні її власним або доповнюють їх [5]. Про особливості задоволення потреб у стосунках та пов'язану з цим стабільність емоційних відносин говорив також Абрахам Маслоу. Він указував, що люди, які живуть на рівні потреб росту, тобто самоактуалізовані особистості, устанавлюють більш стабільні стосунки, ніж ті, хто живе на рівні дефіцитарних потреб.

У вітчизняній психологічній літературі проблема вибору супутника життя недостатньо вивчена та описана. Серед найбільш відомих теорій можна назвати теоретичну модель співвідношення процесів міжособистісного сприйняття й динаміки дошлюбних відносин М. А. Абалякіної. На поетапний розвиток стосунків між чоловіком та жінкою вказувала також Т. Б. Василець [6]. Відомим дослідником шлюбно-сімейних відносин є Л. Б. Шнейдер. Трансформацію соціально-моральних установок молоді стосовно шлюбу та дошлюбних інтимних стосунків вивчав С. І. Голод. Процес вибору шлюбного партнера досліджували М. М. Обозов й А. М. Обозова [24; 52; 81].

3.6. Вплив батьківської сім'ї на готовність молоді до подружнього життя

Психологічна готовність до шлюбу й сімейного життя – багатоаспектна проблема, яка включає питання формування психологічної статі особистості, її розвиток, оволодіння стереотипами чоловічої та жіночої поведінки.

Благополуччя сім'ї залежить від специфіки засвоєних ролей чоловіка й дружини, батька та матері. Знання й уявлення про себе як людину певної статі зі специфічними для чоловіка та жінки потребами, ціннісними орієнтаціями, мотивами, інтересами й формами поведінки, а також уявленнями про сімейне життя служать психологічним фоном шлюбу та впливають на міжособистісні відносини подружжя.

На позицію молоді в ставленні до шлюбу й сімейного життя впливають:

- особливості структури сімейного життя в батьківському домі, розподіл сімейних ролей, їх виконання;
- якості особистості подружжя (характер, ціннісні орієнтації, смаки, звички, особливості потребно-мотиваційної сфери тощо);
- уявлення про ідеал дружини чи чоловіка (очікування, пов'язані зі шлюбом, вимоги до сімейного життя);
- просімейна мотивація.

Важливими є ще два моменти – власний приклад батьків і якість їх виховного впливу на дітей. Найбільш значима роль у процесі формування майбутнього сім'янина належить батьківській сім'ї. За результатами досліджень Е. К. Васильєвої, В. А. Сисенка, В. Сатир, А. Г. Харчева, Л. В. Чуйко, які проводилися з респондентами різних соціальних категорій, батьківська сім'я займає перше місце серед елементів соціального мікросередовища (дошкільні заклади, школа,

засоби масової інформації й ін.). Її структура та соціально-психологічні характеристики впливають на формування уявлень молоді про подружнє життя. Дослідження показали, що позитивну орієнтацію молоді на шлюб і сім'ю забезпечує повна родина зі сприятливим психологічним кліматом. У неповних сім'ях формування орієнтацій на шлюб та родину ускладнюється внаслідок деформації рольової соціалізації (відсутність одного з батьків як об'єкта ідентифікації). Дані соціологічних досліджень свідчать: розлучення батьків утричі збільшує вірогідність розлучення дітей, у той час як розлучення дітей, які росли в повних сім'ях, складає один із двадцяти. Для повноцінного розвитку й формування особистості чоловіка та жінки необхідний материнський і батьківський вплив із перших місяців життя дитини [7; 9; 61; 63].

Діти сприймають від батьків форму поведінки, підсвідомі реакції, різноманітні позитивні чи негативні звички, значимі якості моделі подружніх відносин. На основі концепції дублювання батьківських якостей індивідуум навчається чоловічої й жіночої ролей, має тенденцію несвідомо використовувати в сім'ї модель відносин батьків незалежно від того, подобаються вони йому чи ні. Терман, порівнюючи стосунки благополучних і конфліктних подружніх пар, установив, що на врівноваженість подружніх зв'язків великий вплив мають сприятлива модель шлюбу батьків; гарні відносини батька до матері; щасливе дитинство. Урівноважені члени сім'ї були спокійними і в дитинстві, їх рідко карали, частіше пестили, із ними більш відкрито обговорювали сексуальні проблеми.

Згідно з концепцією дублювання якостей братів і сестер установлено, що індивідуум намагається в нових соціальних зв'язках реалізувати свої відносини з братами й сестрами. Більш стійкі та вдалі шлюби спостерігаються в тих випадках, коли стосунки між партнерами будуються саме за цим принципом, урахувавши статеву приналежність. Подружні відносини можуть бути або повністю (чоловік мав молодшу сестру чи дружина – старшого брата), або частково комплементарними (обоє мали старших братів чи сестер), або ж некомплементарними. При некомплементарному шлюбі відзначається зв'язок із порядком дитини в батьківській сім'ї (коли два партнери були старшими серед дітей) або ж зі статтю (один із партнерів чи обоє мали лише братів чи сестер). Особливе місце займають діти, котрі не мали ні брата, ні сестри; для них у сім'ї була лише одна модель – батьківський шлюб [63].

Сіпов узагальнив свої дослідження про вплив батьківської моделі на модель шлюбу молодої сім'ї таким чином:

– дитина навчається в батька тієї ж статі чоловічої (чи жіночої) ролі, яка в подальшому зберігається;

– образ батька протилежної статі має значний вплив на вибір майбутнього партнера. Якщо роль батька протилежної статі в сім'ї позитивна, то вибір подібного партнера веде до подружньої гармонії. Якщо ж батько протилежної статі грає негативну роль і дитина її не приймає, то партнер із подібними характеристиками є джерелом негативних реакцій;

– модель батьківської сім'ї визначає в головних рисах модель сім'ї, яку, унаслідок цього, створюють їхні діти. Установлено, що в шлюбі партнерів, котрі представляють явно протилежні моделі, постійно відбувається боротьба за владу. Вірогідність гармонійного союзу тим вища, чим ближчі моделі сімей, із яких вийшли подружні пари.

Вплив власного прикладу батьків на майбутнє сімейне життя молодого подружжя часто виступав предметом наукового дослідження [58; 77].

Результати досліджень засвідчують, що близько 80,7 % опитаних чоловіків хотіли б, щоб їхня дружина за своїми якостями була схожа на матір. 80,1 % жінок також висловили бажання бути подібними на свою матір. У неблагополучних сім'ях кількість респондентів, котрі оцінили якості своєї матері як ідеальні, зменшилося до 29 %. Кожен третій чоловік із благополучної сім'ї хотів би бути подібним на свого батька й кожна п'ята жінка – щоб її чоловік за своїми особистісними якостями був схожий на її батька. 98 % жінок і 85 % чоловіків із неблагополучних сімей оцінили якості своїх батьків, як такі, що не відповідають їхньому ідеалу сім'янина. Тобто, у неблагополучних сім'ях взаємини батьків й особистісні якості сім'янина не є прикладом подружнього життя, а лише негативно впливають на дітей. Тому більшість таких молодих людей намагаються побудувати своє майбутнє сімейне життя по-іншому й виховати в собі якості сім'янина, протилежні рисам їхніх батьків. Але, як засвідчили дослідження К. Вітека, А. Г. Харчева, Г. Л. Смирнова, у реальному сімейному житті вони їх дублюють [16; 73].

Проведене дослідження також показало, що більшість тих, хто оцінює свій шлюб як «ідеальний» (83 %), так само оцінює і шлюб своїх батьків. Ті, у кого виявилися труднощі в сімейному житті, вважали шлюб своїх батьків «відносно хорошим» у 69 % випадків.

Таку саму закономірність виявлено і в конфліктних ситуаціях. Чим більше було конфліктів у батьківських сім'ях, тим частіше вони виникали в сім'ях дітей.

Із числа респондентів, відносини між батьками яких були задовільними, 49 % зіткнулися з конфліктами у своєму сімейному житті. Тобто неблагополучний психологічний клімат сім'ї негативно

впливає на стабільність шлюбу дітей. З. А. Янкова, О. К. Лосева у своїх дослідженнях відзначали, що в багатьох випадках мотиви сварок батьків і дорослих дітей у власній сім'ї, збігаються. Взаємини між батьками, стереотипи поведінки в сім'ї, засвоєні в дитинстві та юності, у зрілому віці значно впливають на характер відносин між подружжям, на задоволеність і стійкість шлюбу [35].

Отже, характер відносин подружжя багато в чому відповідає особливостям взаємин їхніх батьків. У тих випадках, коли конфлікти між батьками переходили певну межу, виливаючись у різні прояви взаємної неприязні, але справа не доходила до розлучення, діти нерідко сприймали такі стосунки як антимодель нормальної сім'ї й, вступаючи в шлюб, свої подружні взаємини будували по-іншому. Якщо конфлікт батьків досягає крайньої межі та стає нестерпним для обох сторін, то інтересам дітей більше відповідає розлучення, ніж подальше спільне життя батьків.

Гармонія сімейного життя батьків має й інші наслідки для майбутнього сімейного життя дітей. Установлено, що молоді пари, які позитивно оцінили шлюб своїх батьків, проявляють у взаєминах у своїй сім'ї більше толерантності, злагоди та розуміння. 42 % опитаних із таких родин проявляли повне взаєморозуміння в питаннях ведення домашнього господарства, у той час як ті, чиї батьки розлучилися, такі риси проявляли лише у 28 % випадків. Отож, шлюбним партнерам, сімейне життя яких склалося благополучно, батьки дали наочний приклад того, як повинне будуватися спільне життя чоловіка й дружини. Вони доповнюють один одного та тим самим забезпечують успішне виховання. Спільні дії батьків – важливе передбачення успішного формування особистості.

Запитання та завдання для самоперевірки:

1. Охарактеризуйте особливості готовності майбутнього подружжя до шлюбу.
2. Розкрийте компоненти готовності до подружнього життя.
3. Охарактеризуйте соціально-психологічні чинники вибору шлюбного партнера.
4. Проаналізуйте особливості впливу батьківської сім'ї на готовність молоді до шлюбних стосунків.

РОЗДІЛ 4

ПСИХОЛОГІЯ СЕКСУАЛЬНОСТІ. СЕКСУАЛЬНА ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ТА ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПАРТНЕРІВ

Психологія сексуальності як наука. Особливості розвитку уявлень про сексуальність. Компоненти та функції сексуальності. Методи психологічного дослідження сексуальності. Психосексуальна ідентифікація й засвоєння сексуальної ролі. Сексуальна гармонія шлюбно-сімейних стосунків.

4.1. Психологія сексуальності як наука

Сексуальність людини – це сукупність біологічних, психофізіологічних й емоційних реакцій, переживань і вчинків людини, пов'язаних із проявом та задоволенням статевого потягу. Психологія пояснює сексуальність як низку реакцій, спрямованих на реалізацію інстинкту розмноження, який людина містить у собі від народження. Це вже заздалегідь обраний напрям, своєрідна програма для людини, яка забезпечуватиме її життя сприятливими умовами, це мотиваційна сила. У психологію поняття інстинкт уводить Фрейд. На його думку, ми не відчуваємо інстинкти, тому що вони управляють нами, а їх реалізація виявляється в бажаннях, наприклад сексуальність – це своєрідний інструмент для реалізації інстинкту розмноження, ми можемо відчувати любов, симпатію, сексуальне збудження, але це не сам інстинкт, а його побічність, наслідок. Отже, інстинкт можна уявити якоюсь енергією всередині нас, яка мотивує всі наші вчинки. Головне тут те, що джерело цієї енергії міститься в людині.

В індійській філософії, сексуальна енергія (раджас) не породжується людиною, людина на неї хворіє, перебуває під її впливом, що повністю відрізняється від європейської теорії (про яку йшлося вище). При цьому можна сказати, що людина перебуває в стані сексуальності, сексуальність на неї впливає, людина не породжує це почуття, а від народження хворіє на нього. Раджас відносять до ілюзорної енергії матеріального світу, що відповідає за те, щоб цей світ відтворювався й розмножувався. Оскільки в індуїзмі та буддизмі матеріальний світ є ілюзією, чимось вторинним, від чого потрібно піти та позбутися, то й сексуальна енергія, яка спрямована на розмноження, оцінюється

негативно. У такому світлі сексуальність сприймається не як очевидна властивість людини, а як окремо діюча енергія. Так само вона розглядається як властивість матерії, інструмент для закріплення в цьому світі.

Якщо уявити сексуальність людини як енергію, яка утримує наше існування в цьому матеріальному світі, то в ній ми можемо виявити певні якості. Перша й, напевно, найголовніша якість, полягає в тому, що сексуальність спрямована на вдосконалення певного типу (маються на увазі живі організми), у її цілях народжувати той тип, який буде більш удало гармоніювати в цьому світі для того, що вже створено. Це виражається у вибірковості сексуального партнера. Сексуальність не реалізується хаотично між складовими частинами одного виду. Припустимо, що в людей є такі поняття, як краса, привабливість, чарівність, відповідність цим якостям (які, звичайно, дуже умовні й індивідуальні), що забезпечує відповідну сексуальну реакцію. Іншими словами, можна сказати, що красива людина – сексуально приваблива. У тваринному світі часто визначальним фактором стає сила й здоров'я. Прикладом подібного відбору є боротьба за самку між самцями, де переможець, звичайно, наділений кращим здоров'ям та отримує право на спаровування. Отже, той, хто сексуально привабливий, той потрібен природі. Природа формує види живих організмів, наділяючи їх сексуальною енергією, а відповідно, і великим розмноженням.

Друга якість сексуальної енергії – звільнення. Вона діє на організм таким чином, що від неї хочеться позбутися, реалізувати, спрямувавши на статевий акт. На думку буддистів, «після парування кожна тварина сумна», що свідчить про те, що сексуальна енергія покидає організм, а вона є тим, що закріплює й утримує нас у цьому світі, мотивує наші вчинки.

Повністю позбутися від сексуальної енергії дуже складно, але навіть її спад, що проявляється в стані після статевого акту, виражається в тій самій печалі, спустошенні. Саме такого спустошення, відсутності сексуальної енергії хочуть домогтися буддисти, але не реалізовуючи цю енергію (що дарує короточасне звільнення), а ігноруючи її повністю [36].

Багатоманітність психічного життя людини пов'язана з її само-реалізацією в інтимній сфері. Гармонійність, повноцінність її статевого життя взаємопов'язані зі здатністю розуміти себе, самодостатністю, буттєвим оптимізмом в усіх вимірах життєдіяльності, знанням психічних механізмів і закономірностей, які обумовлюють сексуальну

поведінку особистості. Такі знання допомагають краще розуміти й відчувати партнера, легше долати різноманітні кризи. Нагромадженням, систематизацією таких знань займається психологія сексуальності.

Сексуальність традиційно тлумачать як статеву чуттєвість, яка пов'язана із задоволенням статевого потягу та є характеристикою всього, пов'язаного зі статевим життям.

Такої думки дотримується й автор «Довідника із сексології, сексопатології та андрології», український лікар-уролог Олексій Люлько, за словами якого, сексуальність – це «характеристика сексуального потягу, сексуальних реакцій, сексуальної активності тощо». У сексуальності конкретної людини вбачається «бажання та вміння жити статевим життям відповідно до вимог суспільства» [38].

Як зазначають американські дослідники Вільям-Хавелл Мастерс і Вірджинія Джонсон, однозначно та чітко відповісти на питання, що таке сексуальність, неможливо. Якщо слово «секс» зазвичай використовують у повсякденному житті на позначення статевого акту, то термін «сексуальність» – значно ширше поняття. На думку дослідників, сексуальність є комплексною характеристикою людини, а не лише її здатністю до еротичної реакції. Однак учені не пояснюють, у чому полягає ця комплексна характеристика.

Їхній співвітчизник Г.-Ф. Келлі також стверджує, що сексуальність – дуже широке поняття, пов'язане з усіма аспектами людського буття. І щоб достеменно зрозуміти, що таке людська сексуальність, потрібно розглядати її в різноманітті проявів.

На широкому розумінні терміна «сексуальність» наполягають і гавайський психолог Раймонд Корсіні та канадський Алан Ауербах, автори «Психологічної енциклопедії», на думку яких, сексуальність людини – це «широка сфера функціонування, починаючи від основних фізіологічних відмінностей між чоловіками та жінками й закінчуючи якостями, що характеризують маскуліність і фемінність, латентну та маніфестну сексуальну поведінку» [36]. Традиційно сексуальність розглядають із використанням таких наукових підходів:

а) медико-біологічний. Його представники вивчають анатомію та фізіологію статевої системи людини, фізіологію статевого акту, нейрогуморальну регуляцію статевої функції, статеві розлади й методи їх лікування тощо;

б) соціокультурний. Його представники досліджують вплив культурних традицій на сексуальну поведінку в різних країнах та в різні часи, норми сексуальної поведінки представників різних етнічних спільнот, поколінь, формування статево-рольових стереотипів тощо;

в) психологічний. На основі досліджень, відповідно до цього підходу, формується й розвивається психологія сексуальності, предмет якої ще не чітко окреслений. Більшість дослідників спочатку ставить різноманітні запитання, пов'язані із сексуальністю людини («Що ми знаємо про еротичне бажання?», «Які психологічні проблеми виникають у людини, яка реалізує свою сексуальність?», «Як впливає сексуальність людини на її почуття, думки, вчинки?» тощо), а потім констатують, що відповіді на ці та багато інших питань покликана дати психологія сексуальності.

На психологічному аспекті сексуальності акцентує «Радянський енциклопедичний словник», за яким сексуальність – це «сукупність психічних реакцій, переживань та вчинків, пов'язаних з проявом та задоволенням статевого потягу». У «Психологічному словнику» за редакцією В. Зінченка, Б. Мещерякова психологічний напрям у вивченні сексуальності «охоплює безліч проблем, пов'язаних з індивідуальними й груповими (наприклад статевими, віковими) особливостями сексуальної поведінки, – сексуальну орієнтацію, тип сексуального об'єкта, способи спілкування із сексуальним партнером та сексуального задоволення, символізацію сексуальної поведінки». За Г.-Ф. Келлі, психологія сексуальності досліджує сексуальну орієнтацію, поведінку, емоції та міжособистісні зв'язки.

Психологія сексуальності – галузь психологічної науки, яка вивчає психологічні закономірності та механізми сексуального реагування людини. Її мета – з'ясування психологічних проявів та детермінант сексуальності людини. Відповідно до мети окреслено й основні її завдання:

- 1) визначення психологічних механізмів сексуальної поведінки;
- 2) з'ясування психологічних особливостей гетеро- та гомосексуальних стосунків;
- 3) вивчення психологічних особливостей сексуальності людини на різних етапах онтогенезу;
- 4) дослідження психологічних факторів сексуальних розладів, розроблення шляхів діагностування психогенних сексуальних розладів і їх терапії [38].

Загалом, предметом психології сексуальності є всі аспекти прояву сексуальності, сексуальної поведінки людини й чинники, які впливають на цей процес, знання яких допомагає в розвитку та збереженні сексуальної повноцінності.

Міждисциплінарний підхід до медико-біологічного, соціокультурного й психологічного напрямів зумовлює тісні міждисциплінарні зв'язки психології сексуальності з анатомією та фізіологією

людини (надають їй відомості про будову й функціонування статевої системи, фізіологію статевого акту тощо), сексопатологією (займається етіологією, патогенезом та лікуванням сексуальних розладів), культурологією, соціологією, етнографією й історією (допомагають з'ясувати вплив на сексуальні установки, норми і сексуальну поведінку людини культурних традицій та історичних особливостей).

Психологія сексуальності тісно співпрацює з багатьма галузями психологічної науки. Наприклад, дані вікової психології, геронтології необхідні в дослідженнях розвитку сексуальності людини впродовж її життя. Психологія статі, що вивчає психофізіологічні, особистісні, соціально-психологічні статеві особливості, їх походження й взаємозв'язок із поведінкою, створює передумови для досліджень психологічних відмінностей чоловічої та жіночої сексуальності, особливостей статево-рольової поведінки тощо. Соціальна психологія, зосереджена на проблемах спілкування, міжособистісної атракції, поведінки людини в групі тощо, надає психології сексуальності наукову базу для досліджень особливостей формування статевої норми, статевого виховання, міжстатевих стосунків. Разом із психологією сім'ї та сімейною терапією психологія сексуальності досліджує статеве життя в цивільних та офіційно зареєстрованих шлюбних союзах, а також пов'язані з ними психологічні проблеми. Тісним є зв'язок психології сексуальності з психологією особистості, адже не лише особистісні особливості (темперамент, характер, ціннісні орієнтації тощо) впливають на сексуальну поведінку людини, а й сексуальність впливає на особистість та її поведінку.

Загалом психологія сексуальності синтезує у своїх студіях усі дані інших галузей психологічної науки щодо проблем статі, статевого життя й міжстатевих стосунків. З огляду на всеосяжний характер сексуальності, її вплив на всі сфери людського буття, дослідження в цій галузі сприяють розвитку всіх дотичних до психології сексуальності наукових дисциплін.

4.2. Особливості розвитку уявлень про сексуальність

Первісна людина не була байдужа до сексуальної сфери. Правда, існує дуже мало даних про особливості та спосіб життя печерних людей. Наскальні малюнки раннього палеоліту (1 млн – 100 000 років до н. е.), до якого відносять перший етап розвитку людської культури, свідчать про те, що печерна людина вже мала уявлення про любов і смерть та

пов'язувала обидва ці явища з життям людини. У більш пізні періоди палеоліту (100 000–8000 років до н. е.) не тільки малюнки на стінах печер, але й міфи та культу населення майже всіх регіонів землі підтверджують, що питання сексуальності завжди привертало до себе увагу людини. Звичайно, у тих умовах увагу звертали не на поведінку, пов'язану із сексуальним збудженням, а на таємничі явища запліднення, збереження й збільшення кількості потомства, що забезпечувало існування людини як виду [36].

Звичайно, інтерпретація свідчень тих часів не може бути однозначною, однак на підставі наскальних малюнків можна припустити, що первісна людина визнавала великі форми тіла. У неї була також потреба відобразити сексуальний контакт у ритуалах, про що свідчить один малюнок, що дійшов до нас, на якому зображено дві людини, котрі вчиняють статевий акт у положенні сидячи. Крім того, первісні люди прагнули висловлювати сексуальність у символічній формі, що підтверджує малюнок, який зображує жінку з фалосом, а також численні міфи й перекази, у яких фігурують двостатеві істоти (андрогіни). Вони були символами родючості майже у всіх джерелах, починаючи від давньоєгипетських і давньоіндійських та закінчуючи свідченнями Геродота й Плутарха.

У старовині, як у західній, так і в китайській, індійській та арабській культурах, задавалися питання про значущість сексуальності, робилися спроби класифікувати різну сексуальну поведінку з філософсько-етичної, релігійної та навіть сексологічної точок зору. Цікавими є медичні, природничі й правові описи стосовно різних питань сексуальності, у тому числі сексуальні звичаї різних народів.

Вплив міфології на розвиток сексуальних знань особливо яскраво проявляється в запозиченні імен для позначення відповідних органів, функцій або сексуальних розладів. Так, жіночі геніталії називали раковиною Афродіти (раковина символізувала таємницю запліднення, згідно з міфом, Афродіта народилася з морської піни). До цих пір поширена назва «клітор» (Кліторіс, дочка Мірмідона, була така мала, що Зевс був змушений перетворитися на мурашку, щоб зблизитися з нею). Особливо ж часто використовували міфологічні назви представники психоаналізу для позначення різних комплексів.

Багато питань стосовно сексуальності, Платон (V–VI ст. до н. е.) пов'язував із проблемою любові. Жоден філософ не надавав Еросу настільки великого значення, як Платон. Природа його була далека від приписування йому легенди виключно «платонічного», духовного

кохання. Він не відділяв кохання сексуального від тілесного. Наука визначає сутність Еросу терміном «еротизм» – як у фізичному, так і в психічному плані, не обмежуючись, таким чином, тільки генітальною сексуальністю або відтворенням потомства. На сьогодні неправильно розуміють під платонічною любов'ю кохання «чисте», вільне від елементів сексуальності. Платон вважав, що любов фізична, сексуальна й схиляння перед красою людського тіла необхідні для досягнення вищої духовної любові та духовного єднання. Обмеження ж платонічного кохання чисто духовними відносинами є результатом інтерпретацій, висхідних до середньовіччя [36].

На думку Платона, метою любові є не тільки народження дітей, тобто він розмежовував сексуальність і чисто фізичний статевий акт. Він оспівував пристрасть і сексуальну насолоду як джерело поетичного й філософського натхнення. Любов пробуджує високі почуття та думки, а в результаті – роздум про вічну красу. А оскільки Платон відмінність статей не вважав за необхідну умову для виникнення любові або сексуальних зв'язків (тобто вони могли бути як між чоловіком і жінкою, так і між двома чоловіками або двома жінками), значна частина гомосексуалістів досі охоче посилаються на його концепцію.

Для пояснення того факту, що люди цікавляться одне одним, прагнуть до сексуального, духовного та тілесного єднання, Платон звернувся до міфу, згідно з яким спочатку чоловік і жінка були єдині, тобто представляли собою одну істоту (андрогіна), і лише пізніше боги, чи то за провини людей, чи то через заздрощі розділили їх на одностатеві істоти. Ці половини можуть бути як гетеро-, так і гомосексуальними. Цим і пояснюється їх взаємне прагнення до духовного та тілесного єднання, оскільки лише таким чином можна тимчасово відновити втрачену єдність – і то лише в тому випадку, якщо одна половина знайде відповідну їй, «свою» половину. Міф про андрогіна являє собою спробу розв'язати проблему відмінності статей, наслідком чого, зокрема, з'явилася вічна недоступність для чоловіка або жінки частини (і навіть половини) людського досвіду. Пізніше, у середні віки, а особливо в період романтизму, ці погляди знайшли відображення в ідеї, ніби людина може полюбити в житті лише одну людину. Це пов'язано з концепцією Платона про те, що тільки єдина «половина» є істинним доповненням іншої людини. Життєвий досвід, однак, суперечить цьому, тому що люди можуть багато разів переживати почуття любові в різних її проявах.

Творцем великої філософської системи був Арістотель (IV століття до н. е.). Він був учнем Платона, але піддав різкій критиці багато його

концепцій, у тому числі концепцію «Одноманітності» всіх людей. Арістотель зробив спробу пояснити явища, пов'язані із заплідненням і сексуальними відхиленнями. На його думку, стать вівці й кози залежить від напрямку вітру під час копуляції: північний вітер обумовлює потомство чоловічої статі, південний – жіночої [38].

Гіппократ (V–VI ст. до н. е.), творець основ лікарської етики й учення про темпераменти, уважав, що часті статеві акти зміцнюють та збільшують статевий член, у той час як сексуальна стриманість зменшує його. У той час панувала думка, що мастурбація є причиною багатьох хвороб. Це зумовлено рівнем медичних знань, зокрема помилковим уявленням про роль сім'ї для здоров'я людини. Гіппократ вважав, що сім'я накопичується з усіх частин тіла, особливо з голови. Переконавання в розвитку важких хвороб у зв'язку з утратою сімені виникла, зокрема, тому, що в давнину сіменна рідина вважалася найбільш важливою, оскільки діє стимуляційно на весь організм і тому її втрата повинна викликати розлади. До того ж сімені приписувалася дія, яку здійснюють гормони яєчок. У зв'язку з цим утрата сімені повинна викликати всі ті порушення, які виникають при розладах ендокринної функції яєчок. Сім'ям у той час вважали будь-які виділення із сечового каналу, у тому числі гнійні при запальних захворюваннях. Тому всі прояви цих хвороб розглядали як результат втрати сімені. Гіппократ описав захворювання, викликані хтивістю, назвавши їх «виснаженням хребта». «Ця хвороба вражала розпусників, руйнуючи в них спинний мозок, тобто хребет. У них немає лихоманки, проте вони худнуть і виснажуються, хоча й добре харчуються. Їм здається, що з голови вздовж хребта спускаються мурашки. Під час дефекації і сечовипускання вони втрачають дуже розріджену сім'яневу рідину. Вони нездатні до запліднення, а уві сні часто здійснюють похитливі дії. Прогулянки, особливо по поганих дорогах, забирають у них подих, викликають слабкість, шум у вухах і важкість у голові. Урешті-решт, гарячка приводить їх до загибелі» [36].

Гіппократ стверджував, що при статевому акті між чоловіком і жінкою відбувається благодотворний взаємний обмін рідинами, тобто статевий акт є своєрідним взаємним «щепленням», зміцнює здоров'я внаслідок сприйняття виділень партнера протилежної статі. Цей погляд справив великий вплив на розвиток так званої герокомії – концепції, згідно з якою чоловік може омолоджуватися, вступаючи в статевий зв'язок із молодими дівчатами. При цьому від дівчат в організм чоловіка надходять речовини, що сприяють омолодженню. Деякі прихильники

герокомії вважали, що не лише статеві зносини, а й навіть просто зіткнення з молодим тілом (вплив його «тепла» або «дихання») викликає омолодження. Як приклад, посилалися на біблійного царя Давида, який тримав при собі для цієї мети кармелітянку – молоду дівчину з племені Сунам. Герокомія, засуджена й відкинута в середні століття, у дещо іншій формі з'явилася в кінці ХІХ ст. в поглядах Вільгельма.

Щодо гомосексуальних контактів Гіппократ дотримувався думки, що мужність і позитивні якості дорослого чоловіка через його сім'я можуть передаватися підліткам. Цей погляд і зумовив відповідне ставлення до гомосексуалізму в античній Греції.

Однією з найбільш древніх хірургічних операцій є обрізання крайньої плоті. Застосовувалося воно з ритуальними цілями в Давньому Єгипті 5 тис. років тому. Євреї також здійснюють ритуальне обрізання в немовлят на 8-й день їхнього життя, а мусульмани – у дітей віком 3–14 років. В Ефіопії й Індонезії обрізання робили також місцеві жителі-немусульмани, зазвичай незадовго до вступу в шлюб, у присутності нареченої та всього племені, оскільки обряд був своєрідним іспитом для чоловіка. У деяких первісних народів застосовували так звану інфібуляцію-закриття входу в піхву для попередження мастурбації або передчасних статевих зносин. І лише чоловік мав право усунути перешкоду своїм ножем, кременем або статевим членом. Римляни застосовували інфібуляції в євнухів; вона полягала в тому, що в крайню плоть вшивали кільце.

Із давніх часів використовували також різні механічні засоби для досягнення більшої сексуальної насолоди, наприклад штучний статевий член, зроблений зі шкіри, дерева або гуми. У Римі під час статевих зносин використовували цілу систему пристосувань, аж до штучного статевого члена, закріпленого на колесах. У Римі також був відомий інструмент, що називався *muti-nus tutunus* і мав вигляд статевого члена, на який, у відповідності з древнім весільним ритуалом, напосідала наречена, перед тим, як чоловік робив із нею перші статеві зносини. Це була механічна дефлорація, яку згодом різко критикували християнські теологи. У той же час, проте, служительок культу Вести (Весталки) за недогляд за вічним вогнем карали батогами, а за втрату цноти заживо замурували.

У середні віки й у Новий час погляди на сексуальні функції мало відрізнялися від тих, що існували в давнину. Їх пов'язували з важкими захворюваннями й, крім того, у моральному плані оцінювали як нечисті та гріховні. Унаслідок аскетичних принципів епохи Середньовіччя в

обмеженні сексуального потягу вбачали не раціональну необхідність для створення можливостей спільного життя людей, а абсолютний моральний ідеал. Ставлення до сексуального життя було однозначно негативним, але повної заборони на неї не накладалося через необхідність продовження роду. Абсолютне підпорядкування сексуального потягу власній волі розглядалося як вищий ступінь досконалості особистості. Можливість статевих зносин допускалася тільки з метою запліднення, усі інші прояви сексуального життя рішуче засуджувалися.

Негативна установка стосовно сексуальності знайшла своє відображення в законодавстві. Законодавством усіх західноєвропейських держав передбачалося суворе покарання за всілякі відхилення або перекручення в сексуальній сфері; зазвичай ішлося про позбавлення життя або тяжкі тілесні тортури. У Східній Пруссії смертну кару за гомосексуалізм скасовано лише в 1794 р. І тільки наполеонівський кодекс 1810 р. узагалі скасував у Франції покарання за гомосексуалізм. Однак переслідувались інші сексуальні провини, не ті що стосуються відхилень або перекручень, наприклад позашлюбні статеві зв'язки.

Демонологічні ставлення до сексуальності людини в цілому й до жінки як спокусниці та пособниці диявола особливо отримали своє крайнє вираження в спаленні «відьом». Приводом для процесів над «відьмами» в багатьох випадках були прояви різних аномалій, найчастіше сексуальних. У той час вважали, ніби диявол за допомогою жінки прагне набути владу над людиною (точніше, над чоловіками). Спалювали на вогнищах або топили у воді тисячі жінок і дівчат, яких підозрювали у зв'язках із дияволом. Багато жінок, наражаючись на масовий психоз, самі зізнавались у зв'язках із дияволом і навіть яскраво описували їх. У 1751 р., тобто вже в епоху Просвітництва, у Німеччині видано закон, за яким передбачалася страта шляхом спалювання на багатті за будь-які сексуальні контакти з дияволом.

Крім релігії, закону й традицій, що стояли на варті сексуальної «чистоти», існували також індивідуальні способи охороняти себе, особливо від ревливих мужів. Перші згадки про пояси чесності трапляються вже у XII ст. Такі пояси були своєрідним продовженням традиції застосування інфібуляції, що практикувалося в давнину. Вони призначалися для попередження статевих зносин, неприйнятних чоловіком цієї жінки, а також для попередження мастурбації. У низці випадків пояси чесності були сконструйовані таким чином, що закривали доступ не тільки до піхви, а й до заднього проходу, щоб перешкодити зносини «пер Анум». Навіть наприкінці XIX ст. у Франції

поширювалися проспекти з описом поясів чесності, а в 1903 р. в Німеччині Емілія Шефер побажала отримати патент на пояс доброчесності із замком і ключем для збереження подружньої вірності [36].

Придворний хірург французького короля Карла IX і попередник сучасної хірургії Амбруаз Паре (XVI ст.) видав підручник з акушерства, у якому описав, зокрема, різні способи, за допомогою яких жінка могла отримати сексуальне задоволення. Однак це керівництво визнали аморальним і публічно спаленим. А. Паре вдалося врятувати своє життя лише завдяки тому, що його покровителькою була сама королева Катерина Медичі.

У XIX ст., що знаменується швидким розвитком науки й техніки, розквітом мистецтва, а також популяризацією культури, були сприятливі умови для розвитку сексології, хоча, як і раніше, зберігалось офіційне негативне ставлення до сексуальної сфери людського життя. У цей період домінуючим класом стала буржуазія, яка й установила свій стиль життя: процвітав романтизм, що характеризувався прагненням до всебічного розвитку особистості, культ природи, почуттів і, зокрема, прославлянням романтичного, сентиментального кохання з його зреченням і стражданням. При цьому панував, як і раніше, культ невинності.

У XIX ст. різні галузі науки стали вивчати прояви сексуальності, що належали до сфери їхньої компетенції. І хоча методологія цих досліджень була ще бідною, виявилось багато фактів, які стали основою розвитку сучасної сексології.

Цінний внесок у вивчення сексуальності людини зробила художня й мемуарно-автобіографічна література. Серед багатьох авторів можна, наприклад, назвати Маркіза де Сада та Леопольда Захер-Мазоха, прізвища яких були використані для позначення двох сексуальних девіацій – садизму й мазохізму.

Маркіз де Сад систематизував усі відомі на той час повідомлення про використання механічних засобів при статевому акті, зокрема блоків, лебідок і підйомників, що застосовуються для створення різних позицій під час статевого акту й використовувалися для катувань. Він був автором психологічних оповідань на тему сексуальних відхилень (наприклад «Жюстіна і Жюльєт»), у яких проповідував право людини на насолоду без будь-яких обмежень і каяття, а також вихваляв нічим не обмежену сексуальну поведінку, що навіть у злочині знаходить сексуальну стимуляцію [66].

Автором багатьох романів, у яких описано аномалії сексуального потягу, був Л. Захер-Мазох (народився в 1836 р. у Львові в сім'ї

начальника галицької поліції, помер у 1895 р. в Ліндхайме, Гессен). Про те, що описувані ним еротичні переживання засновані на його власному досвіді, свідчать публікації та документи, випущені у світ його першою дружиною. У них повністю розкрито сутність мазохізму як сексуального відхилення.

В області моралі в минулі століття філософія рідко займалася вивченням ролі, яку відіграє в житті людини сексуальність. Артур Шопенгауер (1788–1860), творець філософської системи в рамках об'єктивного ідеалізму з характерним для неї волюнтаризмом, був першим, хто визнавав вирішальне значення сексуальності в житті людини. Згідно з його твердженням, любов є лише прийомом природи, щоб схилити людей до дітонародження. Людина, яка кохає, стає безпорадною, сама цього не усвідомлюючи. У цьому сенсі любов сліпа. Концепція Шопенгауера зробила великий вплив на літературу початку ХХ ст., а З. Фрейд вважав, що вона наклала відбиток на філософську й наукову думку. Цей період обмежується ХХ ст. Саме тут особливо відчутно проявилася необхідність знань про прояви сексуальності.

Міфи сексуального змісту

Сприймання людини відбуваються крізь призму статевої належності індивіда, що проявляється в його сексуальній поведінці й відображається в гендерних, етнічних (культурних) та сексуальних стереотипах особистості. В основі сексуальної поведінки людини (незалежно від того, про які стереотипи йдеться) лежить еротичне збудження.

Сексуальна поведінка людини – це реакції на сексуальні стимули, які мають особистісний характер й опосередковані особистісними смисловими значеннями, поняттями, виробленими в індивіда в процесі соціалізації [1; 5].

До сексуальних стереотипів у поведінці чоловіків можна віднести такі: чоловік має зробити жінками декількох незайманих; одружуватися треба обов'язково на незайманій дівчині; справжній чоловік не витрачає себе на почуття й розмови; чоловік завжди зацікавлений у сексі та прагне його; гарний секс завжди передбачає оргазм; у справжніх чоловіків немає сексуальних проблем.

Тобто чоловік є полоненим стереотипних уявлень стосовно власної сили, причому це не обмежується його сексуальними можливостями, але розповсюджується на всю сферу взаємин між статями.

Майкл С. Кімел у своїй книзі «Гендероване суспільство» наводить такі приклади сексуальних стереотипів у сексуальній поведінці жінок: жінки не можуть переживати оргазм під час зносин; сексуальне

задоволення в жінок є чимось другорядним і може бути взагалі відсутнім; жінки мають імітувати оргазм, аби догодити чоловікові; жінка повинна сповідувати культурний стандарт сексуального мінімалізму, який передбачає якомога менше партнерів, поз, задоволення й сексу без емоційного зобов'язання [66].

При першій зустрічі чоловіки та жінки оцінюють нову людину протилежної статі з погляду сексуальної привабливості. Тому в міжособистісних стосунках статеві стереотипи і переваги не можуть бути усуненими чи виступати в якості психологічно первинних чинників, порівняно з іншими особистісними характеристиками [36]. У сучасному суспільстві чоловіки вважаються традиційними ініціаторами сексуальних стосунків. Тож не дивно, що суспільство очікує від поведінки чоловіків активності у всіх сексуальних контактах. Так, звикнувши обіймати керівні позиції в більшості ситуацій, чоловікам досить важко відмовитися від переносу подібної активності в ліжку. Незважаючи на це, у своїх сексуальних фантазіях вони часто відіграють роль підлеглого, тоді як у реальному житті подібна ситуація може викликати в них стрес. Аналогічно для жінок, які звикли до пасивної суспільної ролі, виявляється дуже важко виступити ініціатором у сексуальних стосунках [71].

До найпоширеніших сексуальних стереотипів у сексуальній поведінці чоловіків і жінок відносять такі: чоловіки більш обізнані та вправні в питаннях сексуальних стосунків, ніж жінки; чоловіки мають домінувати в ліжку, а жінки їм підкорятися; жінка повинна пригнічувати чи заперечувати свої сексуальні бажання; «нормальна» жінка має відчувати менше насолоди від сексу, ніж чоловік; чоловіки швидше й легше за жінок досягають сексуального збудження; чоловік має прагнути сексу, навіть якщо в нього немає сексуального бажання; проявляти емоційність, ніжність і турботу у сексуальних стосунках дозволено лише жінкам.

Крім того, торкаючись теми сексуальних стосунків у розмовах, жінки рахують одну сексуальну зустріч як один раз, а чоловіки підраховують кількість зазнаних ними оргазмів.

Загалом, статева належність у свідомості людини тісно пов'язана з певними очікуваннями статевоповідної поведінки. Видається зрозумілим бажання чоловіків і жінок відповідати очікуванням соціуму, у якому вони мешкають, тим самим добровільно потрапляючи в тенета стереотипів, які це суспільство сповідує.

Крім того, низький рівень обізнаності чоловіків і жінок щодо сексуального аспекту життя, що закладається в дитинстві під впливом

сімейного виховання, пов'язаний зі сприйманням сексуальних стосунків як способу розважитися та «гарно провести час», зведенням сексуальної поведінки до банального фізіологічного акту, ігноруванням таких проявів сексуальної поведінки, як поцілунки, ласки, мануальна та оральна стимуляція геніталій тощо.

Чоловіків збуджує вигляд окремих жіночих предметів: бюстгальтера, плавок, білизни, а також предметів жіночого туалету: духів, пудри, помади. У жінок збуджуючі елементи менше пов'язані з уявою й більш диференційовані. В їх основі лежать рефлекторні реакції, що асоціюються з любовними спогадами [71].

Чоловік і жінка зовсім по-різному ставляться до своєї сексуальності. Жінка сприймає її винятково з погляду враження, яке вона справляє на чоловіків. Для чоловіка його сексуальність виражається значно примітивніше й залежить переважно від його потенції й сексуальної спроможності. Жінка від природи позбавлена страху імпотенції. У неї немає необхідності доводити свою сексуальність. Чоловік же повинен доводити це постійно, причому не жінці, а самому собі.

Сексуальне задоволення жінок більшою мірою, ніж чоловіків, залежить від таких психологічних обставин, як почуття ніжності й кохання до партнера, відчуття близькості до нього, задоволення від тілесної відкритості, радість усвідомлення, що вона є предметом захоплення, задоволеність власною сексуальною компетентністю тощо [71].

Якщо жінкам властиво пов'язувати задоволення з почуттям кохання й близькості, то чоловіки бачать у ньому певне досягнення, пригоду, можливість продемонструвати свою силу та владу або отримати суто фізичну розрядку. Жінок секс зазвичай приваблює тому, що дає змогу відчувати емоційну теплоту, свою бажаність, розділити почуття. Чоловікам же, навпаки, властиво відділяти його від інших аспектів взаємин.

Хоч між сексуальною поведінкою чоловіків і жінок простежуються суттєві відмінності, пов'язані з культурою того чи іншого народу, слід ураховувати, що перебудова (злам) стереотипів є надзвичайно важким і тривалим для представників обох статей.

4.3. Компоненти та функції сексуальності

Сексуальність людини – своєрідне поєднання біологічного та соціального чинників. Статеву роль і правила сексуальної поведінки людина засвоює в процесі свого психосексуального розвитку (вони

формується під впливом структури діяльності індивіда, відносин із нормами моралі, віком і формою раннього сексуального експериментування, нормативним визначенням подружніх ролей).

Сексуальність – це не просто універсальний біологічний інстинкт, а й складне соціокультурне явище, яке охоплює різні сфери психічного життя людини (відчуття, переживання, уяву, думки, дії, вчинки) усе те, що супроводжує її активність. Сюди ж належать сексуальні установки, пристрасть, збудливість, почуттєвість, хтивість, сексуальне задоволення, насолода, реакція на сексуальні стимули. Сексуальність – характеристика особистості, пов'язана з усіма її рисами: пізнавальними здібностями, волею, комунікабельністю, можливістю співпереживати й розумінням партнера тощо [66].

Сексуальність особистості залежить від трьох взаємопов'язаних чинників: статевого утотоження (ідентифікації), гендерного утотоження та сексуальної поведінки. Статева ідентифікація стосується до біологічних характеристик: хромосом, зовнішніх і внутрішніх статевих органів, гормонального статусу, гонад і вторинних статевих ознак. Гендерна ідентифікація співвідноситься з особистісним сенсом належності до чоловічої й жіночої статі. Сексуальна поведінка та почуття людей похідні від норм і цінностей конкретних суспільств та культур і не можуть бути зрозумілі окремо від них.

Основні функції сексуальності: біологічна (запліднення), психологічна (насолода), соціальна (реалізація потреби в комунікації). Прояви сексуальності різноманітні, зумовлені фізіологічними й анатомічними відмінностями чоловіка та жінки, їхніми гормональними особливостями, гендерними ролями, які вони засвоюють і вдосконалюють упродовж усього життя.

Компоненти сексуальності [66]:

а) чуттєвість, яка включає в себе естетичну, психологічну й фізичну насолоду від збудження власного тіла та інколи тіла партнера. При цьому необов'язковим є генітальний контакт;

б) інтимність – прагнення й здатність до емоційної та, можливо, фізичної близькості з іншою людиною. Серед діапазону вираження інтимності можна виділити такі форми, як вербальний вираз прив'язаності, освідчення, підтримки, інтересу й заохочення; саморозкриття; фізичний прояв почуття (обійми, поцілунки, генітальний контакт), терпимість до небажаних якостей партнера, ідеалізація коханої людини тощо;

в) статевий інтерес, хоч і не обов'язково пов'язаний із відтворенням, який чинить сильний вплив на ставлення до сексу й соціальне схвалення сексуальної поведінки;

г) сексуальна ідентифікація – суб'єктивне відчуття себе чоловіком чи жінкою, виконання відповідної соціально-сексуальної ролі;

г) еротичні бажання та вектори – це компонент сексуальності, що визначається характерними особливостями тих людей, із яким індивід хоче бути пов'язаним еротично-любовними стосунками (гетеросексуальність, гомосексуальність, бісексуальність);

д) сексапільність, яка означає використання індивідом сексуальності з метою впливу на почуття, установки й поведінку інших людей, здатність із першого погляду викликати в людей бажання інтимних стосунків.

Наступні системотвірні компоненти – статевий потяг, сексуальна збудливість і сексуальна активність. Статевий потяг (платонічний, еротичний, сексуальний) уключає психологічний, нейрогуморальний і умовно-рефлекторний компоненти. Сексуальна збудливість – швидкість перебігу сексуальних реакцій – залежить від типу нервової системи, темпераменту, типу статевої конституції, ерогенності зовнішніх подразників, привабливості й регулярності статевого життя. Сексуальна активність вимірюється частотою статевих актів, сексуальних реакцій за певний проміжок часу.

Крім вищеназаних характеристик, системоутворювальними є сексуальна установка, сексуальна потреба, сексуальна мотивація, ерекція та психосексуальне задоволення.

Сексуальна установка – готовність, схильність до певних сексуальних дій. Існують механоцентрична установка – установка на техніку статевого акту; оргазмоцентрична – установка на оргазм; екстазоцентрична установка – готовність до екстазу, багатократного переживання оргазму.

Сексуальна потреба – стан індивіда, обумовлений потребою в об'єктах, необхідних для його співіснування з особою іншої статі, правильного розвитку й функціонування; потреба визначає форми еротичної поведінки. Еротична поведінка (техніка зваблювання та статевого акту, діапазон сприйнятності) – форми, способи вираження сексуальності, в основному зумовлені соціальними, психологічними та культурними факторами.

Сексуальна мотивація – сексуальні спонуки, що виникають під впливом сукупності зовнішніх чи внутрішніх умов, які викликають

активність організму та визначають їх спрямованість на задоволення сексуальної потреби. Це процес внутрішньої психічної детермінації поведінки, що відбувається під впливом біофізіологічних, соціальних та психологічних факторів [38].

4.4. Методи психологічного дослідження сексуальності

Сексуальність – особливо делікатна сфера життєдіяльності людини, у дослідженні особливостей якої далеко не всі загальнонаукові й специфічні методи можуть бути застосовані.

Американські дослідники сексуальності Роберт Крукс та Карла Баур виокремлюють неекспериментальні (дослідження конкретних випадків, опитування й спостереження) та експериментальні (експеримент) методи.

Дослідження конкретних випадків. Суть цього методу полягає в поглибленому вивченні особливостей сексуальності окремих індивідів, невеликих груп людей. Зазвичай такі дослідження проводять з особами, які поводяться нетипово або страждають від фізичних чи емоційних розладів. Завдяки їх використанню отримано більшість інформації про сексуальних правопорушників, транссексуалів, жертв інцесту тощо.

Перевагою методу дослідження конкретних випадків є гнучкість у застосуванні різних способів збирання даних (спостереження, анкетування, глибинного інтерв'ю, тестування, експерименту тощо). Відкритий його характер дає змогу отримати особистісну, суб'єктивну інформацію про те, що індивіди думають, відчувають щодо власних вчинків, поведінки. Завдяки цьому дослідник глибоко проникає в специфічні форми поведінки, думки та почуття досліджуваних.

Метод конкретних випадків використовують переважно при вивченні людей із нетиповою поведінкою, тому результати дослідження важко піддаються узагальненню. Особи зрілого віку не завжди легко згадують давно минулі події дитинства та юності, тому дослідник не може бути впевненим, що йому вдалося відтворити достовірну й цілісну картину життя людини на основі повідомленої нею інформації. Не дає гарантії щодо цього й опитування родичів і друзів досліджуваного, адже люди легко помиляються, коли намагаються відтворити в пам'яті події далекого минулого. При згадуванні життєвих подій можливі й навмисні викривлення чи замовчування фактів. Крім того, суб'єктивні звіти досліджуваних унеможливають перевірку каузальних гіпотез.

Опитування. Під час використання цього методу індивідам ставлять питання про їхні сексуальні переживання, поведінку та установки. Це дає змогу дослідникам зібрати дані у великої кількості людей. Першим здійснив масштабне дослідження сексуальності методом опитування американський біолог, сексолог Альфред-Чарльз Кінзі (1894–1956), який проінтерв'ював 5300 чоловіків і 5940 жінок. Його респондентами були мешканці міст та сіл із кожного американського штату, які відрізнялися за віком, сімейним станом, рівнем освіти, професійною й релігійною належністю. І хоч дослідження А.-Ч. Кінзі критикують за нерепрезентативність вибірки, значна частина його результатів є актуальною й у наш час.

Опитування проводять усно, під час особистої чи телефонної бесіди, письмово (за допомогою опитувальників), через електронні засоби комунікації. Використання опитувальників зазвичай продуктивніше, ніж проведення інтерв'ю, оскільки письмове їх заповнення передбачає більшу анонімність і відвертість, ніж очна бесіда з інтерв'юером. Дані, отримані за допомогою письмових опитувальників, менше піддаються викривленням дослідниками. Однак метод інтерв'ю є більш гнучким: інтерв'юер може пояснити незрозумілі питання, змінити їх порядок, установити тісний контакт із респондентом, викликати його довіру до опитування й отримати відвертіші й повніші відповіді.

Найефективнішим варіантом опитування є поєднання очних інтерв'ю з письмовими опитуваннями. Інтерв'ю допомагають установити тісний контакт, довірливі стосунки з респондентом; письмові опитування – отримати делікатну інформацію.

Опитування дешевші й оперативніші, дають змогу отримати інформацію від більшої кількості людей, ніж дослідження, які проводять у лабораторних умовах, чи дослідження конкретних випадків. Опитування має певні недоліки:

1. Відмова від участі в дослідженні. Як стверджують Р. Крукс і К. Баур, ще нікому не вдалося здійснити масштабне сексологічне дослідження зі стовідсотковою участю всіх відібраних респондентів. Очевидно, особи, які виявляють готовність узяти участь в опитуванні, більше за інших мають бажання поділитися своїм інтимним досвідом, випробували більше форм статевої активності, більше задоволені своїм сексуальним життям. Можливо, й навпаки – сексуально досвідчені респонденти не хочуть ділитися своїм досвідом, бо вважають свою поведінку нетиповою чи аномальною. Це означає, що переважання досвідчених чи недосвідчених респондентів, респондентів із консерва-

тивними або вільними поглядами може спричинювати певні викривлення у вибірці. Тому самовибір, тобто «викривлення добровільності» (згода на участь у дослідженні), мають урахувати всі дослідники. Проведені дослідження наводять на думку, що добровільні учасники пов'язаних із сексуальністю опитувань сексуально досвідченіші, більш позитивно ставляться до сексуальності й сексуальних досліджень, ніж особи, які відмовляються від участі в опитуванні. Крім того, жінки рідше за чоловіків погоджуються брати участь у таких дослідженнях, тому жіночі вибірки – специфічніша категорія, ніж чоловічі.

2. Демографічні викривлення, тобто непропорційне представлення у вибірці певного сегмента суспільства. Як зазначають Р. Крукс та К. Баур, найактивнішими учасниками більшості досліджень сексуальності в США є представники середнього класу. Непропорційно велику частину вибірки становлять студенти коледжів, ВНЗ. Малоосвічені прошарки населення, представники расових й етнічних меншин майже не представлені у вибірках. Дбаючи про мінімізацію демографічних викривлень, дослідник має бути обережним під час поширення отриманих даних на генеральну сукупність.

3. Недостовірність інформації. Фактична поведінка людей може суттєво відрізнятись від того, що вони про себе повідомляють. Це пов'язано з обмеженнями пам'яті (далеко не всі можуть точно згадати, у якому віці почали займатися мастурбацією, коли відчули перший оргазм). Деякі респонденти можуть свідомо викривляти чи фальсифікувати інформацію для того, щоб зберегти чи навіть підвищити свій соціальний імідж. Можливе й повідомлення соціально бажаних відповідей – свідомого чи несвідомого намагання респондентів приховати певні факти зі свого сексуального минулого, вважаючи їх проявами відхилень чи власної нерозсудливості або уникаючи болісних спогадів. Крім того, стосовно деяких питань (інцест, мастурбація, гомосексуалізм) існують певні табу, тому досліджувані під тиском традиційних уявлень можуть заперечувати чи применшувати власну участь у них. Респонденти іноді свідомо перебільшують свій досвід, щоб здаватися сексуально розкутими, досвідченими [38].

Метод опитування активно використовується в психології сексуальності, збагачуючи її цінними даними. Водночас він потребує від дослідника застосування науково надійних аналітичних процедур.

Спостереження. Суть цього моменту полягає в цілеспрямованому, організованому сприйнятті та реєструванні поведінки об'єкта з метою

встановлення існування явищ, їх наукового дослідження (типологізації, класифікації тощо). Аналіз результатів спостереження може відбуватись у процесі спостереження або через певний час (у цьому разі підвищується значення пам'яті спостерігача, актуалізуються проблеми повноти, надійності, достовірності отриманих результатів).

У психології сексуальності метод спостереження використовують рідко, що пов'язано з індивідуальною та інтимною природою сексуальних проявів людини.

Свого часу метод спостереження використали В.-Х. Мастерс і В. Джонсон, чії праці належать до найбільш цитованих. Отримані ними результати досі широко застосовують у консультуванні з приводу боротьби з безпліддям, контролюванні запліднення, сексуальній терапії, сексуальній освіті.

Метод безпосереднього спостереження В.-Х. Мастерс і В. Джонсон використовували в лабораторних умовах із метою визначення фізіологічних змін у стані сексуального збудження. Спостереженню піддано 10 тис. повних циклів сексуальних реакцій. Вибірка складалася із сексуально сприйнятливих добровольців (383 жінки та 312 чоловіків, відібраних переважно з університетського середовища). Рівень їхнього інтелекту й соціально-економічного статусу перевищував середній. При реєструванні фізіологічних сексуальних реакцій використано фотографічне обладнання, прилади для вимірювання м'язових і судинних змін в організмі, зареєстровано зміни в статевих органах (рівень сексуального збудження).

Дослідники реєстрували реакції, що виникали в різних ситуаціях: під час мастурбації, коїтусу з партнером, а також стимуляції одних лише грудей. Після закінчення реєстрації спостережень із кожним учасником проводили детальне інтерв'ю. Отримано величезну кількість інформації про особливості фізіологічних реакцій жінок і чоловіків на сексуальне збудження; не виявлено відмінностей між жіночим оргазмом, що виникає внаслідок вагінальної та кліторальної стимуляції.

Під час вивчення патернів (моделей, конфігурацій) сексуальних реакцій методом спостереження можливі безпосереднє зорове сприйняття сексуальної поведінки та надійні вимірювання її проявів. Тобто спостереження дає змогу отримати надійніші результати, порівняно із суб'єктивними звітами досліджуваних щодо їхнього попереднього досвіду. Воно унеможлиблює викривлення даних унаслідок похибок пам'яті, перебільшень чи замовчувань. Результати реєстрації

поведінки можна довго зберігати на відеоплівках, цифрових носіях інформації.

Основна проблема спостереження полягає у впливі на поведінку досліджуваних присутності спостерігача. Поведінка людини (групи людей) дуже змінюється, якщо вона знає, що за нею спостерігають. Цей ефект посилюється, якщо спостерігач невідомий індивіду, авторитетний, може компетентно оцінювати поведінку досліджуваних.

Проблема спостерігача характерна для будь-якого психологічного спостереження, однак у дослідженнях психологічних особливостей сексуальності людини вона набуває особливої гостроти: одне – розв’язувати математичні задачі в присутності спостерігача, зовсім інше – здійснювати в його присутності статевий акт. Намагаючись мінімізувати цей вплив, дослідники ведуть спостереження крізь дзеркальне, з одного боку, скло або використовують камери із дистанційним керуванням. Однак за будь-яких обставин досліджувані усвідомлюють, що за ними спостерігають. На результати спостереження впливає також штучний характер обстановки, у якій воно відбувається [38; 66].

Іноді (під час дослідження закритих груп, наприклад гомосексуалістів) зовнішнє спостереження неможливе. У таких випадках обирають уключене спостереження в природних умовах, коли спостерігач стає членом групи, поведінку якої досліджує. Наприклад, під час спостереження в гей-клубі дослідник видає себе за «свого», щоб мати змогу безперешкодно спостерігати за природною поведінкою гомосексуалістів. Так само при дослідженні сексуальної поведінки дітей спостерігач намагається бути в постійному природному спілкуванні з ними.

Під час прихованого спостереження варто мати на увазі, що викриття дослідника може спричинити серйозні негативні наслідки. Недолік уключеного спостереження полягає в утраті дослідником здатності об’єктивно оцінювати ситуацію внаслідок його внутрішнього переходу на позицію тих, кого вивчає, «уживання» в роль учасника подій. Крім того, уключене спостереження породжує й етичні проблеми. Багато психологів вважає неприпустимим проведення дослідження з використанням обману, коли його цілі приховують від досліджуваних або коли досліджувані не знають, що вони є об’єктами спостереження.

Використання будь-якого виду спостереження передбачає важливу роль особистості, професійних якостей психолога, необхідність мінімізувати, виключити суб’єктивні оцінки. Тут необхідне залучення експертів для оброблення та інтерпретації даних, статистичного обрахування узгодженості їхніх думок і поглядів.

Недоліки спостереження, як правило, зумовлені помилками, припущеннями спостерігачів, які в прагненні підтвердити свої гіпотези можуть удатися до викривленої фіксації подій. Нерідко вони адаптуються до ситуації, перестають помічати важливі зміни в поведінці досліджуваних, роблять помилки в записах тощо.

Загалом спостереження – ефективний метод збору первинних даних, незамінний при дослідженні природної поведінки людини без утручання в ситуацію ззовні, оцінювання цілісної картини того, що відбувається. Його результати можуть наштовхнути дослідника на формулювання певних гіпотез на початку дослідження або слугувати уточненню та інтерпретації основних висновків на завершальній стадії.

Експеримент. Це сплановане та кероване суб'єктом дослідження, під час якого експериментатор (суб'єкт) впливає на ізольований об'єкт (об'єкти) та реєструє зміни його стану. Удаються до експерименту за необхідності перевірити гіпотези про причинно-наслідкові зв'язки між впливом (незалежною змінною) та змінами стану (залежною змінною) об'єкта. Зазвичай його проводять у лабораторних умовах.

Прикладом використання експерименту у психології сексуальності є дослідження залежності між уживанням алкоголю та мірою сексуальної сприйнятливості. У досліджуваних, які не перебували під впливом алкоголю та переглядали кінофільм відверто сексуального змісту, визначали ступінь ерекції за допомогою приладу для вимірювання напруження статевого члена. Через кілька днів вони переглядали той самий фільм після вживання певних доз алкоголю. Виявилось, що при вживанні алкоголю сексуальне збудження знижувалося пропорційно до збільшення дози алкоголю. Подібні результати отримали при дослідженні, проведеному на жіночій вибірці.

У будь-якому експериментальному дослідженні сексуальності зазвичай враховують два типи змінних (форм поведінки, умов, яким можна надавати різні значення) – незалежні та залежні. Незалежні змінні – умови чи компоненти експерименту, які перебувають під безпосереднім контролем дослідника. Він може маніпулювати ними, визначати їх значення на свій розсуд. Залежні змінні – результат маніпуляції, який експериментатор спостерігає та реєструє, не контролюючи його.

Перевагами експерименту є забезпечення контрольованого середовища дослідження, з якого можуть бути виключені всі можливі впливи на реакції досліджуваних, крім тих, що становлять предмет дослідження, а також можливість застосовувати цей метод для встановлення причинно-наслідкових зв'язків між змінними; недоліками

– штучність лабораторних умов, що може негативно впливати на реакції досліджуваних, викривлювати їх, а також складність організації експериментальних процедур.

У процесі психологічного дослідження сексуальності дослідники часто піддаються впливу власних установок, соціального та культурного оточення. Однак, як стверджує Г.-Ф. Келлі, вони мають неупереджено підходити до предмета дослідження, сприймати й витлумачувати його результати, уникаючи порад щодо того, якою повинна бути сексуальна поведінка.

Етичні особливості досліджень сексуальності

Інтимність сексуальної сфери людини зумовлює багато етичних проблем при дослідженні психологічних особливостей сексуальності. Для їх уникнення професійні організації, наприклад Американська психологічна асоціація (American Psychological Association, APA), Американська медична асоціація (American Medical Association, AMA) та Товариство наукового вивчення сексуальності (Society for the Scientific Study of Sex, SSSS), виробили етичні кодекси (систему правил) для дослідників сексуальності людини.

Етичні правила вимагають від психолога не змушувати людей до участі в дослідженнях, уникати процедур, які б могли завдати досліджуваним фізичної чи психологічної шкоди.

Науковці мають отримати свідому згоду учасників на участь в експерименті. Це означає необхідність пояснення загальних цілей дослідження, прав його учасників, обов'язковість добровільної участі в ньому. Організатори досліджень повинні поважати право досліджуваних на відмову від участі в них у будь-який момент. Не менш актуальною є вимога збереження конфіденційності даних та забезпечення анонімності учасників, поки вони самі не зініціюють їх розкриття.

Дискусійним є питання про допустимість уведення досліджуваних в оману, оскільки деякі дослідження втратили б ефективність, якби їх учасники заздалегідь знали, що є предметом вивчення (наприклад дослідження з використанням проєктивних методик). Згідно з етичним правилом, яким керуються в цьому питанні, якщо вчені змушені вдатися до обману, після завершення експерименту слід детально пояснити учасникам його необхідність, надавши досліджуваним право ініціювати вилучення або знищення їхніх даних із результатів роботи.

Іноді науковцям важко об'єктивно судити про потенційну цінність дослідження, порівняно з можливою шкодою його учасникам. Для

уникнення її в США майже в кожній установі, що займається такими дослідженнями, створено спеціальні комітети, які розглядають проекти всіх досліджень. Якщо, на думку комітету, благополуччя досліджуваних гарантовано недостатньо, проект повинен бути модифікований з урахуванням цієї умови. В іншому разі – дослідження не буде дозволене. Адже головне в цій справі – збереження благополуччя, гідності, прав, здоров'я й безпеки досліджуваних людей. Моральний обов'язок психолога, як і лікаря, – не заподіяти шкоди.

Міждисциплінарні зв'язки психології сексуальності

Американські психологи Е. Бершанд та Е. Уолстер сформулювали двоступеневу модель любовної пристрасті, перший ступінь якої складає фізіологічне збудження, а другий вважають визначенням свого стану. Закоханість не завжди пов'язана із сексуально-еротичним бажанням.

Деякі психологи вважають, що в основі закоханості лежить процес, тотожний імпринтингу: на певній генетично зумовленій стадії розвитку організму в нього формується готовність до сприймання та запам'ятовування (фіксації) певного образу, який надалі стає для нього обов'язковим еталоном і викликає потребу мати саме такого, а не іншого партнера.

Для людини сексуальне бажання не є щось однозначне, його сила й емоційна тональність залежать від численних психологічних, фізіологічних та міжособових, соціальних і культурних факторів.

Сексуальна активність подружжя залежить не тільки від статевої збудливості, а й від того, яку цінність вони приносять, як і наскільки прикрашають життя разом з іншими формами саморегуляції організму (труд, спілкування, духовний світ й ін.).

Поєднання фізичної та духовної близькості є гармонійним. Емоційні реакції закоханих підвищують їхню симпатію, що одразу відбивається й на їхній сексуальній сфері.

Шлюб – це не просто взаємні обмеження та взаємні обов'язки. Тісний фізичний контакт сприяє навіть синхронізації, гармонії фізіологічних процесів подружжя – температури тіла, частоти серцебиття, гормональних циклів, аж до того, що вершина рівня статевого гормону в крові чоловіка наступає паралельно з таким у дружини, що, як визнано, сприяє також синхронізації їхніх еротичних бажань.

Проблема особливих тілесних еманцій, що невидимі для навколишніх, але які добре уловлюються близькими людьми й тими, хто має

дар особливої чутливості, сьогодні актуальна. Подружжю, як і окремій особі, притаманна духовна й психоемоційна індивідуальність, єдність яких не обмежується сексуальною сферою. Суттєвим фактором благополучного щасливого тривалого шлюбу є автономія чоловіка та жінки як окремих особистостей, можливість і в шлюбі проявляти свою індивідуальність.

Абсолютні критерії сумісності та успіху в шлюбі поза конкретною сім'єю, по суті, не мають практичного сенсу.

Серед сексуальних дисгармоній, які можуть зруйнувати шлюб, головна роль належить функційним розладам. Недостатня сексуальна культура, ігнорування потреб та діапазону намагань кожного з подружжя, монотонність сексуального життя, стереотипи статевих відносин у сім'ї породжують розлади, які (за афористичним визначенням А. І. Белкіна: «Імпотенція – це хвороба двох»), насамперед, є результатом міжособистих взаємин пари [38].

4.5. Психосексуальна ідентифікація й засвоєння сексуальної ролі

Аспекти сексуальності. Сексуальність – поняття багатогранне й багатоаспектне (У. Мастерс, В. Джонсон, Р. Колонді, 1999). Аналіз сексуальних дій, таких як мастурбація, поцілунки або статеві зносини, та сексуальної поведінки, у яку входить не лише статевий акт як такий, а також флірт, певний стиль одягу, читання еротичної літератури та побачення, дає лише поверховий дотик до проблеми сексуальності. Опис різних видів сексу як прокреативного (що має на меті дітонародження), рекреативного (із єдиною метою – отримати задоволення) і релятивного («любов-дружба», можливість спілкування з близькою людиною) приносить переконаність в обмеженості кожної з виділених категорій класифікації. Для більш повного розуміння сутності сексуальності автори вводять поняття аспектів сексуальності.

Біологічний аспект. Біологічні фактори значною мірою контролюють статевий розвиток від моменту зачаття до народження дитини, а по досягненню статевої зрілості – здатність до розмноження. Крім того, ці фактори впливають на сексуальний потяг, сексуальну активність і (непрямим чином) на сексуальне задоволення. Припускають навіть, що біологічні фактори визначають деякі статеві відмінності в поведінці, наприклад більшу агресивність чоловіків, порівняно з жінками. Сексуальне збудження, незалежно від його причини, викликає біологічні

наслідки: почастішання пульсу, реакцію статевих органів і відчуття тепла й трепету, що поширюються по всьому тілу.

Психологічний аспект. Психологічний аспект сексуальності, проявляється в почуттях, емоціях, переживаннях, думках, фантазіях і визначається індивідуальним сприйняттям себе й партнера. Психологічний аспект відіграє провідну роль у становленні статевої самоідентифікації людини в процесі розвитку. Усвідомлення дитиною своєї приналежності до чоловічої або жіночої статі формується переважно під впливом психосоціальних факторів.

Крім психологічного аспекту, сексуальність має яскраво виражений соціальний аспект, оскільки статеві стосунки між людьми регулюються за допомогою законів, заборон, а також громадської думки, переконує нас у необхідності слідувати в нашій сексуальній поведінці прийнятими нормам.

Поведінковий аспект сексуальності описує сексуальну поведінку й тісно пов'язаний із психологічним та соціальним аспектом. При обговоренні сексуальної поведінки сексуальні прояви класифікуються на «нормальні» й «аномальні».

Клінічний аспект. Незважаючи на те, що статеві активність – одна з природних функцій організму, існує багато різних обставин, здатних послабити задоволення або безпосередність у любовних побаченнях. Такі фізичні проблеми, як хвороба, травма або наркотики, можуть змінити характер сексуальних реакцій або навіть зовсім придушити їх. Почуття тривоги, провини, сорому чи депресія й конфлікти в наших особистих відносинах можуть порушити сексуальну активність. Пошуками шляхів для розв'язання цих та інших проблем, що перешкоджають досягненню сексуального здоров'я та щастя, займається сексотерапія.

Культурний аспект. Прийняте в нашому суспільстві ставлення до сексу далеко не універсальне. Оцінки «моральності» або «правильності» різні в різних народів і в різні століття. Багато моральних принципів, що відносяться до сексу, пов'язані з певними релігійними традиціями, але в релігії немає монопольного права на моральність. Не існує такої системи сексуальних цінностей, яка б була правильна для всіх і кожного, і жоден моральний кодекс не може бути безперечно правильним та застосованим в усіх випадках. Культурні тенденції відрізняються своєю мінливістю.

Соціально-правовий аспект. Визнання невідчужуваних прав особистості неминуче включає в себе право на індивідуальні особливості

сексуальної поведінки, на недоторканність інтимного життя, у які держава та її органи за жодних обставин не повинні втручатися [38].

Крім правового, існує також сфера морального регулювання, що спирається на громадську думку й власні переконання особистості.

«Ключ» до розуміння сексуальності

Деякі погляди на секс і сексуальність передаються з покоління в покоління незмінними, але багато сучасних уявлень різко відрізняються від колишніх. Щоб розібратися в цьому, корисно звернутися до минулого.

Незважаючи на різні релігійні, соціальні табу, еротичне переживання ніколи не існувало як відокремлена область людської психіки. Навпаки, різноманітні форми чуттєвості – важлива характеристика цілісного психічного вигляду людини, етапів її історичного становлення. Для історичних епох і представлених у них культур характерне формування певних еталонів сексуальної поведінки й еротичних переживань. Крім того, особливості сексуальної поведінки припускають дослідження шлюбу та сім'ї, репродуктивної поведінки (народжуваності тощо) і регулюючих їх соціально-культурних норм та стимулів.

Зрозуміти сексуальність людини означає розв'язати двоєдине завдання: 1) зрозуміти, як історичний час, соціальні відносини й культура формують і видозмінюють взаємини статей; 2) з'ясувати, як сексуальність та конкретні форми її прояву впливають на історичний час, соціальні відносини й культуру.

У більшості суспільств і культур сексуальність вважають справою інтимною та не піддають безпосередньому спостереженню. Не можна не враховувати й різноманіття об'єктів її дослідження. Наприклад, суттєво різниться вивчення таких аспектів сексуальності, як характерні форми сексуальної активності чоловіків і жінок; їхні сексуальні установки, ціннісні орієнтації, ставлення до сексуальної поведінки; соціальні інститути, у рамках яких протікає та якими регулюється статеве життя, наприклад форми шлюбу й сім'ї; культурний символізм, у якому осмислюється значення сексуальності та її проявів, наприклад релігійні уявлення про природу статевих відмінностей, сутності статевого акту тощо; обряди й звичаї, за допомогою яких оформляються відповідні дії (шлюбні обряди, ініціації, оргіастичні свята) та від яких багато в чому залежить їх значення для учасників. Для психолога важливо розглядати досліджувані явища з точки зору їх впливу на особистість, її розвиток, особистісний ріст, формування моральних ідеалів й уявлень, естетичних смаків, світу переживань та ін.

Описуючи періодизацію розвитку сексології як науки, що вивчає статеві взаємини в їх біологічному, психологічному й соціальному аспектах, К. Імелінській виділив чотири періоди:

1) доісторичний період, що характеризується нечисленними відомостями про сексуальне життя доісторичних людей;

2) період спостереження та донаукових досліджень, що закінчився на рубежі XVIII–XIX ст.;

3) період досексологічних знань, коли сексологія не була виділена з інших наук;

4) період сексологічних знань, під час якого сексологія в результаті розвитку наукової методології й теоретичних основ, виділилася в самостійну науку.

У вітчизняній літературі історію сексологічних знань досліджено в публікаціях Г. С. Васильченко (1977, 1989, 1990), І. С. Кона (1988), Л. М. Щеглова (1996). Виділяють період первісних ритуалів і міфів, період спостережень й описів, клінічний, статистичний, психофізіологічний періоди [36; 38; 66].

Період сексологічних знань почався лише у XX ст., коли виникли сприятливі умови для розвитку сексології, стримуване в рамках європейської культури протягом століть заборонаю на все, що стосувалося сексуальності. Серед родоначальників сексології зазвичай згадують професора психіатрії Віденського університету Ріхарда фон Крафт-Ебінга (1840–1902), швейцарського невропатолога, психіатра й ентомолога Серпня Фореля (1848–1931), німецьких психіатрів Альберта Молля (1862–1939) та Магнуса Хіршфельда (1868–1935), австрійського психіатра, родоначальника психоаналізу Зигмунда Фрейда (1856–1939), німецького дерматолога й венеролога Івана Блоха (1872–1922), англійського публіциста, видавця та лікаря Генріха Хевлока Елліса (1859–1939), голландського гінеколога Теодора Хендріка Ван де Велде (1873–1937). Істотний внесок у розвиток сексології зробили американський біолог Альфред Кінзі (1894–1956), німецький лікар Ганс Гізі (1920–1970), американський гінеколог Вільям Мастерс (народився в 1915 р.). Останні дослідження в генетиці, ендокринології, нейрофізіології, ембріології, еволюційної біології, гінекології й інших дисциплінах дали змогу значно збагатити та розширити пізнання у сфері диференціації й взаємин статей, проявів людської сексуальності [66].

Формування сексуальності

Значна частина наукової й популярної сексологічної літератури будується за віковим принципом: «Дитяча та юнацька сексуальність», «Любов і сексуальність до 30», «Від хлопчика до чоловіка», «Дівчинка,

дівчина, жінка», «Сексуальність у зрілому й літньому віці» тощо. Але, незважаючи на велику кількість емпіричних даних, інформованість населення щодо розвитку сексуальності є недостатньою.

До появи роботи З. Фрейда «Нариси з теорії сексуальності» вважали, що сексуальність проявляється з моменту статевого дозрівання й згасає після клімактеричного періоду. Навіть відомий німецький психіатр Крафт-Еббінг (1840–1902), який систематизував парафін (статеві збочення та девіації), дотримувався подібної думки.

Сексуальність як властивість особистості формується в безперервній єдності з психічним розвитком. Із початку ХХ ст. в наукову свідомість вкорінюється положення про розвиток сексуальності з моменту народження, яке згодом отримало емпіричне підтвердження.

Першою основною теорією психосексуального розвитку дитини є психоаналітична теорія З. Фрейда, згідно з якою, людина народжується з вродженими сексуальними потягами. Психосексуальний розвиток – це процес оволодіння людиною енергією власних потягів. Із віком, зазначав З. Фрейд, відбувається перетворення й переміщення по різних ерогенних зонах сексуальної енергії. Ерогенні зони – це ділянки тіла, чутливі до стимулу, збудження яких викликає лібідонозне задоволення. Психосексуальний розвиток відбувається з певною поетапною та обов'язковою трансформацією лібідо. Надмірно сильні позитивні або негативні підкріплення на кожній зі стадій можуть бути джерелом фіксацій – потреби постійно повертатися саме до того способу задоволення потягів, який виявився пов'язаним із надсильною стимуляцією, як позитивною, так і негативною.

З. Фрейд розрізняє п'ять стадій розвитку лібідо.

Перша – оральна стадія – триває протягом 1-го року життя й складається з двох фаз. Провідною ерогенною зоною є рот (губи та язик).

Анальна стадія триває від одного року до трьох років. До ерогенних зон відносять анальну й уретральну ділянки. Дитина відчуває задоволення як при сечовипусканні та дефекації, так і при їх затриманні.

Фалічна стадія охоплює вік від трьох до шести років. Ерогенна зона – статеві органи. Хлопчики помічають у себе пеніс, дівчатка усвідомлюють, що він у них відсутній. У дівчаток іноді при цьому виникає синдром «заздрості до пеніса», з'являється суперечність між констатацією відсутності члена й бажанням його мати.

Латентна стадія починається із семи років і триває до початку статевого дозрівання й характеризується зменшенням інтенсивності

сексуальних бажань. Енергія лібідо переноситься на навчання, спілкування з однолітками та дорослими за межами сімейного оточення.

Генітальна стадія (12–18 років) характеризується посиленням дитячих сексуальних прагнень. Ерогенною зоною, так само, як і у фалічній стадії, є статеві органи. Об'єктом сексуального потягу стає тіло.

У наш час ця теорія переглядається з урахуванням досягнень сучасної науки. Далеко не всіма визнається сьогодні універсальність Едіпового комплексу. Крім того, теорія дитячої сексуальності Фрейда носить біологічний характер. У ній не надається значення психологічним і соціокультурним факторам у психосексуальному розвитку. За значенням біологічних та соціальних факторів в онтогенезі можна виділити три взаємопов'язаних аспекти сексуального здоров'я дітей: медико-біологічний, соціально-психологічний і соціокультурний.

Погляди Фрейда на дитячу сексуальність розвинені й реформовані в роботах А. Фрейд, М. Кляйн.

Нове уявлення про сексуальний розвиток і формування психіки дає трансперсональна психологія – вивчення свідомості за допомогою психоделічних сеансів (сеанси ЛСД). Один із її представників – С. Гроф (1992) – вважає, що сексуальність розвивається з моменту зачаття, та розрізняє чотири стадії в динаміці несвідомого на пренатальному рівні.

У 1-й стадії (1-ша базова перинатальна матриця – БПМ-1), що відповідає періоду вагітності, у плода спостерігають безтурботний стан, прекрасні мирні образи, релаксацію, спокій духу. У всіх ерогенних зонах простежено задоволення лібідо.

У 2-й стадії (БПМ-2), що збігається з початком біологічного народження (шийка матки ще закрита), виникає тривога, насувається небезпека, відчуття безпорадності, відчаю й провини. В ерогенних зонах відчувається неприємне напруження та біль: у ділянці оральної ерогенної зони – голод, спрага, нудота й хворобливе роздратування рота; в анальній – біль у прямій кишці та затримка калу; в уретральній – біль у сечовому міхурі й затримка сечі; генітальній – сексуальна фрустрація та напруга, спазми матки й піхви, болі в яєчниках.

На третій стадії (БПМ-3), коли відбуваються скорочення матки та початок руху по родовому каналу, у дитини виникає переживання смерті, збоченої сексуальності, агресії, скатилогії (поїдання фекалій). Немовля відчуває сильне сексуальне збудження, сексуальні відхилення: в оральній ерогенній зоні спостерігається жування, ковтання, блювання; анальної й уретральної – дефекація та сечовипускання, генітальної – сексуальний оргазм.

На четвертій стадії (БПМ-4) в процесі проходження по родовому каналу та народження в дитини виникає відчуття катастрофи величезного розмаху, відбувається боротьба життя й смерті, що закінчується перемогою життя. Лібідо відчуває стан задоволення після активності, блювоти, дефекації, сечовипускання та оргазму [36; 63].

На відміну від теорій С. Грофа, мікропсихоаналіз С. Фанта (1995) встановлює, що гармонії між матір'ю та її плодом не існує. Навпаки, для їх відносин характерні спроби взаємного руйнування, коли на 8-й день ворсинки хоріона бластоцисти проникають між стінками матки, руйнують їх за допомогою ферментів, залишки зруйнованих стінок пожираються; відбувається вгвинчування в сполучну материнську строму. Так виявляється протягом психоаналітичних сеансів, що доросла людина зберігає в глибині свої несвідомі спогади про те, як він жер свою матір. Смертельна ненависть деяких досліджуваних до своїх матерів представляє, за С. Фантом, фіксацію саме тих днів. З імунологічної точки зору, ембріон – чужорідне тіло, і першою реакцією матері щодо своєї дитини є спроби відторгнення. Мати намагається символічно звільнитися від плоду, коли в неї буває блювота. Отже, життя народжується, з точки зору мікропсихоаналізу, у «матковій війні». Народження являє собою, швидше, звільнення, ніж емоційну травму.

Згідно із сучасними медичними, біологічними, психологічними й соціальними уявленнями, до 12-річного віку, тобто до віку статевого дозрівання, психосексуальний розвиток охоплює перші два вікових періоди становлення та динаміки сексуальності. При цьому формуються:

1) статева самосвідомість – здатність усвідомлювати себе представником певної статі;

2) статево-рольова поведінка – специфічний набір вимог і очікувань, що пред'являються суспільством до індивідуума чоловічої й жіночої статі, а також певні патерни поведінки, характерні для фемінінності та маскулінності.

Кожному етапу властива фазність, яка є закономірністю. У першій фазі накопичується інформація про існування статей, статеві ролі. Отримана інформація засвоюється й переробляється відповідно до індивідуальних особливостей та норм мікросоціального середовища. Індивідуальну орієнтацію в цій фазі можна вважати завершеною тільки за наявності внутрішньої готовності до реалізації сформованих тенденцій. У другій фазі відбувається засвоєння патернів поведінки статей, чоловічих і жіночих соціальних ролей. Поряд із явними

специфічними сексологічними проявами задовго до власне пубертатного періоду в юних представників обох статей відбуваються психофізіологічні процеси, які, на перший погляд, мають лише непряме відношення до сексуальної сфери, але насправді відіграють важливу роль у формуванні сексуальності [36].

Цикл сексуальної реакції

Початок психофізіологічним дослідженням сексуальності поклали роботи У. Мастерс і В. Джонсон (1966, 1970). Американські науковці вивчали сексуальні реакції в досліджуваних, що відбуваються в сексуальних партнерів в окремі періоди всього копулятивного циклу і в чоловіків, і в жінок у процесі мастурбації. Сексуальні партнери переживають статевий акт як щось ціле, проте реакції чоловічого й жіночого організму в процесі коїтусу різні. Нижче ми докладніше зупинимося на цій темі, оскільки знання фізіології сексуальності полегшує взаємну статеву адаптацію.

Статевий цикл складається з чотирьох фаз (Мастерс, Джонсон, 1966): збудження, плато-фаза, фаза оргазму та фаза дозволу (зворотного розвитку) й супроводжується такими загальними реакціями організму, як гіперемія шкіри обличчя та інших ділянок тіла, тахікардія до 180 ударів за хвилину, підвищення артеріального тиску, почастишання дихання (до 60 вдихів за хвилину).

1. Фаза збудження. Унаслідок посиленого надходження артеріальної крові в запалі тіла, зростання тиску в артерії, що постачає статеві органи кров'ю, та одночасного зменшення відтоку венозної крові. Періоди напруги статевих органів можуть чергуватися з періодами його розслаблення, залежно від психоемоційної атмосфери, характеру ласк, поведінки партнера й обстановки.

Особливого значення набувають дотики. Наростаюче збудження стимулює кровообіг, спостерігається приплив крові («горять» обличчя та шия). Підвищується частота пульсу й кров'яний тиск.

2. Плато-фаза – це фаза рухів у статевому акті (фаза фрикцій).

3. Фаза оргазму (грец. – палати пристрастю) в біологічному відношенні – це найкоротша фаза сексуальної реакції. Вона зазвичай триває всього кілька секунд (3–15), протягом яких ритмічні м'язові скорочення створюють дуже сильні фізичні відчуття, що змінюються швидким розслабленням. На рівні свідомості оргазм може супроводжуватися легким оглушенням. Психологічно оргазм – це період

насолюди й безтурботності (думки звернені в себе, щоб повною мірою відчувати все, що відбулося).

4. Фаза дозволу (зворотного розвитку) приносить розслаблення та відчуття розрядки. Наступаюче в цій фазі почуття задоволеності істотно залежить і від психологічного контакту партнерів, і від того, наскільки кожен відчуває себе бажаним для іншого. М'язова напруга, яка досягла максимуму у фазі оргазму, досить різко слабшає, настає період спокою й розслаблення. Швидко приходять у норму показники діяльності серця, кровообігу та дихання. Ніжні, заспокійливі ласки в цій фазі відповідають її призначенню.

У циклі сексуальної реакції, прийнятої в DSM-III-R, збудження й плато, що виділяються Мастерс і Джонсон, злиті в єдину фазу збудження. Їй передують фаза бажання. Фази оргазму та дозволу залишаються такими ж, як їх описали автори [38].

Еротичні образи й сексуальні фантазії

Різноманітні форми чуттєвості – важлива характеристика цілісного психічного вигляду людини, ніколи не існували як відокремлена сфера людської психіки. Сьогодні на перший план вийшло вивчення сприйняття людьми еротики, а також таких явищ, як сексуальне бажання й сексуальна задоволеність.

Вивчаючи виникнення сексуального збудження, дослідники однозначно зійшлися на думці, що для стану статевого збудження недостатньо тільки одних фізіологічних стимулів, зокрема генітальних ознак.

Сексуальне збудження стає суб'єктивним сексуальним переживанням у контексті особистого життя індивіда та є відображенням його інтересів і самовизначення. Розуміння сексуального збудження як переживання відображають багато сучасних моделей сексуальності.

Бенкрофт запропонував теоретичну схему дослідження сексуального збудження, яку він назвав «психосоматичним сексуальним циклом». Науковець вважав, що статеве збудження складається з чотирьох основних елементів: бажання, центрального збудження, периферичного порушення та генітальної реакції. У його моделі уведено послідовний порядок активації цих елементів, оскільки передбачається існування зв'язків між: «(1) когнітивними процесами, що впливають на (2) лімбічну систему й інші відділи головного мозку, які створюють нейрофізіологічну основу сексуальності. Ця система, зі свого боку, впливає на периферію через (3) спинний мозок і його рефлекторні

центри, які через периферичні соматичні й вегетативні центри управляють (4) генітальними реакціями, а також іншими периферичними проявами сексуального збудження. Повний цикл завершується сприйняттям, усвідомленням і когнітивною переробкою цих периферичних та генітальних змін» (Бенкрофт, 1989).

Отже, сексуальне переживання стає еротичним, а стимул набуває сексуальною сенсу в результаті когнітивної трансформації образу, що включає процеси оцінки, інтерпретації або смислового аналізу.

Емоційне переживання стає еротичним, тільки якщо воно включається у відповідну мотиваційну систему, тобто сприймається й оцінюється як сексуальне. Це стадіальний процес, у якому сприйняття чергуються з оцінками: сприйняття стимулу → його позитивна оцінка → сексуальне збудження → сприйняття свого збудження → його позитивна оцінка → сексуальна дія → її сприйняття → позитивна оцінка переживання.

Якщо будь-яка ланка в цьому ланцюзі буде сприйнята не як еротична (наприклад, якщо дотик партнера буде сприйнято не як елемент любовної гри, а як агресію або маніпуляцію) або якщо воно викличе, замість позитивних емоцій, негативні, сексуальне збудження відразу ж піде на спад.

Дослідження показали, що понад 60 % жінок мають сексуальні фантазії, щодо чоловіків наводяться різні дані – від 35 до 76 %. Сексуальні фантазії – неодмінний психічний атрибут юнацької гіперсексуальності в період статевого дозрівання, що триває до 18–20 років. Зрідка вони проявляються у формі психічної мастурбації та можуть супроводжуватись еякуляцією з оргазмом. Сексуальні фантазії також супроводжують мастурбацію або навіть статевий акт, особливо якщо партнер нелюбий та уява цілком зайнята образом коханого або просто сексуально привабливої людини.

Мастерс і Джонсон описують такі функції сексуальних фантазій, як посилення збудження, звільнення від почуття тривоги й провини, репетиції та ін. і проводять їх класифікацію за змістом сюжетів.

Сексуальні фантазії відіграють важливу роль у розвитку статевих розладів. З. Лев-Старович (1990) поділяє їх на кілька груп:

1. Відсутність сексуальних фантазій та образів частіше трапляється в осіб із малим сексуальним темпераментом, котрі мають уповільнені реакції або сексуальні порушення.

2. Образи можуть бути відтворенням реального сексуального життя, наприклад у сні сексуального змісту відтворюється статеві

зносини з партнером, точно повторюється його хід (як удалий, так і невдалий).

3. Образи можуть висловлювати бажання й потреби, пов'язані з партнером, із ситуацією, ласками, зносинами.

4. Фантазії є формою своєрідної компенсації власних труднощів і проблем. Так, наприклад, імпотент в уяві бачить себе в образі суперкоханця.

5. Образи фантазії як спогади: видається більш удалий уявний союз, ніж існуючий, або період розквіту цього союзу.

6. Фантазії як прояв другою натурою прихованих тенденцій, наприклад гомосексуалізм, оргії [38].

Запитання та завдання для самоперевірки:

1. Розкрийте поняття «психосексуальна ідентифікація».
2. Особливості засвоєння психосексуальної ролі.
3. У чому полягають етичні особливості дослідження сексуальності?
4. Охарактеризуйте вікові періоди становлення й динаміки сексуальності.
5. Роль сексуальних фантазій у розвитку статевих розладів.

РОЗДІЛ 5

ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ СІМ'Ї

Стадії шлюбу та кризові періоди подружнього життя. Порушення функціонування сім'ї. Фактори, що руйнують шлюбно-сімейні взаємини. Причини та наслідки розлучення. Фази розпаду й дестабілізації емоційних стосунків. Стадії розлучення. Построзлучна ситуація. Ревнощі й зрада як феномени подружнього життя.

5.1. Стадії шлюбу та кризові періоди подружнього життя

Ще на початку ХХ ст. значна частина наукових праць досліджує кризу в сімейних стосунках. На думку К. Хорні, тривале та одноманітне життя з однією й тією самою людиною нерідко робить нудними подружні відносини в цілому, а особливо сексуальні. Науковці відзначають, що більшість сімей проходить певні стадії розвитку, які в подальшому допомагають їм набути нового досвіду в спілкуванні та взаємодії один з одним. Хоч у більшості випадків усі ці стадії наслідують одна одну в майже хронологічному порядку (залицання, заручини або спільне мешкання, шлюб, продуктивний період, що включає народження й виховання дітей, кар'єрний ріст або початок власної справи, середній вік, пенсія та онуки), проте кожна із зазначених стадій може розпочатись і закінчитись раптово або тривати неймовірно довго. Іноді стадії змішуються між собою й сім'я може їх переживати паралельно. При цьому ймовірно також функціонування сімейних взаємин за відсутністю деяких стадій, які можуть узагалі не наступити в життєвому циклі сім'ї [11]. У випадках, коли ідеться про другий шлюб і в обох партнерів є діти від першого, то стадії шлюбу мають певну відмінність. Однак кожна з них переживається з особливою напругою й труднощами, із якими доводиться стикатися більшості подружніх пар, що перебувають у повторному шлюбі.

Поняття «життєвий цикл сім'ї» увели в 1948 р. Є. Дюваль і Р. Хілл. Науковці розглядали життєвий цикл сім'ї як періодичні зміни, що відбуваються в родині залежно від подружнього стажу [5].

Нині існує чимало варіантів розподілу життєвого циклу сім'ї на етапи й періоди. Аналіз зарубіжних і вітчизняних джерел засвідчив, що як основні ознаки розмежування етапів життєвого циклу сім'ї можна виокремити факт наявності або відсутності дітей та їх вік; зміну місця

дітей у сімейній структурі; завдання, що стоять перед сім'єю й відповідають цьому періоду; типові проблеми розвитку родини; розвиток взаємин між подружжям; кризи сімейного життя; особистісний ріст кожного члена сімейної групи [31].

У разі переходу з одного етапу сімейного розвитку на інший змінам піддаються структура сім'ї, родинні ресурси та можливості, якість сімейних взаємин, діапазон відповідальності, обов'язків, активності членів родини відповідно до функцій і завдань, що виконуються сім'єю на кожному з етапів життєвого циклу. Зміни, які відбуваються, стосуються всієї внутрішньої життєдіяльності сімейної системи, вимагають мобілізації внутрішніх ресурсів, відображаються на внутрішньосімейному кліматі, на емоційному, психологічному самопочутті членів родини, атмосфері взаємин, нерідко оцінюються й переживаються членами сім'ї як важкі, стресові.

У психології такі труднощі родини прийнято вважати нормативними: з одного боку, вони призводять наростання конфліктності взаємин, зниження задоволеності сімейним життям, ослаблення згуртованості сім'ї, з іншого – сприяють примноженню зусиль членів родини, спрямованих на її збереження.

Кожен з етапів життєвого циклу сім'ї характеризується специфічними стресами й труднощами, що виникають як наслідок нормативних змін у сімейній структурі. Тому дослідників цікавили саме нормативні труднощі, випробовувані членами «умовно благополучної» повної родини на трьох етапах життєвого циклу:

- 1) молода сім'я без дітей;
- 2) сім'я з дітьми-підлітками;
- 3) сім'я на стадії «порожнього гнізда».

Охарактеризуємо більш детально основні стадії розвитку сімейних взаємин [34]:

Початковий етап (стадія залицяння або спільне мешкання) насправді має небагато спільного зі справжнім сімейним життям: пара перебуває в піднесеному настрої, закохані мріють про спільне майбутнє, проблеми, із якими стикаються, здаються несерйозними. Час, який закохані проводять разом, минає швидко та весело, оскільки коло обов'язків ще не визначено.

Наступний етап – **заручини** – домовленість про спільне життя або шлюб. У цей час на перший план виходять питання кар'єрного росту й роздуми про спільних дітей. Партнери починають порівнювати минулі стосунки з теперішніми.

Найчастіше наступною стадією є безпосередньо **шлюб**, характерна особливість якого – як правило, народження дітей, що супроводжується

радістю та щастям, за якими часто приходять емоційна напруга й стреси. Вплив народження дитини на партнерів несподіваний для обох. Подружній парі на цій стадії потрібно пристосуватися до нового життя та пройти повну реорганізацію.

Із народженням дитини і її зростанням подружжя приділяє їй більше часу, ніж один одному. З'являються певні розбіжності у вихованні дитини, тому що кожен із батьків уявляє модель виховання по-своєму, відповідно до моделі виховання в батьківській сім'ї. Зазвичай, до появи дитини молоді батьки не обговорюють виховних аспектів, тому часто навіть не припускають, що з цього приводу думає їхній партнер.

Іншою є ситуація в сім'ях, де немає дітей. Партнери приділяють усю увагу один одному, зіштовхуючись при цьому з низкою питань, пов'язаних саме з відсутністю дітей. Важливу роль при цьому відіграє й те, що модель їхньої родини значно відрізняється від тих сімей, де є діти.

У період *середнього подружнього віку* всі родини, зазвичай, переживають складний період. На цій стадії сім'я оцінює все те, чого вдалося досягти за всі сумісно прожиті роки, і переосмислюють заново свої сімейні цінності. Наявність у сім'ї дітей підліткового віку вносить додаткову напругу у взаємини, оскільки батькам потрібно впоратися не лише зі своїми, а й із підлітковими проблемами (боротьба за незалежність, небезпека вживання спиртних навіїв, паління, вплив наркотиків, можливість потрапити в погану компанію). Коли діти досягають статевої й соціальної зрілості, то покидають батьківський дім і батькам доводиться знову перебудовувати своє життя та вчитися спілкування один з одним. Цей період супроводжується відчуттям втрати, тому що діти, про яких раніше потрібно було піклуватися, уже залишили батьківську оселю.

Сімейна пара виходить на пенсію – остання стадія життєвого циклу родини. Одні йдуть на пенсію із задоволенням, оскільки знають, що матимуть більше свободи, часу на онуків й улюблені справи. Для інших цей період може бути важким та депресивним і символізувати завершення діяльності, корисної для суспільства. Перспективи хвороби, можливість втрати партнера, із яким провели все життя, смерть – це найбільші стреси, які може відчувати людина в цей період. Деякі пари втрачають сенс життя з виходом на пенсію, особливо це стосується людей, які виходять на заслужений відпочинок не за власним бажанням, а з примусу.

Отже, на різних стадіях життєвого циклу в кожній сім'ї виникають свої утруднення, із якими вони намагаються впоратися по-своєму.

Кожна зі стадій, за умови вдалого її проходження, приносить партнерам певний досвід і мудрість, яким вони повинні поділитись у подальшому зі своїми дітьми й онуками.

Труднощі можуть виникати в кожній зі сфер сімейного життя: у сфері подружніх взаємин, дитячо-батьківських стосунках, сиблінгових взаєминах, у сфері взаємодії сім'ї із соціумом, у господарсько-побутовій сфері, в інтимно-сексуальній та репродуктивній сферах тощо.

Складні періоди й стреси, пережиті родиною, перевіряють сімейну систему на міцність, життєстійкість і здатність відновлювати сили після перенесеної напруги. Але, накопичуючись і перекриваючи одне одного, сімейні труднощі можуть деструктивно впливати на внутрішньо-сімейний клімат, призводити до ситуації ризику для благополуччя й здоров'я сім'ї.

У процесі розвитку шлюбно-сімейних взаємин психологи виділяють періоди спаду в стосунках, які характеризуються наростанням почуття незадоволеності один одним. У подружжя виявляються розбіжності в поглядах, частішають сварки, виникає мовчазний протест, відчуття обманутих надій і докорів.

Подібні ситуації отримали назву *кризових періодів у шлюбі*. В основі сімейної кризи лежать певні закономірності розвитку родинних взаємин. Тому не слід шукати причину, що призвела до виникнення певної ситуації, у поведінці чи вчинку одного з членів сім'ї або шлюбних партнерів, а враховувати наявні закономірності, коректуючи відповідно до них свою поведінку. У кризовій ситуації насамперед потрібно проявляти терпіння, уникати необачних рішень і вчинків.

Виділяється кілька таких періодів або спадів у взаєминах, які не всі сім'ї спроможні успішно подолати. Вони можуть настати у перші дні після одруження; через 2–3 місяці подружнього життя; через шість місяців; через рік; після народження першої дитини; на 3–5-му та 7–8 роках спільного життя; через 12 років сімейного життя; через 20–25 років.

Вищевказані періоди сімейних криз розглядаються умовно, оскільки переживаються вони не всіма родинами. При цьому слід мати на увазі, що перехід сім'ї з однієї стадії подружнього життя на іншу часто супроводжується виникненням кризових ситуацій. Будь-яка природна подія в житті родини (шлюб, народження дитини, початок відвідування дитиною школи, хвороба одного з членів сім'ї тощо), зміни в родині чи в її структурі, викликані цими подіями, незмінно породжують ті або інші проблемні ситуації, вимагають прийняття відповідних рішень, мобілізації для цього необхідних ресурсів.

Для характеристики таких проблемних ситуацій, викликаних переходом з однієї стадії життєвого циклу на іншу, американська дослідниця Рона Рапорт увела поняття «нормативного стресу», або «нормальної кризи». Вона зазначала, що в нормальному розвитку сім'ї існують певні моменти, названі «точками незворотності», які є кордонами між стадіями життєвого циклу й мають критичне значення для розвитку родини. Вони ведуть або до вирішення кризи та подальшого розвитку сім'ї, або до ускладнення ситуації, сімейної дезадаптації й подальшого розпаду родини [31; 34].

Безсумнівний інтерес викликають дослідження чеських учених [Plzak M.,1973; Kratochvil S.,1985], які в розвитку подружніх взаємин виділяють два закономірних (нормативних) критичних періоди. Саме в ці періоди найбільш часті розлучення, повторний шлюб, який, як потім з'ясовується, теж «був помилкою». Уникати таких криз, як правило, не можна, але керувати ними, їх перебігом в інтересах подальшого зміцнення сім'ї цілком можливо [38].

Перший кризовий період настає між 3-м і 7-м роками подружнього життя й триває в сприятливому випадку близько одного року. Провідну роль у цьому випадку відіграють зникнення романтичних настроїв, контраст у поведінці партнера в період закоханості та в повсякденному сімейному побуті, зростання розбіжностей у поглядах на окремі речі, почастишання проявів негативних емоцій, зростання напруги в стосунках, почуття незадоволеності тощо.

Другий кризовий період може настати приблизно між 13 і 23 роками спільного життя. Ця криза менш глибока, але більш тривала за часом, ніж перша (може тривати протягом декількох років). Вона збігається з відомою у віковій психології «кризою середини життя». Близько до сорока років людина починає виразно відчувати розбіжність між своїми мріями, життєвими планами та ходом їх здійснення.

Криза середини життя – важке випробування й для сім'ї. Свою особисту неспроможність багато зрілих індивідів (особливо чоловіків) намагаються мотивувати тим, що сімейні турботи та проблеми не дали змогу їм реалізувати себе сповна, тому що багато зусиль і часу віддавалося сім'ї й дітям. У таких випадках вихід у самотійне життя дітей порушує сімейну рівновагу. Нерідко подружжя, яке прожило разом два десятки років, виростило дітей, оглядаючись на своє сімейне становище, із подивом виявляють, що стали чужими людьми, та приймають рішення про розлучення.

На думку відомого сімейного терапевта В. Сатир, сім'я в міру зростання кожного її члена, повинна пройти десять основних кризових етапів, які супроводжуються підвищеною тривожністю, вимагають

підготовчого періоду й подальшого перерозподілу душевних і фізичних сил [61]:

1. Зачаття, вагітність та народження первістка. Шлюб як взаємини певною мірою егоїстичні переростає в сім'ю із взаєминами альтруїстичними. Відбувається зміна рольової структури сім'ї.

2. Початок освоєння дитиною людської мови, що вимагає серйозної праці батьків.

3. Налагодження стосунків дитини із зовнішнім середовищем, найчастіше в школі, що передбачає, насамперед, необхідність адаптації дітей і батьків до ситуації, коли в сім'ю проникають елементи шкільного, «вуличного» світу.

4. Вступ дитини в підлітковий вік, труднощі віку, можливі конфлікти з батьками.

5. Дорослішання дитини, залишення родинного «гнізда» в пошуках самостійності, незалежності приймаються батьками іноді як період утрати (синдром «спорожнілого гнізда»).

6. Одруження дорослих дітей, входження в сім'ю нових членів (невістка, зять, онуки); проблеми у взаєминах із ними.

7. Настання клімаксу в житті дружини.

8. Зниження сексуальної активності в чоловіків.

9. Становлення батьків бабусями та дідусями.

10. Період занепаду: відхід із життя подружжя.

Отже, перехід від однієї стадії життєвого циклу до іншої та розв'язання суперечностей між новими завданнями ставить перед сім'єю нові цілі й вимагає структурно-функціональної перебудови, уключаючи зміну в ієрархії функцій сім'ї, розв'язання питання про верховенство та лідерство й розподіл ролей. Успішність вирішення криз переходу забезпечує ефективне функціонування сім'ї, її гармонійний розвиток.

5.2. Порушення функціонування сім'ї

Унаслідок різноманітних обставин можуть відбуватися різні порушення функцій сім'ї. Існує значна кількість факторів, які можуть сприяти подібним порушенням: особливості особистості членів родини, характер взаємин між ними, певні умови життя сім'ї та ін.

Е. Г. Ейдемільер і В. Юстицькіс зауважують, що досить важливими характеристиками родини є не лише її функції, а й структура та динаміка. На думку авторів, структура сім'ї включає чисельність і склад

родини, а також сукупність взаємин між її членами. Аналіз структури сім'ї дає змогу виділити такі родини, де керівництво й організація всіх її членів зосереджені в руках одного члена сім'ї. Відмінною може бути структура родини й стосовно того, як у ній розподілено обов'язки: більшість із них виконуються одним із членів сім'ї чи обов'язки розподілені рівномірно [83].

За визначенням науковців, порушення структури родини – це такі особливості структури, які утруднюють чи перешкоджають виконанню сім'єю її функцій. Із цієї причини порушенням структури взаємин у родині слід визнати сімейний конфлікт, який є перешкодою у виконанні родинною її різноманітних функцій [83]. Унаслідок розлучення подружжя, наприклад, може виявитися порушеною емоційна функція сім'ї: дитина не отримує емоційної підтримки батька чи отримує, але недостатньо. Отже, для успішного розвитку шлюбу суттєве значення має функціонально-рольова структура сімейних взаємин.

Сучасні норми шлюбно-сімейних стосунків передбачають диференційований спосіб побудови функціонально-рольових взаємин у родині й гнучкий розподіл обов'язків між її членами. Рольові та функціональні взаємини в сім'ї встановлюються на основі «набутих» критеріїв, таких як особисті нахили, здібності, досвід, бажання, добровільна згода, міра зайнятості у виробничій сфері тощо.

Робер і Тільман стверджують, що в сім'ї існують сили згуртування, що чинять опір зміні структури, і сили розпаду, які призводять до змін. Рівновага існує в тому випадку, якщо сили згуртування переважатимуть над силами розпаду [81].

На думку В. А. Сисенко, стійкість чи нестабільність шлюбу залежить від задоволення потреб партнерів. Науковець вважає, що для стабільності шлюбу значущим є не лише задоволення матеріального становища подружжя, а й емоційно-психологічних потреб. При цьому він зауважує, що емоційно-психологічна стабільність шлюбу залежить від міри задоволення потреб у взаємодопомозі та психічній підтримці, взаєморозуміння, задоволення почуття власної гідності, відчуття, своєї значущості, важливості.

Якщо один із партнерів почувається ущемленим, то це породжує низку негативних реакцій проти партнера й певною мірою переходить у незадоволену потребу в ласці, ніжності, турботі. Психічне відчуження між партнерами починається із заниженої оцінки, критичних зауважень стосовно особистості партнера. Отже, порушуються душевна гармонія, відчуття власної значущості й цінності для іншої людини. Подібні

обставини призводять до того, що в сім'ї один чи обоє партнерів почувають психічний дискомфорт, у них зникає почуття підтримки, солідарності, захищеності [65].

Отже, ті чи інші незадоволені потреби партнерів чи крайньою мірою одного з них часто є причинами конфліктів і призводять до шлюбно-розлучних ситуацій. Серйозні конфлікти чи розлучення свідчать про те, що в розвитку шлюбу настала особлива фаза, на якій між партнерами утворилася дисгармонія при задоволенні певних потреб. При цьому один із партнерів блокує чи робить неможливим задоволення сумісних потреб.

5.3. Процеси розпаду й дестабілізації подружніх взаємин

Причини та наслідки розлучення

Розлучення – одна з найактуальніших проблем сьогодення, що лежить в основі демографічного спаду в країні. Більшість дослідників особливостей функціонування сім'ї й шлюбу до найважливіших факторів, що мають вагомий вплив на руйнування сім'ї, відносить економічну ситуацію в країні, ослаблення соціально-культурних норм, розвиток у суспільстві культури споживання [58]

Серед причин зростання кількості розлучень різні автори виділяють декілька груп чинників: **економічні** (частота розлучень зменшується у важкі часи і піднімається за часів економічного благополуччя); **політичні** (у «ліберальні» часи й у роки соціальних експериментів кількість розлучень звичайно збільшується); у консервативніші часи число розлучень зменшується, як це було в США в 1980-ті роки). Расові відмінності мають такі характеристики: рівень розлучень у чорношкірого населення США у два рази вищий, ніж у білого, вірогідний вплив різниці в соціально-економічному положенні. Виділяють також релігійні відмінності (у католиків рівень розлучень нижчий, ніж у протестантів) [11]

Вітчизняні психологи називають такі причини розлучення: кардинальні зміни в шлюбно-сімейних взаєминах; високий рівень жіночої зайнятості в суспільному виробництві, освітній рівень жінок, виникнення суперечностей між материнськими та виробничими функціями жінок.

Домінування молодих жінок не пов'язане з їх задоволеністю шлюбом. Найхарактернішою формою поведінки в конфліктних

ситуаціях і для заміжніх, і для розлучених жінок є уникнення, далі – співпраця, компроміс (у розлучених жінок ці показники – значно нижчі), пристосування й суперництво.

Дослідники шлюбно-розлучних ситуацій указують, що насамперед слід розрізняти мотиви та причини розлучень. В. А. Сисенко зауважує, що причини – це явища, що спонукають до розпаду сімейних стосунків і лежать в основі розлучення. Мотиви ж – це обставини, на які посилаються один чи обоє партнерів, що бажають розірвати шлюб [65].

Вивчення мотивів розлучень за даними шлюбно-розлучних процесів привело до створення різноманітних їх класифікацій різними науковцями. Під мотивами, як правило, розуміють різні умови й обставини, що призвели до розлучення.

Сильно варіюється число та важливість мотивів. Прикладом класифікації мотивів розлучень може служити класифікація Н. Р. Юркевич:

- 1) невідповідність (несумісність) характерів;
- 2) порушення подружньої вірності;
- 3) погані взаємини з батьками (втручання батьків й інших родичів);
- 4) пияцтво (алкоголізм);
- 5) вступ до шлюбу без любові або легковажне прийняття рішення про створення сім'ї;
- б) засудження партнера до позбавлення волі на тривалий термін.

За вказаними мотивами розлучень часто приховані більш вагомі й серйозніші розбіжності між подружжям. Матеріали шлюбно-розлучних процесів найбільш достовірні в тих частинах, які свідчать про такі факти, як пияцтво та алкоголізм чоловіка, зрада, створення іншої сім'ї, роздільне мешкання з об'єктивних причин, так звані «дистантні» сім'ї. Суб'єктивні причини розлучень завжди дуже різноманітні. За вказаними мотивами важко судити про реальні причини розірвання шлюбу. Іноді реальний мотив може підмінитись іншим. Наприклад, чоловік може бути незадоволений лідерством дружини в сім'ї, її владністю, зверхопікою, тим, що вона робить образливі зауваження, що принижують його гідність. А на суді він може назвати причиною розлучення те, що його дружина погана господиня, не виконує обов'язки, недбало витрачає гроші. Іноді між подружжям існує дисгармонія в інтимних стосунках, але через природну сором'язливість сім'я, що розлучається, може вказати на суді будь-яку причину, висунути будь-який мотив (наприклад не «зійшлися характерами»).

Основна кількість розлучень припадає на вік партнерів до 40 років. При цьому частка чоловіків цього вікового періоду, котрі роз-

лучаються, – 73,9 %, жінок – 78,3 %. Найбільша інтенсивність розлучень доводиться на вікову групу 25–29 років. Вік розірвання шлюбів (модальний), що найчастіше зустрічається в чоловіків, – 28,8 років, у жінок – 27,8. Середній вік – 32,5 і 29,5 років [65].

К. Вітек стверджує, що найчастіше розлучаються подружні пари, які перебувають у шлюбі до чотирьох, 4–5, 10–14 років. Зіставлення з періодизацією шлюбів свідчить, що найбільш небезпечний із погляду стабільності шлюбу період так званих «зовсім молодих шлюбів» (від 0 до чотирьох років). У цей час виникають труднощі психологічної адаптації, входження в ролі чоловіка й дружини, розподілу обов'язків у сім'ї, проблеми ведення загального господарства. Напруженість у взаєминах збільшується після народження дітей, у разі житлових і фінансових проблем [16].

Достатньо небезпечний із погляду вірогідності розлучень період «молодих шлюбів» (5–9 років). У цей час у зв'язку з народженням і вихованням дітей бюджет часу подружжя стає напруженим, обмежуються відпочинок, дозвілля, зростають нервова та фізична втомленість і фінансові проблеми. Гостро постає проблема лідерства в сім'ї й розподілу праці. На перші дев'ять років сумісного життя припадає 64,5 % шлюбів, що розпадаються.

«Середні шлюби» (10–19 років) характеризуються в цілому стабілізацією подружніх взаємин. При несприятливій динаміці стосунків між подружжям у результаті сварок і конфліктів може з'явитися відчуття ворожнечі, ненависті. Частка розлучень, що припадає на цей період, – 23,6 %.

Для «немолодих шлюбів» (понад 20 років) характерні відділення дітей, витіснення колишньої взаємозалежності стосовно догляду за дітьми та їх вихованням на другий і третій план. Можливі такі негативні явища, як деяка втома подружжя один від одного, іноді автономія в дозвіллі й розвагах, певна дисгармонія сексуальних потреб і можливостей, психологічне відчуження. Найчастіші мотиви розлучень у цей період – пияцтво або алкоголізм, зрада чи підозра в ній. Питома вага розлучень в шлюбах тривалістю 20 років і більше – 11,6 %. Ініціаторами розлучень у більшості випадків є жінки. У нашій країні, за даними різних учених, близько 70 % розлучень відбуваються за ініціативою дружин. Найбільш активні в розірванні шлюбу молоді дружини (до 25 років), причому жіноча ініціатива в цьому питанні переважає до 50 років.

Значна частина розлучень стається, зрозуміло, через причини, що виникають безпосередньо в результаті сумісного життя. Наявність

дітей прямо впливає на міцність шлюбу. У багатодітних сім'ях, де кількість дітей троє й більше, відсоток розлучень значно нижчий від середнього (проте не виключена зворотна залежність). Під час розлучення найчастіше вказуються три групи причин:

1. Побутові причини такі, як житлові умови, невміння або небажання одного з подружжя вести домашнє господарство, матеріальна незабезпеченість, вимушене роздільне мешкання.

2. Міжособистісні конфлікти: утрата відчуття любові, прихильності, грубість, різні погляди на життя, ревності, недовіра.

3. Зовнішні чинники: зрада одного з подружжя, утручання третіх осіб.

Насилля в сім'ї відносять до другої групи причин. За даними Кочеткової, у 25 % сімейних пар наявне фізичне насилля в стосунках між подружжям, а в 50 % – психологічне (вербальне насилля, емоційний тиск, погрози) [34].

Для екс-подружжя розлучення позначається на емоційному благополуччі партнерів, на стані їхнього здоров'я, при цьому ускладнюється економічний стан розлучених, змінюються взаємини з найближчим оточенням, утруднюється виконання батьківських ролей. Виділяється феномен незалежної «травми розлучення», що відображає складнощі адаптації до післярозлучної ситуації.

Важче розлучення переносять його пасивні учасники – діти.

- Діти з неповних сімей значно частіше, ніж представники повних, схильні до гострих хронічних захворювань, перебіг яких має значно важчу форму. Це є наслідком обмежених матеріальних ресурсів і низького статусу неповної сім'ї.

- Порушується ідентифікація дітей зі своїми батьками: 39 % дітей із неповних сімей не хочуть бути схожими ні на кого зі своїх батьків, що призводить до утруднення передачі культурних норм і цінностей із покоління в покоління та порушує виховательську функцію сім'ї.

- Діти, котрі ростуть у неповних сім'ях, мають нижчу успішність, порівняно зі своїми однолітками з повних сімей. Якщо на «добре» вчиться однакова кількість дітей, то трієчників із неповних сімей більше на 11 % (відповідно, відмінників на 11 % менше).

- Емпірично підтверджено, що діти з неповних сімей отримують нижчу освіту й тому згодом мають нижчий рівень доходів.

- У дітей, котрі зазнали розлучення батьків, прагнення до досягнення значущих життєвих цілей розвинене значно слабше.

• До психологічних труднощів дослідник відносить підвищений рівень тривожності (різниця 13–15 %), труднощі засвоєння шкільної програми (11 %), конфлікти з батьками (10 %) [34].

Проте не можна заборонити розлучення, інколи лише завдяки розлученню і діти, і інші члени родини можуть позбавитися як емоційного, так і (нерідко) фізичного насилля в сім'ї.

Фактори, що руйнують шлюбно-сімейні взаємини

У сучасній європейській сім'ї психологічне розлучення – це не просто розпад шлюбних взаємин, а дестабілізація всього життєвого устрою.

Основні *причини зростання розлучень* бувають такі:

– зміна функцій сім'ї, а саме господарської (економічної) сторони. Жінка може заробляти більше, ніж чоловік, і ніби стає більш незалежною;

– успіхи в боротьбі за рівноправність партнерів (так званий фемінізм);

– відсутність негативних стереотипів у розлучених;

– звільнення від класових, релігійних і національних забобонів;

– зміна темпу та стилю життя в урбанізованому суспільстві;

– диференційованість життєвого циклу;

– зростання тривалості життя;

– посилення міграційних процесів;

– ще одна причина – зниження впливу батьків на вибір партнера, наслідком чого є велика кількість «ранніх», поспішних шлюбів.

Причинами розлучення можуть бути не лише напруженість у стосунках і тривожність у певні кризові періоди, але також багато інших, як прямих, так і непрямих (здавалося б, таких, що не стосуються розпаду сім'ї) проблем. У наукових дослідженнях шлюбно-сімейних взаємин виділяються певні чинники, що входять до групи ризику розлучень, тобто такі, що збільшують вірогідність розпаду шлюбно-сімейних стосунків [34;65]:

– конфліктні стосунки (розлучення) батьків одного з партнерів;

– сумісне мешкання з батьками одного з подружжя на їхній житловій площі;

– пізній або ранній вік вступу до шлюбу;

– деідеалізація партнера;

– висока особистісна конфліктність одного або обох партнерів;

– нерівний рівень освіти й соціального статусу подружжя;

- професійна зайнятість жінки, у тому числі «бі-кар’ерна» сім’я;
- вимушене роздільне мешкання подружжя (відрадження, роз’їзди, так звана «дистантна» сім’я);
- зради, сексуальна незадоволеність у шлюбі;
- відсутність довіри в сімейних стосунках;
- безплідність одного з подружжя, неможливість мати дітей;
- дошлюбна вагітність (так звані «стимульні» шлюби);
- народження дитини в перші 1–2 роки шлюбу;
- уживання алкоголю й наркотиків.

Дослідники сімейних взаємин прийшли до висновку, що безкризовий розвиток сім’ї неможливий, проте не всі причини призводять до її руйнування. До негативних чинників, які можуть зруйнувати шлюб, відносять:

1. Перевантаження й фізичне виснаження. у цьому криється серйозна небезпека, особливо для молодих подружніх пар, які тільки почали свою професійну або академічну кар’єру. Небезпечно братися за все відразу: учитися у ВНЗ, працювати повний робочий тиждень, няньчити дітей: одне – немовля, інший – тільки почав ходити, ремонтувати квартиру й займатися бізнесом. Звучить неймовірно, але факт: молоді пари якраз так і чинять. А потім дивуються, коли їхні сім’ї розпадаються, оскільки вони бачать один одного, коли сил уже ні на що не залишається. Ситуація найбільш переповнена небезпеками, коли чоловік надмірно поглинутий роботою, а дружина сидить удома з малюком дошкільного віку. Спочатку вона відчуває себе дуже самотньою, далі – жахливо незадоволеною й, нарешті, усе це виливається в депресію.

2. Зловживання кредитом і сварки з приводу грошових витрат.

3. Егоїстичність. У світі існує дві групи людей: ті, котрі дають, і ті, які беруть. Шлюб між двома партнерами, готовими давати, буде, найімовірніше, щасливим. Часті тертя неминучі в разі шлюбу між тими, котрі дають, і тими, які беруть. Але мало шансів для збереження подружніх стосунків між партнерами, налаштованими «брати». Отже, егоїстичність і шлюб – поняття несумісні.

4. Утручання батьків. Деякі батьки насилу уявляють, що їхні діти – дорослі, самостійні люди, і вони, якщо живуть поблизу, часто втручаються в життя молодят.

5. Нереальні очікування. Деякі люди на порозі шлюбу чекають чогось справді незвичайного: котеджі в трояндах, прогулянки по доріжках, усипаних квітами, – нічим не порушувана ідилія. Неминуче розчарування – це емоційна пастка.

6. Пияцтво й наркотики. Вони вбивають не лише шлюб, але й людей.

7. Окремі феномени подружнього життя, здатні вплинути на перебіг подружніх взаємин (наприклад ревності, зрада, низька самооцінка тощо).

8. Порнографія, азартні ігри й інші пристрасті та uzалежнення.

Іноді подружжя намагається зберегти шлюб за допомогою великої кількості дітей («від трьох не піде!»). Дослідження стверджують, що стабілізувати шлюб кількістю дітей не вдається: багатодітні подружні пари розпадаються так само, як і бездітні [65; 81].

5.4. Емоційний процес розлучення

Фази розпаду й дестабілізації емоційних взаємин

Вище вже відзначено, що розлучення – це дестабілізація відносин. Стівен Дак виділив чотири фази розпаду емоційних взаємин:

1. Інтрапсихічна (внутрішня). В одного або обох подружжів (звичайно більш чутливого) з'являється відчуття внутрішньої незадоволеності. Можливі результати цієї фази:

– змиритися з цим і зовні виражати задоволення або ніяк не проявляти свою незадоволеність;

– зважитися на те, щоб висловити партнеру своє незадоволення.

2. Інтерпсихічна (між подружжям) або діадична (партнери обговорюють свої стосунки). На цій фазі підвищується саморозкриття, подружжя пробує експериментувати. Це може тривати протягом років. Результат можливий також у двох варіантах:

– перебудова взаємин (їх стабілізація);

– ухвалення розпаду (експеримент закінчився невдало).

3. Соціальна фаза (до процесу розпаду сім'ї залучаються інші люди – родичі, друзі). Факт розпаду повинен стати «загальним надбанням», має «санкціонуватись» іншими. Оточення повинне перестати сприймати подружжя як пару. Результат цієї фази – припинення соціальних взаємин, розпад сім'ї.

4. Фаза обробки (ніби знову інтрапсихічна). Обидва колишні партнери переробляють одержаний досвід усередині себе й залишаються зі своїми переживаннями, спогадами. Результат цієї фази можливий у двох варіантах:

– примирення із ситуацією, із собою, урахування позитивних моментів, уроків, набуття особистого досвіду;

– те, що відбулося, сприймається як невдача, приписувана собі та зазвичай, призводить до зривів, істерик, неврозів.

У зарубіжній психології поширена також концепція розпаду емоційних взаємин Дж. А. Лі, який виділив п'ять фаз:

- 1) усвідомлення незадоволеності;
- 2) вираз незадоволеності;
- 3) переговори;
- 4) ухвалення рішень;
- 5) трансформація стосунків.

Дж. А. Лі стверджує, що подружня пара може не одночасно проходити всі фази, розпад взаємин можливий будь-яким шляхом і в будь-якій формі, черговість не обов'язкова. Процес розпаду може направлятися не на припинення стосунків, а на їх трансформацію. Науковець вважає, що це може тривати все життя [1]. Типи реагування на розлучення також можуть бути різними, це залежить від самої події розлучення (його форми, глибини, тривалості, кількості залучених у нього учасників), ставлення до нього з боку подружжя, що мають у наявності певні ресурси (матеріальна й житлова забезпеченість, здоров'я, емоційний стан, дитячі проблеми, вік подружжя).

Стратегії поведінки в розлучній ситуації також можуть бути різними. Назвемо найпоширеніші:

1) войовничо-ненависна (повернути чоловіка (дружину) за всяку ціну). Тут потрібна перемога, але при цьому пошани ні до себе, ні до партнера немає;

2) загострення любові – пошук якихось варіантів утримати, повернути партнера. Ця тактика може спрацювати за умови, що партнер ще не прийняв остаточного рішення піти із сім'ї;

3) прийняття реальності такою, яка вона є. У цьому випадку це дає можливість зберегти з колишнім партнером нормальні стосунки, не викреслювати зі спогадів спільно прожитих років, звести до мінімуму негативні наслідки для дітей.

Стадії розлучення

Р. Кочюнас, аналізуючи шлюбно-розлучні ситуації, для опису самого процесу розлучення, скористався моделлю Кюблер-Росс, яка виокремила такі стадії перебігу [78]:

1. Стадія заперечення. Спочатку реальність, що відбувається, заперечується. На цій стадії ситуація розлучення сприймається з

вираженим захистом, за допомогою механізму раціоналізації знецінюються шлюбні взаємини: «Нічого такого не трапилось», «Усе добре», «Нарешті прийшло звільнення» й ін.

2. Стадія озлобленості. На цій стадії від душевного болю захищаються озлобленістю ставлення до партнера. Нерідко маніпулюють дітьми, намагаючись привернути їх на свій бік.

3. Стадія переговорів. Третя стадія найскладніша. Робляться спроби відновити шлюб і використовується безліч маніпуляцій один стосовно одного, уключаючи сексуальні взаємини, загрозу вагітності або вагітність. Іноді вдаються до тиску на партнера з боку оточуючих.

4. Стадія депресії. Пригнічений настрій настає, коли заперечення, агресивність і переговори не приносять ніяких результатів. Людина відчуває себе невдахою, зменшується рівень самооцінки, вона починає сторонитися людей, не довіряти їм. Нерідко випробувані під час розлучення відчуття відторгнення й депресія досить довгий час заважають заводити нові інтимні стосунки.

5. Стадія адаптації. Мета – «перейти» в стадію пристосування до умов життя, що змінилися. У тих випадках, коли після розлучення залишається неповна сім'я, дітям теж потрібна підтримка в адаптації до нової ситуації.

5.5. Построзлучна ситуація сім'ї

До соціально-психологічних наслідків розлучення відносять зниження народжуваності; погіршення умов сімейного виховання; падіння продуктивності праці; погіршення показників здоров'я, збільшення захворюваності й смертності; зростання алкоголізації; збільшення суїцидальних випадків; підвищення ризику психічних захворювань.

Розлучення породжує безліч проблем, як усвідомлюваних (де жити, із ким жити?), так і неусвідомлюваних (глибина кризи після розпаду близьких взаємин).

Протягом року після розлучення ризик захворювань у розлучених збільшується на 30 %. Ці пацієнти частіше скаржаться на головні болі, сечостатевої розлади й шкірні захворювання. У шість разів частіше вони відвідують психіатра. А. Розенфельд пояснює це тим, що взаємодія в критичних ситуаціях між головним мозком, нервовою та імунною системами порушується. Після стресу протягом 14 місяців число імунних клітин зменшується – ризик захворювань зростає [81].

Психічні захворювання в розлучених чоловіків трапляються в 5,09 разів частіше, ніж у сімейних, у розлучених жінок – у 2,8 разів частіше, ніж у тих, які живуть у сім'ї. Чоловіки переносять розлучення болісніше, ніж жінки. Наприклад, розлучені чоловіки в 3,13 разів частіше страждають на психічні захворювання, ніж розлучені жінки. Статистика самогубств у чоловіків після розлучення також набагато перевищує жіночу.

Для чоловіків розлучення саме по собі стає хворобливим переживанням. Цей процес часто супроводжується розчаруванням і недовірою, що розвивається, до людей. Люди після розлучення бояться вступати в новий шлюб: одного разу вже обпеклися і їм не так легко про це забути.

От чому для них так важливо усвідомити причину розлучення й зробити відповідні висновки. Це набагато краще, ніж оплакувати свою долю або затаїти злість на когось чи переживати постійно сильне розчарування.

Розлучення – серйозне випробування для обох партнерів, навіть якщо воно проходить у мирних умовах. В умовах же «бойових» воно приводить до душевних травм, внутрішніх потрясінь і втрати життєвих орієнтирів. Після розлучення колишнє подружжя стикається з проблемами самотності, необхідністю пристосовуватися до нового соціального статусу; вони вимушені займатися пошуком знайомств та нових форм спілкування з людьми. Серйозного значення набуває й фінансове питання. За іронією долі розлучення звичайно призводить до зниження рівня життя матері з дітьми та підвищення рівня життя батька. Самотній жінці з дітьми часто доводиться виконувати роль не тільки матері, але й батька – вона виявляється переобтяженою всілякими справами, оскільки тепер вимушена роз'язувати всі сімейні проблеми самотійно. Продовження контактів між колишнім подружжям може заподіювати болісні страждання обом. Проте буває й так, що підтримка колишнього чоловіка або дружини дуже корисна. Бабусі та дідусі також можуть позитивно впливати на звикання підлітків до нових умов життя. Правда, не всі батьки, а також не всі бабусі й дідусі здатні допомогти дітям. Якщо колишнє подружжя виявляється не в змозі успішно подолати перехідний період свого життя, їм слід звернутися по допомогу до фахівця, оскільки, як уже сказано вище, від їхнього уміння пристосуватися до нової ситуації залежить також адаптація підлітків.

Построзлучна ситуація може бути ускладнена різними обставинами. За довгий час сумісного життя батьки й діти обростають сімейними жартами та сленгом, які можуть стати після розлучення

недоречними. Майже в кожній сім'ї формуються свої ритуали, традиції. Усе це треба вибудовувати наново, щоб уникнути непередбачуваних недоречностей.

Подружжю не так легко відмовитися від колишніх друзів і контактів. У число старих зв'язків, звичайно, входять свекор і свекруха, теща та тесть, бабусі й дідусі та інші родичі. У виключно окремих випадках вони не мають своєї думки з приводу того, що відбулося, що могло б відбутися й що повинне відбутися. Важливо, щоб кожен чітко розумів, що трапилося, і чітко знав своє ставлення до цього. Усе це достатньо складно.

Дуже важливе питання про те, як повинні будуватися відносини між колишнім подружжям, щоб дитина відчувала себе максимально благополучно. Варто відзначити, що якщо сімейні справи залучають дітей до грошових, майнових та інших проблем, то тут важливо досягти взаємних угод. Із питаннями включення/невключення колишнього чоловіка в нове життя пов'язані різноманітні проблеми з приводу відвідування дитини батьком і виплати ним аліментів. Розв'язання цих проблем майже повністю залежить від того, у яких стосунках перебуває після розлучення колишнє подружжя. Якщо в них ще зберігається напруга, важко ухвалити правильне рішення.

Потрібно виділити психологічний простір для колишнього чоловіка – батька дитини, оскільки, де б він не проживав, для дитини він не може просто зникнути з життя.

Коли між дітьми й батьком існує багато невиясненого, подібна ситуація породжує в дитини комплекс неповноцінності, усілякі питання, ревності тощо. Багато дітей часто не спілкуються зі своїми батьками, особливо, якщо ті одружилися повторно, оскільки їхні нові сім'ї не готові та й не знають, як уключити старших дітей у сім'ю. Колишня дружина також не завжди готова до того, щоб діти відвідували нову сім'ю батька.

Якщо колишній шлюб виявився невдалим, особливо для матері, вона може сприймати своїх дітей як символ болю та образи. Щоразу, коли в неї виникають неприємності з дітьми, вона згадує про колишні важкі часи й дуже боїться, як би минулі неприємності не зробили поганого впливу на її нащадків.

Варто зауважити, що для шлюбно-розлучних партнерів гама відчуттів змінюється від повної депресії до відчуття довгожданого звільнення. Для дітей переживання змінюються від млявої депресії, апатії до різкого негативізму й демонстрації незгоди з думкою батьків.

Діти теж не повністю вільні від спогадів. Вони можуть бути причиною старих образ; часто приймають сторону того або іншого батька. Іноді вимушені жити не з тим із батьків, чію сторону вони займали [76].

Труднощі, що чекають подружжя у зв'язку з розлученням, значною мірою залежать від віку дітей. Якщо діти ще маленькі (не старші двох–трьох років), минуле життя, можливо, не матиме на них такого суттєвого впливу, як на старших. Діти 3,5–6 років переносять розлучення батьків дуже травматично, вони не здатні зрозуміти те, що відбувається, і нерідко звинувачують у всьому себе. До трьох років дитина стає особливо сензитивна до оцінки дорослого, його позиції в ставленні до себе, до емоційних станів дорослого.

Діти дошкільного віку найбільше страждають від розпаду сім'ї. У цьому віці дуже важлива наявність у дитини базового відчуття довіри. Розширення дитячого кругозору приводить до широкого діапазону реакцій на розпад сім'ї. Відбувається диференціація від батьків.

Для дитини-дошкільника розпад сім'ї – це руйнування стійкої сімейної структури, звичних відносин із батьками, конфлікт між прихильністю до батька й матері. Переживаючи конфліктну сімейну ситуацію, дитина випробовує сильну депривацію. Така ситуація сприймається, як акт відкидання зі сторони як одного, так і іншого батька.

Дитина 6–10 років, батьки якої розлучилися, може відчувати до них злість, агресію й довготривалу образу. У 10–11 років у дітей нерідко виникає реакція занедбаності та тотальної злості на весь світ. Якщо діти вже дорослі, то розлучення на них може не вплинути, їх це може взагалі не особливо цікавити.

Важливо, щоб діти зрозуміли, що люди різні й, вступаючи у взаємини один з одним, вони інколи не можуть домовитися. Але це зовсім не означає, що ці люди погані. Дитина повинна неодноразово переконатися в тому, що її, як і раніше, люблять обоє батьків. Потрібно зберегти для дітей можливість відчути себе особистістю й створити умови, за яких можуть бути збережені стосунки як і з матір'ю, так і з батьком.

Якщо обоє розлучених батьків виявляться зрілими, мудрими та терплячими людьми, вони можуть разом продумати все так, щоб їхні діти виграли, а не програли. Час, терпіння й здатність жити, утративши подружню любов, тут украй важливі. Психологічно розлучення триває довго.

Неповна сім'я, що виникла в результаті розлучення, із погляду її виховного потенціалу є найуразливішою. Розпад сім'ї згубно діє на дітей обох статей.

По-іншому розлучення впливає на дітей старшого, зокрема підліткового, віку. Помічено, що підвищена емоційність, неврівноваженість, хвороблива чутливість, властиві перехідному періоду, у підлітка із сім'ї, що розпалася, носять гіпертрофований характер і роблять його психіку особливо ранимою. Відчуття болю й сорому, власної збитковості, неповноцінності, покинутості та самотності, довгий час у таких випадках не залишають дітей, роблять їх грубими, драгтивливими, некомунікабельними, вони втрачають інтерес до суспільної роботи, навчання тощо.

Наслідки розлучення сильніше позначаються на хлопчиках, ніж на дівчатках. Вони стають некерованими, агресивними, утрачають самоконтроль, проявляють несаможиттєвість і тривожність. Їхня поведінка як у школі, так і вдома, більш інфантильна, ніж у дітей із повних сімей. Ця особливість поведінки виявляється від двох місяців до одного року з часу розлучення, але після цього періоду багато труднощів згладжуються.

Частим наслідком розпаду сім'ї є зміна ставлення дитини до матері. Іноді в дитини виникає загострене почуття жалю та ніжності до матері, часом вона звинувачує матір у тому, що лишилася батька, тим більше, якщо в ньому дитина бачила й цінувала такі якості, які могла не помітити мати, або не знала про ті сторони батьківського характеру, які стали джерелом розчарування для матері. Унаслідок цього вона починає критично ставитися до неї й, таким чином, по суті втрачає для себе та другого з батьків – матір. Збільшення відстані між ними виникає й тоді, коли мати, пригнічена своїм горем і новими додатковими турботами, не знаходить достатнього часу для занять із дитиною. Буває й так, що дитина в таких випадках розглядається покинутою жінкою як зайвий тягар, що ускладнює її подальші життєві перспективи

Реакції підлітків на розлучення, які виявляються безпосередньо після нього, досліджені та документовані достатньо добре. Одна з них – шок і відмова вірити в те, що трапилось, – виникає в тих випадках, коли підліток не усвідомлює всієї глибини сімейних проблем.

Гнів і ворожість – також поширена емоційна реакція підлітка на розлучення батьків. Направлена вона звичайно на того з батьків, на якого покладається вина за розлучення.

Іншими поширеними переживаннями є відчуття провини, самосуд. Якщо в батьків виникає конфлікт через дітей, то діти можуть якоюсь мірою перекласти на себе відповідальність за розставання дорослих або вирішити, що батько (мати) йде тому, що хоче жити без дітей. Підлітки

часто відчувають глибоку розгубленість через те, що батьки розлучаються, і старанно приховують це відчуття від своїх друзів.

Після розлучення батьків підлітку належить пристосуватися до відсутності одного з них, причому нерідко саме того, до якого він був якнайбільше прив'язаний. Якщо батько (мати) починає зустрічатися з іншою людиною й емоційно прив'язується до неї, то підліток стає ревним та образливим, оскільки вимушений ділити любов близької людини з кимось, на його думку, стороннім. Якщо розлучений батько вступає в новий шлюб, то звичайно й відбувається те, що підліток стикається з необхідністю пристосовуватися до мачухи або вітчима.

У зв'язку з кількістю розлучень, що неухильно зростає, а також нескінченною полемікою про те, що означає сімейний розрив для дітей, учені запропонували серйозні докази впливу батьківського розлучення на подальше життя дітей. Дослідження ґрунтувалося на широкому спектрі даних, узятих із «Загальнонаціонального обстеження дітей»; у ньому розглядалося, як розлучення батьків позначається на дітях у період їх дорослішання. Серед 18–20-річних молодих людей, котрі пережили розлучення батьків, 65 % мали погані відносини з батьками, 30 % – із матерями, 25 % залишили школу в старших класах, 40 % – зверталися за допомогою до психологів. Після обліку всіх демографічних, психологічних й економічних особливостей з'ясовано, що діти розлучених батьків удвічі частіше стикаються з проблемами, ніж виховані в повних сім'ях. Істотний вплив розлучення на відносини матері та дитини зі всією очевидністю позначається в житті дитини, котра подорослішала, і практично не виявляється в юності. Молоді люди, які пережили розлучення батьків до шести років, мають гірші відносини з рідними батьками, ніж ті, котрі пережили розлучення батьків у пізнішому віці. У цілому повторний шлюб рідко позитивно впливає на дітей, проте ті, хто пережив розлучення в ранньому віці, легше виходять із цієї ситуації.

Характер впливу розлучення на підлітків значною мірою залежить і від характеру його впливу на самих батьків. Їхнє вміння пристосуватися до нової ситуації, особливо якщо над дитиною здійснюється опіка, рішуче впливає на те, як відбуватиметься адаптація підлітка. Чим більше занепокоєння відчувають мати й батько, тим вірогідніше, що душевна рівновага їхнього сина або дочки також буде порушена. Слід зауважити, що в тих випадках, коли розлучення приносить полегшення подружжю, воно, відповідно, позитивно позначається й на їхніх дітях.

Нартова-Бочавер виділяє три типи поведінки дитини, котра переживає посттравматичний стресовий розлад у результаті розлучення: експресивний тип – дитина проявляє сильні відчуття, спостерігаються труднощі в забороні своїх емоційних реакцій (плач, крик, сміх, тремтіння); контролюючий тип – дитина успішно «стримує» себе та її зовнішня поведінка не відрізняється від звичної. Вона справляє враження спокійнішої, ніж раніше. Ця форма поведінки може призводити до соматичних захворювань. Емоційний компонент заблокований, дитина не проявляє відчуттів та емоцій стосовно того, що відбувається. Домінують когнітивний і поведінковий компоненти; шоківий тип – дитина пригнічена, справляє враження відсутньої, яка перебуває в іншому світі [1].

Внутрішнє життя дитини в ситуації розлучення – це «психологія дитини в термінах драми» – драми внутрішньої, незримої для зовнішнього спостерігача, перед очима якого проходять лише окремі симптоми у вигляді капризів, упертості, негативізму й інших проявів.

Звинувачення з приводу розлучення батьків дитина може несвідомо приписувати самій собі. У цьому випадку ті звинувачення, які вона пред'являє батькам, є захистом від відчуття власної вини, несвідомо проєктованої на батька або матір. Відчуття невротичної вини, яке випробовують діти у зв'язку з розлученням, призводить до виникнення страхів. У хлопчиків, згідно з поглядами психоаналітиків, активуються едіпові фантазії вини (відняти в тата маму, бажати зникнення батька). У дівчаток виникають вина, страхи й ненависть до матері. Із погляду дитини, є дві змінюючих одна одну версії: мама вважає тільки батька злим і винуватим, тато – винятково маму. Якщо дитині вдається приєднати себе до однієї з цих версій, то один із батьків буде звільнений від відчуття провини й дитина знову зможе йому довіряти.

Під час розлучення батьків формування в дитини відчуття довіри до світу порушується. Світ уявляється їй повним небезпек, ворожості, непередбачуваності, тому батьки повинні враховувати цей момент, усвідомлюючи при цьому, що для дитини обоє батьків однаково важливі, оскільки роблять на неї власний, неповторний вплив.

Розлучення призводить до низької емоційної згуртованості батьків, відсутності чіткої рольової диференціації й послідовності у вихованні дитини, відсутності збалансованої підтримки обома батьками дитячої ідентифікації, що значно утруднює процес вирішення едіпового конфлікту. У неповних сім'ях спостерігається ідентифікація дитини з

батьком протилежної статі. Унаслідок агресивних відносин батьків виникає конфлікт лояльності. «Бути як мати» для дівчинки може означати ненависть до батька, а для хлопчика «бути як батько» часто є відмовою від матері.

Як правило, кожен партнер, котрий вступає в нові шлюбно-сімейні взаємини, думає, що життя зміниться на краще. Але повторний шлюб не завжди виправдовує очікування. І чим більше хочеться одержати від життя, чим більші надії, тим сильніші можуть бути розчарування.

Літні люди й подружжя з великим стажем шлюбу одержують більшу травму, ніж молоді (більше є що втрачати, більше треба перенавчатися для нового життя).

Серед недавно розлучених чоловіків і жінок вищий рівень алкоголізму, фізичних хвороб і депресій, що іноді є прямим результатом зміни життя після розлучення. Проте для деякого з них розлучення – це бажане полегшення, яке приносить свободу від обмежень, обов'язків і душевного сум'яття.

У нашій країні інтенсивність розлучень майже удвічі перевищує інтенсивність вступу до нового шлюбу, що свідчить про те, що мільйони чоловіків і жінок залишаються наодинці багато років. Нині майже 40 % усіх шлюбів, що укладаються, є повторними, принаймні для одного з партнерів. Сім'ї з дітьми від попереднього шлюбу – явище не нове. Частка повторних шлюбів у наші дні майже така сама, як у Європі й Сполучених Штатах. При цьому слід зауважити, що значна відмінність прослідковується в особливостях створення змішаних сімей протягом ХХ ст. й на сьогодні, коли більшість із них утворюється в результаті послідовності «шлюб – розлучення – повторний шлюб». У минулому ж змішані сім'ї переважно формувалися в результаті послідовності «шлюб – смерть партнера – повторний шлюб».

Відмінність між цими двома типами змішаних сімей полягає в наявності живого колишнього шлюбного партнера. Часто контакти з колишнім партнером продовжуються й можуть уключати розділення опіки над дітьми, фінансову підтримку та офіційні відвідини дітей. У деяких сім'ях колишньому подружжю при таких контактах буває важче зберігати дистанцію, вирішувати конфлікти та уникати відчуття, що один із них у чомусь відмовляє іншому.

Найчастіше спостерігаються два типи повторних шлюбів:

1. Одруження розведеного чоловіка середнього або немолодого віку на молодшій, вільнішій і бездітній жінці. Перші початкові

взаємини між ними формуються на комбінації «батьківського» й «дитячого» партнера, які цілком сумісні. Подальший розвиток відносин залежить від того, чи зберігається цей тип стосунків після деякого періоду часу, протягом якого молода дружина розвивається та дозріває соціально, після чого відмовляється від ролі «дитячого» партнера й починає проводити свою автономну лінію, претендувати на верховенство в сім'ї.

2. Другий тип шлюбу з розведеною жінкою, котра має дітей. У більшості випадків розлученими бувають обидва партнери, причому різниця у віці здебільшого невелика. Обидва були не задоволені в першому шлюбі й у новий вступають із надією, що цього разу подружнє життя буде кращим. Вони вже мають повчальний досвід, стали менш гнучкими, повільніше міняють свої звички. Як нерідним батькам, так і їхні пасинкам і падчеркам, потрібен час, щоб пристосуватися – пізнати характер один одного й перевірити свої знання. Дослідження засвідчують, що вітчими й мачухи повинні спробувати зайняти в житті дітей місце, відмінне від місця рідного батька та матері. Якщо вони спробують конкурувати з рідними батьками дитини, то висока вірогідність, що їх спіткає невдача [16].

За деякими даними, хлопчики, котрі живуть із матерями, які повторно вийшли заміж, менш тривожні, більш орієнтовані на соціальну поведінку, проявляють більше когнітивних умінь, ніж сини самотніх матерів.

У частині сімей наявність нового чоловіка матері виявляється для дітей більш негативним чинником, ніж «материнський шлюб», тобто фактична неповна сім'я. Народження дитини (або дітей) у новому шлюбі робить старшу дитину «зайвою» й веде до його бездоглядності, а в крайньому випадку – до безпритульності та відправлення до муніципальних установ для неповнолітніх.

Первісток ніби не «вписується» в нове життя матері. Особливо це характерно для «цивільних шлюбів», у більшості яких новий чоловік матері не поспішає брати на себе відповідальність за сім'ю в цілому й дитину дружини, але водночас забирає велику частину її часу, вимагаючи уваги та турботи. Значна частка соціальних сиріт, про яких вимушена піклуватися держава, має матір, яка проживає з цивільним чоловіком.

Крім того, партнери, зазвичай, ігнорують власну роль у виникненні конфлікту, цілком перекладаючи вину на іншого, як це було в

колишньому шлюбі. виправлення ситуації, що склалася, вимагає застосування систематичної групової психотерапії.

Нормальні, адаптивні особи, мабуть, частіше роблять правильні висновки з попередньої невдачі, вибирають для другого шлюбу адекватнішого партнера або поводяться розумніше й тактовніше.

Чоловік, котрий мав у першому шлюбі надмірно емоційну дружину, яка постійно вимагала проявів уваги до себе, для другого шлюбу вибирає скромну, тиху жінку. Або ж чоловік, котрий мав у першому шлюбі дуже дбайливу дружину, від надмірної опіки якої він відчував себе дитиною, удруге вибирає жінку, із якою в нього встановлюються симетричні товариські відносини, або навіть несамотійну жінку, котра розраховує на його захист і турботу, що дасть йому змогу підтримувати в собі відчуття зрілості та відчуття відповідальності.

Переваги другого шлюбу, порівняно з першим, полягають у тому, що партнери вже не розраховують на «вічну», романтичну любов і підходять до шлюбу раціональніше. Пам'ятаючи про ті розчарування, якими нерідко закінчується перший шлюб, партнери відчувають вдячність за будь-які позитивні моменти, наявні в другому шлюбі. Вони прагнуть зберегти його та активніше оберігають.

Отже, розлучення з передуючими йому й подальшими обставинами – це цілий комплекс несприятливих чинників, здатних чинити негативний вплив як на емоційний компонент подружнього життя та психічне здоров'я кожного члена сім'ї в цілому, так і на порушення у формуванні дитячої психіки – від розвитку патологічних явищ до прояву кримінальної поведінки неповнолітніх.

5.6. Ревнощі й зрада як феномени подружнього життя

Ревнощі – одна з найбільш сильних, згубних і хворобливих емоцій. Вони викликають стрес, почуття страху, страждання, нервові розлади, провокують іншу людину на брехню, помсту, зраду. Життя, отруєне надмірними ревнощами, стає нестерпним для всієї сім'ї. Воно псує фізичне та психічне здоров'я, відображається на вихованні дітей. Найнебезпечніші наслідки показує кримінальна статистика: в Україні серед побутових злочинів мотив ревнощів стає їх причиною в майже 55%. Криміногенність є одним з актуальних і практично важливих аспектів вивчення проблеми ревнощів.

Отже, значення феномену ревнощів, у тому числі патологічних, зараз особливо зростає, оскільки вони виявляються тісно пов'язаними з проблемою особистості й людського фактора.

Історія виникнення поняття «ревнощі» походить із давнини. Їх розглядали як один із видів емоційного стану людини, наприклад як «вид страху при бажанні зберегти за собою володіння якимось благом» (Декарт). Ревнощі пов'язували з такими емоціями, як образа самоповаги, гнів, прагнення до повного панування, сумнів, самодокір, страждання, тривога. Деякі вчені об'єднували ревнощі з почуттям заздрощів. У тлумачному словнику В. І. Даля (1955) цим словом позначається сліпа й пристрасна недовіра, сумніви в чийсь любові, вірності. У словнику Д. Н. Ушинського ревнощі визначаються ще як бажання безроздільно володіти чимось, боязнь чужого успіху, побоювання, що інший зробить краще. Отже, ревнощі – це підозріле ставлення людини до об'єкта обожнювання, пов'язане із сумнівами в його вірності, чи інформацією про його невірність. Ф. Ларошфуко писав: «Ревнощі підкріплюються сумнівами; вони вмирають, як тільки сумніви перетворюються у впевненість» [27].

Ревнощі здатні проникати практично в усі види відносин людей. Ми говоримо про ревнощі дитячі, професійні, національні, спортивні, творчі. М. Фрідман у книзі «Психологія ревнощів» (1913 р.) виділяв два різновиди почуття ревнощів: ревнощі любовні та ревнощі в досягненні цілі (у процесі діяльності, у галузі життєвого покликання). Причому перші трапляються частіше, оскільки з ними стикаються практично всі подружжя й закохані пари. За визначенням науковця, ревнощі – почуття, що проявляється при змаганні або при безпосередній участі певної особи в діяльності, пов'язаній із сильними переживаннями. Вони виражаються у вигляді хворобливого роздратування, до якого приєднується бажання відтіснити суперника. Ревнощі діють там, де існують ідеальні чисті цінності почуття, де відіграють роль честь, положення в суспільстві, почесі, гордість, а головне – любов. Інші вчені виділяли ревнощі соціальні й еротичні. При цьому, визнаючи в деяких випадках соціальні ревнощі цінними та корисними, любовні ревнощі вважали негативним явищем, пов'язаним із підозрами й недовірою [5; 31].

Еротичні (любовні, сексуальні) ревнощі – комплекс переживань при дійсній чи підозрюваній зраді коханої людини, що характеризується складною психологічною структурою: типовими й дуже різноманітними емоційними реакціями та станами (заздрість, ненависть, тривога, гнів, відчай, жага помсти, пристрась й ін.), сумнівами

та підозрами, складними проявами в інтелектуальній, вольовій сферах, багатоманітністю форм поведінки, часто соціально небезпечної. За спостереженнями багатьох дослідників, ревнощі досягають особливо різкої вираженості не в молодих подружніх парах, а в тих, які вже давно одружені, тобто тоді, коли поряд із любов'ю (романтичною й сексуальною), морально-етичними, естетичними та іншими факторами набувають значення й такі, які можна віднести до базису сім'ї (матеріально-економічні чинники, діти), коли в процесі сімейного життя на зміну закоханості приходить глибоке почуття взаємної прив'язаності, звикання.

У будь-якому випадку любовні ревнощі слід розглядати не як самотійний феномен, а як компонент почуття любові, який передбачає прагнення до єдності сексуального володіння й духовної спільності з коханими. Ревнощі можуть супроводжувати різні стани любові: вони можуть бути пов'язаними з невпевненістю в любові, брехнею в ній, її втратою, побоюванням втрати. Такі ревнощі переживаються особливо гостро.

Усвідомлення своєї самотності й внутрішньої спустошеності супроводжується розчаруванням, сумом, образою, соромом, гнівом. У подібному стані людина не здатна поводити себе раціонально. Ревнощі переслідують її повсюди.

Ревнощі можуть проявлятися на різних фазах любові: під час її розвитку, пишного розквіту й неминучого старіння. Перша починається з того, що людина створює собі уявний ідеал коханого, шукає його, та закінчується суто платонічною любов'ю до особи, схожої на її прекрасний ідеал. У цей час людина пов'язує свій ідеал із реальним образом. У багатьох почуття ревнощів формується вже на цьому етапі, у юнацькому віці. Потім розвивається друга фаза – фаза пристрасті й палких почуттів, прояву статевого потягу та володіння. Кожен із двох закоханих претендує на іншого. Тут якраз і створюються сприятливі умови й можливості для виникнення та розквіту різноманітних проявів ревнощів. Через місяці або інколи роки бурхлива, палка пристрасть неминуче втрачає свою попередню силу навіть у щасливих союзах. Любов виявляється в третій фазі свого розвитку. Почуття стають більш спокійними, суттєвими й переростають у родинні. Ревнощі на цьому етапі рідко виникають уперше, а якщо вони були, то їх сила зменшується. Значно рідше вони залишаються такими ж яскраво вираженими, як і в молодості. Більше того, у випадках, коли один з

партнерів ревнивий, любов довше залишається ніби по-молодому гарячою, такою, що постійно боїться суперництва.

Ревнощі не рахуються з логікою, здоровим глуздом, а інколи навіть із вимогами закону. Відомі випадки ревнощів до того, кого вже немає в живих чи хто буде, можливо, зустрінутий у майбутньому; ревнощі у зв'язку з наклепом, які не рахуються ні з безмежною до цього вірою партнеру, ні з його бездоганною поведінкою. Поставши як явище на межі виникнення моногамної сім'ї, переживши вплив соціально-психологічних, релігійних, етнічних (культурних) факторів, ревнощі продовжують «традиційно» й ретроспективно відображати ці впливи, підтвердженням чого служать постійність, незмінність проявів ревнощів протягом багатьох віків. Існують також так звані «ретроспективні» ревнощі, чи «ревнощі до минулого» коханої людини, зазвичай властиві чоловікам.

Походження ревнощів найчастіше пов'язують із закоренілим у ході історичного розвитку суспільства панівним положенням чоловіка в сім'ї, матеріальною й іншою залежністю дружини від чоловіка, суворим переслідуванням подружньої невірності жінки. Багатівікове безправне положення жінки породило погляд на неї як на річ, власність, що не керує власною волею. Релігійні погляди на жінку сприяли посиленню її залежності від чоловіка, її соціальній і моральній безправності. Представляють інтерес приклади І. Кноблехової, Ф. Кноблехова (1966) про положення жінки в патріархальній селянській сім'ї, де головним був батько. Глава сім'ї мав владу над дружиною й дітьми як організатор робіт, господар власності, диктатор і блюститель норм поведінки та функцій членів сім'ї і як особа, караюча за проступки. Одним із найтяжчих проступків вважалася подружня невірність дружини, покарання що було найсуворішим. Моральні норми чоловіка й жінки в суспільстві значно розійшлись. Чоловіки набули неформального права на легковажні вчинки та захоплення. Поведінка жінки завжди оцінювалася значно суворіше [81].

Закріпившись у соціально-психологічних, релігійних й етнічних сферах суспільного життя, погляд на ревнощі постійно видозмінювався, але характер проявів ревнощів залишився таким самим. Незважаючи на те, що в житті сучасної сім'ї послабилися привілеї чоловіка, ревнощі проявляються так само, як і в минулі віки. Сімдесят років назад у Радянському Союзі вважали, що підстави для ревнощів у державі повинні зникнути, що ревнощі – це «низьке почуття», «відразливий пережиток минулого», «буржуазне явище». І все ж ревнощі не зникли.

Вони так само більше поширені серед чоловіків, як і колись, спостерігаються вкрай тяжкі їх наслідки. Суспільна думка співчуває ревнивцям, і навіть закон вважає ревності «пом'якшуючою обставиною» у випадку важких злочинів проти особистості.

А. Н. Волкова (1989) реакції ревності класифікує за певними критеріями: за критерієм норми – *нормальні й патологічні*; змісту – *афективні, когнітивні, поведінкові*; за типом переживання – *активні та пасивні*; за інтенсивністю – *помірні й глибокі, тяжкі*.

Нормальні, непатологічні реакції відрізняються адекватністю ситуації, зрозумілі багатьом людям, підвільні їм, нерідко контрольовані людиною.

Патологічні ревності мають протилежні характеристики.

Когнітивні реакції виражаються в прагненні аналізувати факт зради, шукати її причину, винного (я – партнер – суперник), вибудувати прогноз ситуації, прослідкувати передісторію, тобто створювати картину події. Когнітивні реакції більше виражені в осіб астеничного складу, інтелектуалів.

Афективні реакції проявляються в емоційному переживанні зради. Найбільш характерні емоції – відчай, гнів, ненависть і презирство до себе й партнера, любов та надія. Залежно від типу особистості афективні реакції протікають на фоні меланхолічної депресії чи гнівної агресії. Переважання афективних реакцій спостерігається в людей художнього, істероїдного, емоційно-лабільного складу.

Поведінкові реакції виступають, як зауважує А. Волкова, у вигляді боротьби чи відмови. Боротьба виражається в спробах відтворити відносини (пояснення), утримати партнера (прохання, переконування, погрози, тиск, шантаж), усунути суперника, ускладнити зустрічі з ним, привернути увагу до себе (викликання жалю, співчуття, іноді – кокетство). При відмові відтворити відносини зв'язок із партнером переривається чи набуває дистантного, офіційного характеру.

При активних реакціях, характерних для стеничних й екстравертованих особистостей, людина шукає потрібну інформацію, відкрито виражає свої почуття, прагне повернути партнера, змагається із суперником. При пасивних реакціях астеничні та інтровертовані особистості не здійснюють наполегливих спроб повпливати на відносини, ревності протікають усередині людини [17].

Гострі й глибокі реакції ревності – результат повної раптової зради на фоні благополучного шлюбу. Зрада більше ранить довірливу та вірну людину. Ревності стають затяжними, якщо ситуація не

вирішується, партнер веде себе суперечливо, не приймаючи жодного рішення. Заслуговують на увагу погляди К. Леонгарда (1963) стосовно нормальних й патологічних ревнощів. Науковець виділяє дві форми нормальних ревнощів: а) ревнощі, безпечні у своїй основі, що виходять з об'єктивно доведеного сексуального регресу; б) ревнощі, що становлять велику соціальну небезпеку, – у формі підозр. У вищих стражданнях ревнощів людина перебуває у великій напрузі, оскільки не може відгородити себе від зради, і тільки тоді, коли стає очевидним, що надія на любов повністю втрачена, у неї залишається лише біль чи ненависть без напруги. Глибока любов, як вважає К. Леонгард, робить людину сліпою: кожна хороша риса, відкрита в коханій людині, приєднується до почуття любові, кожна погана – відкидається. Однак існує така сліпота й при негативному чуттєвому стані, наприклад при ревнощах, коли втрачається раціональне в результаті сильного афекту ненависті.

Від особливостей характеру подружжя залежить не тільки різноманітність проявів почуття ревнощів, але й сам процес їх розвитку. Узявши початок від незрозумілих сумнівів (спровокованих початковою установкою чи жартами оточуючих), ревнощі поступово роблять людину все більш підозрілою. Далі появляється чітке уявлення про можливу зраду. Потім ідуть пошуки доказів невірності. Після цього настає переконання в зраді, яке у всіх проявляється по-різному: одному для кінцевого висновку достатньо дуже не визначених малодостовірних підстав, а інший, володіючи очевидними фактами, може посилено підшукувати для них якісь виправдання чи інші пояснення й ухилятися від висновку. Залежно від глибини та тривалості переживання, людина або звільняється від ревнощів, розриваючи відносини, або ревнощі тимчасово стихають, щоб потім виникнути зі ще більшою силою й, у результаті, стати хронічними, патологічними.

Стосовно таких хворобливих ревнощів, то вони можуть бути як симптомом психічного захворювання, так і продовженням початково нормальної емоційної реакції, яка в подальшому проходить указаний вище шлях розвитку та стає цілком домінуючим переживанням, відділеним від почуття любові. Найчастіше подібна охопленість ревнощами відбувається з людьми, котрі мають у характері різноманітні відхилення. Ревнощі охоплюють, крім емоційної, інтелектуальну сферу особистості: порушуються логіка мислення, тимчасові зв'язки теперішнього, минулого й майбутнього, страждає воля, порушується правильне сприйняття того, що відбувається.

Поведінка ревнуючого часто викликає в «обвинуваченого» не ту реакцію, на яку він розраховував, вона викликає почуття страху, страждання, неприязні, нервові розлади, провокує іншого на брехню, помсту, зраду, розлучення. Життя з такою людиною може виявитися нестерпним для іншого партнера, відбитися на вихованні й здоров'ї дітей, стати мотивом для злочину проти особистості того, кого ревнують, чи суперника, і навіть випадкової людини [17; 77].

І патологічні ревності, і ревності здорової людини загострюються під впливом алкоголю. Учені давно помітили, що любителі спиртного ревнують частіше й сильніше за інших. Звичайно, сам по собі алкоголь ревностей не створює. Але, як відзначають дослідники, він підштовхує людину до відповідних підозр і розпущеності в поведінці, одночасно викликаючи у взаєминах подружжя ускладнення, які часто дають підстави для сумнівів. Алкоголь тимчасово посилює статевий потяг, але поступово знижує потенцію, що одразу відображається на сексуальних відносинах подружжя, а, відповідно, і на гармонії подружніх відносин у цілому. І тоді як наслідок для ревнивця – або лікування, або розлучення, або повна деградація особистості, а можливо й скоєння злочину [5; 66].

Отже, як саме почуття ревностей, так і поведінка ревнивця можуть спровокувати конфліктні відносини між подружжям. Недовіра, підозри, грубість, принизливі перевірки несумісні з любов'ю, ображають особисту гідність і взаємну повагу люблячих, заздалегідь передбачають брехню та зраду партнера. Часто брехня й зрада як засоби самозахисту людини є продуктами ревностей. Спроби викриття неправди породжують нову брехню. Безкінечні нотації, докори та скандали роблять людині нестерпним перебування вдома, заважають проаналізувати сімейні проблеми й сприяють намаганням шукати втіхи десь на стороні.

Отже, як подружня невірність сприяє виникненню різноманітних проявів ревностей, так і ревності здатні підштовхнути людину на шлях брехні та зради.

Зрада – одна з найнебезпечніших ситуацій, що можуть зіпсувати подружнє життя. Саме з фактом зради пов'язані, як відомо, найбільш тяжкі переживання ревнивців і здійснювані ними агресивні дії. Однак ревності можуть (і це досить природно) виникати не тільки у зв'язку з реальною зрадою, але й із підозрами в зраді, тобто можуть бути значною мірою обумовлені уявою.

Зрада виникла одночасно з появою шлюбів. У ті часи закон був, як уже зазначено, поблажливим до чоловіків і жорстоким стосовно жінок.

Збереглися документальні підтвердження того, що зрада чоловікові суворо каралась у всіх народів.

Зрада торкається сфери подружніх почуттів, виступаючи ніби антиподом любові. Для сучасної сім'ї любов – найвагомий мотив для вступу в шлюб, нерідко єдина основа для створення й існування родини. Зрада ж відображає різноманітні протиріччя, конфлікти та дисгармонію між подружжям. На подружню невірність можна натрапити рідше в сім'ях із благополучними й стійкими відносинами, частіше – у конфліктних проблемних сім'ях, а також у родинах із критичними, практично зіпсованими відносинами між партнерами.

Крім того, подружня вірність багато в чому залежить від дошлюбної поведінки: чоловіки й жінки, корі мали дошлюбні статеві зв'язки, легше порушують обітницю подружньої вірності. Це пов'язано з тим, що ранній статевий досвід, найімовірніше, не оснований на справжній любові, знижує оцінку сексуальних відносин і почуття обов'язку стосовно іншого партнера. Почуття подружнього обов'язку – це усвідомлення людиною своїх зобов'язань перед шлюбним партнером, утотожнення своїх особистих інтересів з інтересами сім'ї.

У результаті подружньої невірності руйнуються шлюби, партнери вступають у повторні шлюби, знаходять любов і щастя в новій сім'ї. Цінність любові завжди велика, а любові, що пройшла через страждання, боротьбу та пробачення, – тим більша. І тут парадоксально переплітаються любов, подружня вірність, ревності, страждання, щастя.

Зрада – суворе випробуванням для будь-якої людини, для будь-якого подружнього союзу. Той, хто до неї ставиться легко, із байдужістю – швидше за все не кохає чи, можливо, узагалі не здатний кохати. Коли зрада відбувається на фоні конфліктних відносин, то вона сприймається як природний наслідок. Переживання зради залежить від того, наскільки часто стикалася людина з подібними ситуаціями. Глибокі переживання можуть бути результатом повної раптовості зради, неочікуваності на фоні сімейного благополуччя. Найважче порушення подружньої вірності переносять ті, хто розцінює його як підлість. Зрада найчастіше ранить довірливого й відданого партнера, у якого вона не вписується в шаблон моральності відносин. Переживання можуть бути настільки глибокі, що відчуття втрати коханої людини сприймається як порушення всього життя, навіть тих його сфер, які від партнера не залежать. Зазвичай це властиво особистостям, чутливим до будь-якого роду зрад, або ж тим, хто перебуває в міцній залежності від партнера, котрий зрадив.

У будь-якому випадку попустительство, безнадія чи непримирність – це крайнощі в сприйнятті подружньої невірності.

Якщо ревності не є патологічними й людина може свідомо керувати своїми почуттями, то вона здатна й мимоволі посилити їх та обмежити переживання й заглушити їх зовсім. Якщо ревності все сильніше підточують свідомість, потрібно навчитися відволікатися на якісь інші значимі для особистості переживання. Гонитва за «обвинувачувальними» фактами, стеження за партнером вносить у взаємини напругу, дріб'язковість, недовіру.

Якщо ж ревності – наслідок подружньої невірності, то потрібно спробувати по-новому поглянути на всю ситуацію, подивитися на все з позиції партнера, проаналізувати всі розбіжності та ускладнення взаємин, знайти власні помилки, спробувати побудувати нові відносини з партнером. Ситуацію зради допомагає подолати деяке обезцінювання партнера й самої ситуації, зіставлення їх із низкою інших життєвих цінностей, чи формування певної позиції прощення. У тому випадку, коли подружня невірність понесла за собою розрив відносин і розпад сім'ї, найбільш ефективними ліками може послужити пошук нового партнера, зміна способу життя, формування інших міжособистісних зв'язків.

Найбільш типово ревності проявляються через механізми психологічного захисту – проекцію й реактивне утворення. У проекції власні думки, фантазії й переживання приписуються іншій людині. Так, наприклад, чоловік, котрий має любовні зв'язки на стороні, постійно ревнує свою дружину, якщо вона затримується в подруги чи збирається їхати у відрядження. Прикладом реактивного утворення як форми прояву ревностей є протилежне вираження почуттів, думок, переживань. Замість незадоволення, ревнивець демонструє покірність, смиренність, жертвовність. Закономірно виникає питання: «Якщо ревності проявляються посередництвом захисних механізмів, від чого ж захищається свідомість людини?» Імовірно, від сексуальних захоплень, бажань, про які, як писав Фройд, суб'єкт не знає або не хоче знати. На його думку, ці бажання, зі свого боку, є наслідком (своєрідними повторами, відбитками) дитячих інцестуозних захоплень – так званими відгуками переводу первинних процесів у вторинні, тобто варіантами незадоволених дитячих фантазій [38].

Цікаве пояснення феномену ревностей можна знайти в автора теорії об'єктивних відносин М. Кляйн. На думку послідовниці Фройда, витоки формування й прояву ревностей слід шукати на найраніших

етапах онтогенезу дитини. І тут особливу увагу слід звернути на своєрідність характеру взаємин, що складаються в немовляти з матір'ю. Первинний об'єкт, на який направлена сексуальна енергія (лібідо) новонародженого, – материнські груди. Саме вони є або джерелом отримання задоволення немовляти або об'єктом фрустрації для нього. «Така психічна чи фізична близькість до задовольняючих грудей ... компенсує втрачену пренатальну єдність із матір'ю й почуття безпеки, яке вона дає». Це багато в чому визначається здатністю новонародженого до сильної прив'язаності до материнських грудей, які згодом інтроєціюються ним як улюблений об'єкт. Останнє визначає, згідно з М. Кляйном, формування базової довіри чи недовіри до світу, зі свого боку, є основою формування ставлення дитини до себе й оточуючих. «Хороші груди» задовольняють фізіологічні, емоційні й тілесні потреби дитини, що сприяє в подальшому її психологічному інтроєціюванню як основної частини Его та допомагає новонародженому безперешкодно й безболісно приймати їх у середину себе. Але якщо в матері «погані груди», то, відповідно до теоретичних положень автора, вони не здатні задовольняти емоційні потреби дитини й тоді виступають у якості сильного фрустраційного фактора її психічного розвитку. Оскільки мати є для немовляти основним джерелом отримання задоволення, то саме її присутність чи відсутність викликає сильний вплив на емоційний стан новонародженого. Саме це є першою й основною детермінантою прояву ревностів у більш зрілому віці. У результаті сильної психологічної й фізіологічної прив'язаності до матері в дитини починають формуватися стосовно неї амбівалентні почуття. З одного боку, це вдячність і любов за те задоволення й насолоду, які вона дає, з іншого – ненависть і бажання зруйнувати об'єкт прив'язаності. Тут можна прослідкувати взаємодію основ людських потягів, описаних Фрейдом, – Ероса (у цьому випадку представленого в бажанні дитини зберегти об'єкт любові) і Танатоса (формування деструктивних імпульсів стосовно матері). Саме тому більше ревнуємо того, кого найсильніше любимо.

Чим частіше задоволення від грудей переживається та приймається, тим частіше немовля відчуває задоволення й вдячність, у протилежному випадку в дитини розвиваються заздрісні імпульси стосовно об'єкта своєї любові [2; 28; 45].

Отже, першим об'єктом заздрості в новонародженого стають годуючі материнські груди, оскільки саме заздрість, на думку М. Кляйн,

є причиною ревнощів. Закономірно виникає питання: як проходить трансформація заздрості в ревнощі, за рахунок яких психологічних механізмів? У міру розвитку дитини заздрісні імпульси, що виникають у неї стосовно матері, трансформуються в акти ревнощів. У віці п'яти років (фалічна стадія розвитку, за Фройдом) ми спостерігаємо найбільш яскраво виражені спалахи ревнощів стосовно батьків протилежної статі. Однак фігура батька відіграє не менш значну роль. Згідно з Фройдом, саме в цьому віці відбувається формування материнського комплексу (комплекс Едіпа) у хлопчиків і батьківського (комплекс Електри) – у дівчаток.

У хлопчиків заздрість у ставленні до матері як до джерела отримання задоволення трансформується в ревнощі, оскільки на це задоволення претендує ще й батько, що викликає в сина агресію й бажання знищити об'єкт, який бажає в такій самій мірі володіти матір'ю. У дівчаток заздрість стосовно матері трансформується в ревнощі до батька.

Таку метаморфозу М. Кляйн пояснює через глибинні механізми, що складають основу феномену жіночих ревнощів. Оскільки дівчинка володіє атрибутами тієї ж статі, що й мати, то пряме бажання володіти матір'ю символічно проявляється з любові до батька. Оскільки батько володіє матір'ю, то, відповідно, через символічне володіння батьком можна володіти матір'ю. У цей період у дівчаток – майбутніх жінок – закладаються психологічні основи суперечливого ставлення до собі подібних (тобто жінок). Саме тут стає зрозумілою відмінність у специфіці чоловічих і жіночих ревнощів. На символічному рівні кожна жінка намагається одержати перемогу над своєю матір'ю, що часто проектується на інших жінок (подруг, колег по роботі, сестер, свекруху й ін.), причому з проявом заздрості жінки справляються двома способами – ідентифікуючись з об'єктом заздрості (те, що в народі іменується як «біла заздрість») та обезцінюючи об'єкт (так звана «чорна заздрість»). У першому випадку можна спостерігати захоплення, бажання бути схожою на об'єкт своїх заздрощів, у другому – висміювання, ненависть, бажання принизити, знищити об'єкт, що викликає заздрість [45].

Однією з форм прояву ревнощів і в чоловіків, і в жінок є прояв сексуальної активності з елементами садомазохізму. У цьому випадку йдеться про таку категорію чоловіків і жінок, які несвідомо провокують партнера до прояву інтересу до іншого. Після вдалої спроби настає

бурхлива сцена ревнощів із наступною актуалізацією сексуальної активності, де партнери на деякий час миряться.

Для людей із таким типом прояву ревнощів досягнення сексуального задоволення практично неможливе без відповідних сцен ревнощів.

Причини такого типу поведінки потрібно шукати в дитинстві, коли мати чи батько спочатку карали дитину, а після цього (унаслідок актуалізації почуття провини) демонстрували свою любов і приязнь. У результаті цього одержанню любові завжди передували покарання й страждання, що глибоко закріпилося на підсвідомому рівні як спосіб прояву своїх почуттів.

На цікаве трактування феноменології ревнощів можна натрапити в роботах неофрейдистів – А. Адлера і К. Хорні, які значну роль у формуванні й розвитку ревнощів відводили особливостям соціального середовища, у якому проходило виховання дитини. Опираючись на основні положення теорії індивідуальної психології А. Адлера, можна виділити основними причинами виникнення ревнощів комплекс неповноцінності й прагнення до переваги. Чим більше невпевнено почуває себе людина, тим більше вона ревнива. Причому ревнощі можуть проявлятися не тільки стосовно партнера протилежної статі, але й до дітей, друзів, співробітників чи підлеглих, домашніх тварин тощо. У цьому випадку ревнивець перетворюється в справжнього тирана, який постійно вимагає уваги до своєї персони, бажає повністю контролювати захоплення, інтереси й навіть думки оточуючих його близьких людей. «Признайся чесно, про що ти зараз думаєш?» – типове питання ревнивця у відповідь на його підозри щодо вірності партнера. Загостренню ревнощів значною мірою сприяє рівень соціального статусу індивіда [1; 48].

Як відзначає Адлер, найбільшими ревнивцями є чоловіки, зокрема ті, хто має більш високий соціальний статус і положення в соціумі. Це пояснюється тим, що при втраті об'єкта любові, наприклад, коли партнер іде до іншого, під сумнів ставляться всі атрибути соціальної успішності особистості. Найчастіше в таких чоловіків жінка виступає в якості одного з основних атрибутів його успішності й переваги над іншими. Тому в чоловіків винною в появі та розвитку ревнощів практично завжди виступає жінка [1].

Причинами ревнощів, згідно з теорією К. Хорні, є так званий нарцисизм суб'єкта, страх перед протилежною статтю. У першому випадку можна спостерігати невпевнених у собі людей, які бажають,

що б там не було, контролювати об'єкти своєї прив'язаності, вимагаючи постійної уваги та демонстрації любові. У другому – марнославних гордих людей, яким обов'язково в якості доказу любові потрібно приносити які-небудь жертви, захоплюватися ними, дарувати подарунки. Такий тип особистості, наприклад, часто можна зустріти серед керівників, які ревно ставляться до того, що їхні підлеглі працюють на когось іншого. У третьому випадку можна спостерігати чоловіків, які бояться того, що вони не зможуть задовольнити жінку, і жінок, які сумніваються у своїй сексуальній привабливості. Результатом такого виду страху є підсвідоме провокування ситуації, де партнер ревнував би, підтверджуючи тим самим свою любов («Б'є – значить любить») [16].

Отже, можна відзначити, що ревності є феноменом складної психологічної природи. Структура ревностей включає велику кількість форм прояву, взаємозв'язаних із різними причинами (різноманітні форми порушень дитячо-батьківських відносин, викривлення в структурі ідентичності (образі «Я»), екзистенційні проблеми).

Наукові дослідження особливостей виникнення й прояву ревностей виділяють декілька їх типів: тиранічні, «від ущемленості», обернені та прищеплені.

В основу тиранічного типу ревностей ставиться наслідок історичних приватновласницьких відносин людей. Такі ревності виникають із принципу: «Мій чоловік (моя дружина) належить тільки мені й нікому більше». «Річ завжди повинна належати своєму господарю! – ось основний постулат ревнивого чоловіка, який дуже часто залишає самому собі право дотримуватися подвійної сексуальної моралі», що, як відомо, забороняє зраду жінки, але не забороняє «амурні подвиги та перемоги» чоловіків.

Тиранічні ревності зазвичай притаманні людям педантичним, упертим, люблячим «порядок у всьому», самовдоволеним, владолюбним, емоційно-холодним, нездатним до компромісів, нездатним прощати. Для них подружній чи взагалі сексуальний партнер – лише об'єкт насолоди. Вони не вміють поважати його особистість, намагаються подавити, підкорити собі цілком. Звичайно, душевні якості цих людей не викликають симпатії, а в сім'ї в них нерідко складаються напружені взаємини. І оскільки вони вважають себе безгрішними, то в сімейних конфліктах такі люди не бачать своєї вини. Помічаючи прохолоду до себе й намагаючись знайти цьому пояснення, вони зазвичай легко доходять висновку, що всьому виною є інший

партнер, у якого виникло стороннє захоплення. Залишається тільки отримати підтвердження цим припущенням. А якщо фактів не достатньо, то на допомогу приходять уява».

Навіть початкових елементів прояву такої поведінки може виявитися достатньо, щоб людина, яка володіє багатьма цінними якостями й у цілому приваблива, у сімейних відносинах виявилася деспотом. Така особа старається «перекроїти» особистість подружнього партнера за своїми мірками, прищепити йому свій стиль мислення та дій. А якщо це їй не вдається, виникає конфлікт, який може призвести або до розриву взаємин, або до подавлення й ломки особистості чи до розвитку тиранічних ревнощів, аж до патологічного стану.

Наступний тип ревнощів – ревнощі «від ущемленості» – властивий зазвичай людям тривожним, невпевненим у собі, схильним до перебільшення небезпек і неприємностей, страждаючим комплексом неповноцінності. Такі люди вважають, що вони не цікаві оточуючим і не мають права розраховувати на хороше ставлення до себе. Їхня низька самооцінка може бути наслідком, по-перше, глибокого комплексу неповноцінності, набутого ще до шлюбу, по-друге, неправильних дій іншого партнера, пов'язаних з ущемленням гідності, образами й постійною критикою; по-третє, переживання своєї сексуальної неспроможності. Як правило, ці люди схильні до настороженого аналізу своїх взаємин з іншими, хворобливо реагують на найменші прояви неувagi чи зменшення любові й турботи. Ці сумніви, невпевненість у собі змушують бачити суперника ледве не в кожному зустрічному. Саме небажання допустити порівняння з можливим суперником із побоювання програти при цьому в очах коханої людини є основною причиною ревнощів. Якщо при тиранічному типі ревнощів більше страждає той, кого ревнують, то в цьому випадку ревнощі – це сумніви, що мучать більше самого ревнуючого.

Обернена (відбита) форма ревнощів має свій психологічний механізм утворення. Її джерело – проекція власної подружньої невірності, ненадійності на іншого партнера. Тобто вона являє собою результат власних тенденцій у невірності. Логіка тут проста: якщо я можу стати об'єктом любові іншого, то й шлюбний партнер на це здатний. Думаючи про зраду, людина починає приписувати такі самі думки іншим людям, у тому числі й подружньому партнеру. Вона ніби «обертає» свої уявлення на іншого, сприймаючи його вчинки під власним кутом зору. Невірні чоловіки та дружини часто виявляються

надмірно ревнивими. Тип особистості такого ревнивця такий самий непривабливий, як і при тиранічних ревнощах. Самі ж ревнощі тут найбільш далекі від любові, оскільки наперед передбачають можливість зради. Зазвичай обернена форма ревнощів виникає на місці згаслого кохання, тому що збережена любов рідко поєднується з мріями про інших сексуальних партнерів. Цей вид ревнощів найбільш побутовий, прозаїчний.

У набутті почуття ревнощів як сильних і глибоких переживань вагому роль відіграє установка на ревнощі, тобто внутрішня готовність зустрітися зі зрадою, із брехнею коханої людини, очікування відповідної поведінки. Установка на ревнощі зазвичай формується ще в юнацькі роки. Вона виникає, якщо людина виховується в дусі недовіри до інших людей, коли їй доводиться бути свідком невірності батьків, друзів, співробітників. Тому немає нічого дивного в тому, що вона починає очікувати подібного й від партнера. Це – «передбачливі» ревнощі, ревнощі про всяк випадок. Ну, а якщо людині самій довелося хоча б один раз пережити зраду, насторожене ставлення буде в неї й до свого супутника. У цих випадках ревнощі ніби «прививаються» людині життєвим досвідом.

У будь-якому суспільстві в зрадах і розлученнях звинувачували виключно жінку: у якості вагомої причини для розлучення в подібних дослідженнях беруть сексуальні стосунки заміжньої жінки з постороннім чоловіком, сімейне положення якого не так уже й важливе в цьому випадку. «Обманутий» чоловік завжди має право вважати себе невинно постраждалим. Крім того, неодноразово зафіксовано випадки, коли чоловіки заставляли своїх дружин у більш ніж пікантних ситуаціях і вбивали зрадниць. Подібні дії можна пояснити проблемою батьківства: чоловіки ретельно слідкують за сексуальною вірністю своїх жінок, щоб бути повністю впевненими в тому, що вони виховують власних дітей, а не потомство іншого чоловіка.

Пояснюючи чоловічі ревнощі як результат традиції переважаючого права чоловіків перед жінками, не можна забувати, що й жіночі ревнощі мають перед собою соціально-біологічну основу. Учені пояснюють це так: «існує об'єктивна, визначена біологічною природою людини відмінність ролей чоловіка та жінки в народженні й вихованні дитини. У ту пору, коли жінка виношує, а потім вигодовує дитину, вона об'єктивно потребує захисту та підтримки того, хто є батьком; самою природою жінці надано право розраховувати на його відданість. І її стурбованість зворотними почуттями чоловіка має природний

соціально-біологічний смисл, вона цілеспрямована. Тому в пору залицянь, укладання шлюбу, перших років спільного життя жінка й виявляється більш ревнивою. Вона не вільна від цих почуттів у тій самій мірі, як не вільна від природного бажання мати дітей... У цьому не вина її, а слабкість. І еталон справжньої мужності зобов'язує завжди рахуватися з цією слабкістю» [16].

Різні дані, на перший погляд, є вагомим підтвердженням біологічної теорії ревнощів. Але якщо заглиблюватися в еволюційно-теоретичну аргументацію, то до кінця стає очевидним деяке протиріччя. Основна ідея сучасної теорії еволюції полягає в тому, щоб виявити особливості й властивості, що підвищують імовірність передачі генів індивіда. Убивство партнера по шлюбу (самого партнера, а не суперника) знижує цю ймовірність до мінімуму. Виходячи з цього, те, що є, здавалося б, перевагою еволюції (небажання виховувати чужих дітей), можна, з іншого боку, розцінювати як явище різко негативне, оскільки передбачає вбивство партнерші, що, зі свого боку, призводить до втрати дітьми матері, а в результаті – зменшуються шанси на виживання.

Саме тут і проявляється принципова проблема соціобіологічної аргументації: вона повністю здатна пояснити той чи інший стиль поведінки, який ми можемо спостерігати в нашому суспільстві й сьогодні, тільки з найпримітивнішої позиції, яка передбачає лише необхідність у передачі генів. Але ця установка дещо проблематична сама по собі. З іншого боку, для отримання повної гарантії батьківства можна було б передбачити й інші моделі характерної чоловічої поведінки. При цьому виникає питання, чому ж у випадку природного відбору не залишились у живих лише найсильніші та найкращі чоловіки, поряд із якими жодної жінки й думки про сексуальну невірність не виникне?

Однак деякі дослідження з психології так само опираються на тези соціобіологів про те, що чоловіки й жінки по-різному реагують на різноманітні підстави для ревнощів: причиною чоловічих ревнощів вважають сексуальну невірність, а жіночих – утрату годувальника сім'ї. Ось тільки про ревливих чоловіків згадується набагато частіше у зв'язку з тим, що вони реагують сильніше та аргументи в них вагоміші. Жінки частіше просто страждають й опускають руки, усвідомивши сам факт зради.

Але й жіночі ревнощі мають власницький характер, коли вони використовуються для ствердження в ролі сімейного диктатора, для

виправдання розпущеності та капризів, тобто з метою набуття від них певної вигоди. Перша ознака надмірних ревнощів жінок – ревнощі до батьків чоловіка, друга – коли вона ревнує дитину до батька, а батька – до дитини. Це свідчить про те, що чоловікові не вдалося забезпечити душевний спокій жінки, вона не відчуває себе достатньо впевненою у своїх силах, не відчуває себе в безпеці, а тому занадто болісно реагує на найменші ознаки втрати міцності своїх позицій у сім'ї. Інколи жінки вишукують такі моменти й навіть їх провокують.

Але потрібно пам'ятати й про те, що існують ревнощі матері чоловіка до невістки. Їй не подобається обраниця сина та вона намагається «повернути свою дитину». Частіше всього такі материнські ревнощі не усвідомлюються. Найчастіше вони притаманні жінкам владним, які в самотності виховали єдиного сина.

К. Леонгард відзначає низку відмінностей інстинктивно-біологічної й психологічної основ сексуальності та ревнощів у чоловіків і жінок. Так, чоловік бажає домінувати в сексуальності, вирішувати долю жінки, керувати нею в сексуальних відносинах.

Чоловіку й без готовності жінки вдається «привернути почуття насолоди сексуальним володарюванням і створити бажання, хоч би й насильницьким шляхом». Для жінки характерний інстинкт підкорення. Готовність до підкорення може мати малу або середню вираженість, але може досягати такої сили, що в жінки виникають прояви мазохізму: «Як в інстинкті домінування лежить корінь садизму, так і в інстинкті підкорення – корінь мазохізму. Ці зауваження викликають суттєвий інтерес у плані теоретичних положень, що особливо розвиваються в теперішній час. Це стосується і відмінностей у переживаннях емоції сорому жінками й чоловіками у зв'язку зі зрадою партнера. Чоловіки при зраді дружини намагаються приховати це, щоб не переживати сорому перед оточуючими, а жінки часто навіть без причини жаліються на невірність чоловіка. Викликає інтерес і те, що жінка, яка з ненавистю переслідує свою суперницю, згодна повернутися до чоловіка й навіть у випадку успіху розцінюватиме своє повернення як перемогу.

Чоловіки не схильні прощати дружину, а стосовно суперників вони значно чутливіші, ніж жінки, ревнувати до того, з ким дружина була раніше, тоді як жінки, навпаки, часто бувають навіть задоволені, що чоловік і раніше виявляв «чоловічу силу», має великий досвід статевих відносин, зустрічався з багатьма жінками [50].

Агресивність при ревнощах частіше спостерігається в чоловіків, ніж у жінок, що пов'язано зі статевими відмінностями, які

відображаються в переживаннях звичайних ревнощів і специфічно переломлених у паталогічні. Відповідно до цього одним з актуальних та практично важливих аспектів вивчення паталогічних ревнощів є їх криміногенність, велика частота різноманітних форм небезпечної й агресивної поведінки (уключаючи вбивства), обумовлених самим умістом паталогічних ідей ревнощів.

Різнманітні експерименти, що систематично досліджують різницю між чоловічими та жіночими ревнощами, намагаються нівелювати протиріччя між установками соціобіологів і соціальних психологів. Так, учені запропонували групі досліджуваних, що складалась із чоловіків і жінок, пороздумувати про власні любовні взаємини та подумки намалювати картину зради партнера, після чого досліджувані повинні були відповісти на такі питання:

Що вам завдало б більше болі:

А) партнер міцно прив'язався до суперника на емоційному рівні.

Б) партнер підтримує із суперником пристрасні сексуальні відносини.

При цьому до тіла досліджуваних були прикріплені контрольні датчики, що знімали параметри реакцій і визначали зміни їхніх шкіряних покривів, які сильно змінюються, коли людина, наприклад, потіє. Уявивши ситуацію, яка викликає емоційне хвилювання, ми відчуваємо ще й зміни на фізичному рівні.

Чоловіки, котрі уявляли сексуальні відносини своїх дружин з іншим чоловіком, потіли, морщили брови, їхній пульс прискорювався. Коли ж вони уявляли, що їхні дружини платонічно закохані в когось, то реагували набагато спокійніше. Аналізуючи свій стан, чоловіки відзначали, що статеві взаємини їхніх супутниць життя виявилися б для них зрадою набагато значущішою, ніж емоційні загравання із суперником. А ось жінки реагували інакше: хвилювання їхнє було значно сильнішим, коли уявляли емоційну зраду партнера, ніж тоді, коли думали про його сексуальну зраду. Подібні свідчення повністю відповідали очікуванням дослідників, що підтвердило гіпотезу про те, що чоловіки схильні до сексуальних, а жінки – до емоційних ревнощів.

Результати проведених досліджень підтверджують, що жінки, дізнавшись про емоційну невірність, страждають сильніше, ніж чоловіки. А ось зрада сексуальна є серйозним приводом уже для чоловічих ревнощів. Ще більшу ясність у це питання вносить дослідження, проведене вченими Тель-Авівського університету Аяллою Пінес та Аріеллою Фрідман, які запропонували досліджуваним

оцінити «ступінь тяжкості» емоційної й сексуальної невірності. При подібних умовах було наочно показано, що чоловік та жінка однаково гостро переживають сексуальну невірність партнера, хоча жінки й уважають емоційну невірність «найстрашнішим злом», яке може спіткати подружжя [50].

Отже, можна стверджувати, що соціобіологічний фактор не такий уже й сильний, як це могло здаватися на початку. І, передусім, соціобіології важко пояснити той факт, чому 50 % чоловіків вважають сексуальну зраду не страшнішою від емоційної.

Відмінність чоловіків і жінок у їх переживанні почуття ревності свідчить про те, що важливіше враховувати навіть не біологічну стать конкретно, а світоглядні установки, погляди на права й принципи взаємин статей. Так, дослідження засвідчують, що одні люди (причому зовсім не важливо, якої вони статі) схильні домінувати в сім'ї, високо оцінюють сексуальну залежність, уважаючи, що сексуальний партнер деяким чином утрачає автономність і стає невіддільною частиною тандему. Виходячи з цього, люди такого типу гостріше переживали сексуальну невірність. При цьому потрібно визнати, що в цій групі серед ревнівців виявилось більше чоловіків. Ті з опитуваних, хто дотримувався ліберальних поглядів у відносинах між партнерами, говорили переважно про гріховність емоційної невірності. До ліберальних поглядів у взаєминах, звичайно, виявилися більш схильними жінки.

Ще одна теорія трактує відмінності в переживанні ревності таким чином. Розбіжні оцінки емоційної й сексуальної невірності цілком і повністю залежать від того, які цінності переважають в ієрархії надання переваги людині. Один, наприклад, вважає, що ніяка духовна близькість не замінить сексуальних відносин. Добре, якщо з хорошою партнершою можна ще й поговорити, але не буде трагедією, якщо виявиться, що вона нерозумна сексуальна лялька. Схильних до подібних поглядів досить багато, і не тільки серед сильної половини людства. Такі люди будуть дуже важко переживати сексуальну зраду, а втрата емоційна їх не змусить страждати. Ще одна категорія, навпаки, надає перевагу духовному партнерству, тобто дружбі, інтелектуальній привабливості партнера. І навіть якщо дружба з часом переростає в любов і секс, то вони будуть страждати від утрати емоційної близькості.

Однак ці альтернативні пояснення залишають відкритим питання, чому різностатеві істоти роблять такі різні висновки з невірності

партнера й опираються при цьому на розбіжні уявлення про нормальність того чи іншого типу поведінки. Очевидно, усе це пояснюється тим, що розбіжності в уявленнях про норми поведінки й обумовлені, з одного боку, успадкованими, біологічно запрограмованими властивостями, а з іншого – це відображення досвіду соціалізації, тобто виробленого віками погляду на відмінні ролі чоловіка та жінки в соціумі. Дуже часто учасники конфлікту, що виник на підставі ревнощів, обвинувачуючи партнера в невірності, опираються на звичайні рольові стереотипи: жінки вважають, що всі чоловіки «здатні отримувати задоволення від сексуальних відносин без любові» й що сексуальна невірність чоловіка зовсім не обов'язково означає його емоційну невірність; а чоловіки, зі свого боку, скуті сформованою думкою, що жінка, зраджуючи своєму партнерові, віддається супернику не тільки тілом, але й душею, і вважають сексуальну невірність своєї партнерші ознакою того, що вона невірна й емоційно.

Отже, проаналізувавши позитивну та негативну роль ревнощів у взаєминах, можна стверджувати, що для багатьох людей ревнощі – один із приємних доказів любові, і сприймаються вони ними – у певних дозах – із задоволенням. Ці природні ревнощі відіграють активізуючу роль у коханні. «Ніщо так не прив'язує, як ревнощі», – пише Андре Моруа.

Ревнощі, залишаючись на високоморальних позиціях, не ведуть до підозрливості, образ, підглядання, взаємної ненависті, не створюють атмосфери недовіри до об'єкта своїх почуттів і хвилювань. Вони викликають смуток про втрачені хвилини спілкування, тугу за можливою втратою коханої людини. Любовні задоволення, на думку філософів, потребують певного стимулятора. Вони ніколи не можуть довго існувати «безхмарно». Задоволення блідніше, коли відсутній контраст незадоволення. Ось чому, на їхню думку, коханню необхідний легкий напад суму, трохи ревнощів, сумнівів, драматичної гри [1].

Проте ревнощі можуть ставати цілком домінуючим переживанням, відділеним від почуття любові, здатні стати нав'язливими, навіть ілюзорним страхом, що може викликатися будь-якими чинниками. Ревнощі охоплюють, крім емоційної, інтелектуальну сферу особистості – порушуються логіка, мислення, часові зв'язки теперішнього, минулого й майбутнього, страждає воля, порушується правильне сприйняття того, що відбувається. Поведінка ревнуючого часто викликає «в обвинуваченого» не ту реакцію, на яку він розраховував,

викликає почуття страху, страждання, неприязні, нервові розлади, провокує іншого на брехню, помсту, зраду, розлучення. Життя з такою людиною може виявитися нестерпним для іншого партнера, зіпсувати психічне й фізичне здоров'я, відобразитися на вихованні та здоров'ї дітей, стати мотивом злочину проти особистості того, кого ревнують, чи суперника, або навіть випадкової людини.

Заради уникнення у відносинах почуття ревнощів потрібно із самого початку сімейного життя створити таку атмосферу в сім'ї, щоб не було місця докорам, приниженням, суперечкам, щоб кожен із подружжя міг відчувати свою необхідність й особливу значимість у сім'ї. Створення благополучного психологічного клімату, ґрунтованого на взаємній довірі та взаємній відвертості, взаєморозумінні й взаємній повазі, сімейного клімату, що дало б змогу кожному відчувати свою цінність і потрібність для іншого, залишаючись при цьому самим собою, – це найкращий захист від усіляких спокус, брехні, сумнівів та недовіри.

Запитання та завдання для самоперевірки:

1. Чи можливий безкризовий розвиток сімейних стосунків?
2. Охарактеризуйте фактори, що руйнують шлюбно-сімейні взаємини.
3. Дайте характеристику кожної стадії розлучення.
4. Назвіть основні причини подружньої зради.
5. Яку роль відіграють ревнощі в подружніх стосунках?

РОЗДІЛ 6

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА СІМ'Ї

Надання психологічної допомоги сім'ї. Психологічна допомога дітям розлучених батьків. Консультативна робота з сім'єю, де є проблеми узалежнення від алкоголю. Психологічна допомога при насиллі в сім'ї. Консультативна робота із подружжям при сексуальних проблемах. Психологічна допомога сім'ям учасників АТО.

6.1. Консультативна робота із сім'єю

У нашій країні існує ціла мережа служб, які займаються питаннями, що так чи інакше пов'язані з психологічною допомогою сім'ї. Ми зосередимо увагу на основних питаннях надання консультативної допомоги, мета якої – створити умови, щоб клієнт зміг вирватись із замкненого кола невдач, навчитися контролювати свої руйнівні імпульси або долати стан душевного заціпеніння, через який він не може або не хоче діяти.

Основна мета психологічної допомоги полягає в тому, що відчуття безпорадності повинне змінитися в клієнтів відчуттям відповідальності за власну поведінку й своє сімейне життя, прагненням самостійно цим керувати та контролювати.

Психологічне консультування допомагає клієнту (людині, котра звернулася по допомогу) актуалізувати її резервні й ресурсні можливості для забезпечення успішного виходу з проблемної ситуації.

Усю різноманітність запитів клієнтів можливо бути звести до чотирьох основних стратегій їхнього ставлення до ситуації. Вони можуть прагнути:

- 1) змінити ситуацію;
- 2) змінити себе так, щоб адаптуватися до ситуації;
- 3) вийти із ситуації;
- 4) знайти нові способи життя в цій ситуації.

Усі інші запити (наприклад добре відомий консультантам-практикам запит: «Я бажаю, щоб він (вона, вони та ін.) змінився, тоді мені стане краще») уважаються неконструктивними, неефективними й вимагають окремого часу для уточнення.

На відміну від навчання та порад, психологічне консультування орієнтується не на інформування й рекомендації, а на допомогу в

прийнятті самостійного відповідального рішення. Хоча клієнти іноді очікують саме порад, психолог-консультант більше орієнтований на сприяння самостійному пошуку клієнтом рішень у ситуації, що склалася, оскільки людина, яка самостійно знаходить власну відповідь на проблемне питання, одночасно бере на себе відповідальність за прийняте рішення й подальші дії (або відмову від них).

Основним засобом впливу в психологічному консультуванні є спеціальним чином побудована бесіда. Психологом-консультантом застосовуються різноманітні вербальні техніки, що сприяють проясненню ситуації клієнта, виявленню його нереалізованих бажань, непрявлених емоцій, неконструктивних уявлень про себе та інших. Клієнту пропонують своєрідні домашні завдання на засвоєння ефективних способів спілкування, відреагування емоцій тощо.

У процесі реалізації цілей сімейного консультування діагностуються стосунки між членами сім'ї. Сімейну діагностику пропонуємо почати з оформлення психограми подружніх взаємин, яка включає соціально-демографічні характеристики членів сім'ї, визначення кризових періодів у розвитку сім'ї, конфліктні зони, пов'язані з розбіжностями в поглядах на сімейне життя, і міжособистісні стосунки, взаємини з батьками одного або обох партнерів, виявлення сексуальних дисгармоній, індивідуально-типологічних особливостей партнерів. Іноді доцільний збір даних про генеалогію сім'ї. Може бути укладена хронологія фактів сімейного життя: збирається інформація про стосунки подружжя, їхніх батьків, дідів. Це дає змогу як психологові, так і членам сім'ї укласти міжпоколінну модель родини, усвідомити, що всі виросли в сім'ях, які й дотепер спричиняють визначальний вплив на емоції, мислення, поведінку.

Консультування, зазвичай, відбувається при безпосередньому контакті з клієнтом. Але розвиток засобів комунікації дає змогу використовувати різноманітні види дистантного консультування, наприклад методи листування в Інтернеті або за допомогою телефону. У великих містах існують служби довіри, послугами яких можна користуватися за телефоном.

Телефон довіри – це служба, що надає населенню екстрену психологічну допомогу за телефоном. Вона вважається однією з форм психопрофілактичної роботи, соціально-терапевтичної допомоги, адресованої особам, котрі перебувають у кризовому стані.

Телефонне консультування можна визначити як спосіб надання невідкладної психопрофілактичної допомоги, призначеної для екстре-

ного використання у випадках, що не терплять зволікань. Воно надає особам, котрі перебувають у критичній ситуації, негайний телефонний зв'язок зі співчуваючим анонімним слухачем, котрий володіє особливою технікою роботи за телефоном.

Назвемо головні особливості консультативної телефонної допомоги, яка, по-перше, є досить ефективною в тих випадках, коли не можна зустрітися з консультантом особисто. По-друге, консультації за телефоном безкоштовні. По-третє, дотримується анонімність як абонента, так і консультанта, гарантується конфіденційність спілкування.

Основний принцип телефонного консультування – збереження анонімності всіх випадків звернень; гарантоване невтручання співробітників служби в долю клієнта (наприклад неможлива примусова госпіталізація, нав'язування контакту з лікарем тощо), якщо на те не висловлюється добровільна й недвозначна згода. Лише в крайніх випадках, коли ідеться про життя особи, котра звернулася по допомогу, обговорюється можливість відхилення від цього правила (наприклад пропонується викликати «швидку допомогу»).

Слід урахувати, що в реаліях нашої країни населення не має широкого досвіду контакту з психологічною службою, а отже в багатьох є хибне уявлення про неї та психологічну допомогу в цілому. Психолог має запобігти формуванню в клієнтів, котрі звертаються за допомогою, уявлення про легке розв'язання проблем або очікування негайних результатів. Дуже важливо, щоб, орієнтуючи на досягнення бажаного результату, психолог не породжував невіправданих очікувань,

Найбільш частою причиною звернення до консультанта в консультацію є подружні проблеми (крім випадків звернення до консультанта батьків із приводу своїх дітей, але, як відомо, і тут за зовнішнім приводом – проблемами дитини – почасти прихований більш глибокий, а саме особистісні й міжособистісні проблеми самих батьків).

Проблеми, список яких наведено нижче, – найбільш часті приводи для звернення до консультанта в консультацію. Серед них варто назвати:

1) різні конфлікти, взаємні невдоволення, пов'язані з розподілом подружніх ролей та обов'язків;

2) конфлікти, проблеми, невдоволення чоловіка й жінки, пов'язані з розбіжностями в поглядах на сімейне життя й міжособистісні стосунки;

3) сексуальні проблеми, невдоволення одного з подружжя іншим у цій сфері, їхнє взаємне невміння налагодити нормальні сексуальні стосунки;

4) складнощі й конфлікти у взаєминах подружньої пари з батьками одного або обох партнерів;

5) хвороба (психічна або фізична) одного з подружжя, проблеми та труднощі, викликані необхідністю адаптації родини до захворювання, негативним ставленням до себе самого й найближчого оточення хворого або членів його сім'ї;

6) проблеми влади та впливу в подружніх взаєминах;

7) відсутність тепла в партнерських стосунках, дефіцит близькості й довіри, проблеми спілкування.

Потрібно зазначити, що такі скарги, безумовно, не є взаємовиключеними. Так, рольові розбіжності, звичайно, ґрунтуються на розходженнях у поглядах та уявленнях обох партнерів про те, як треба жити в сім'ї. А труднощі в сексуальній сфері – це найчастіше лише наслідок і продовження проблем подружжя в міжособистісних стосунках, які при цьому можуть ніколи не обговорюватися або взагалі не усвідомлюватися.

Дослідження засвідчують, що за проблемами, пов'язаними з іншими людьми, приховані особисті проблеми клієнта, які він не хоче або не може обговорювати. Саме вони призводять до труднощів у міжособистісних стосунках, що, зі свого боку, стають приводом для звернення до консультанта. Так, якщо причиною приходу є подружні проблеми – це свідчення того, що особисті проблеми виникають і проявляються саме в тих сферах життя, що так чи інакше пов'язані зі шлюбом.

Одним із найбільш використовуваних у сімейній терапії конструктів (або, інакше кажучи, уявлень про те, що відбувається на більш глибинному рівні взаємодії й що призведе до тих або інших зразків поведінки чоловіка та жінки) можна умовно позначити роль батьківської родини. Це уявлення ґрунтується на ідеях психоаналізу про те, що кожна людина, взаємодіючи з представниками протилежної статі, у тому числі у своєму сімейному житті, прагне реалізувати зразки взаємодії, засвоєні в дитинстві в родині батьків. Причому прагнення до реалізації «батьківських» зразків взаємодії найчастіше носить компенсаторний характер, тобто людина прагне одержати від свого партнера любов і визнання в тій галузі, у якій у дитинстві відчувала дефіцит подібного ставлення, найчастіше від протилежної статі, тобто батька.

Отже, багато ситуацій і способів взаємодії з партнером (які, звичайно, і є конфліктними) служать не розвиткові стосунків, не

досягненню якихось життєвих цілей, а часто є лише способами компенсації труднощів і проблем дитинства.

Зрозуміло, порівняно з «чистою» психоаналітичною моделлю, погляди сучасних сімейних психологів значно ускладнилися, розширилися й стали включати, зокрема, такі уявлення, як розподіл влади та впливу між усіма членами родини, контекст реалізації потреб тощо. Виходячи з цього, людина у своєму сімейному житті може не просто домагатись уваги й любові з боку чоловіка, а, наприклад, прагнути зайняти у своїй нинішній родині позицію того з членів батьківської сім'ї (уключаючи всіх родичів, із якими доводилося тісно взаємодіяти в дитинстві), хто користувався найбільшою владою та впливом. При цьому, із погляду сучасної сімейної терапії, величезне значення має нинішня доросла родина клієнта, що може призводити до значної модифікації його глибинних прагнень і цим збільшувати проблеми або ж, навпаки, пом'якшувати їх вплив.

Тісно пов'язаний із вищевикладеними уявленнями ще один конструкт, що почасти самостійно використовується для аналізу подружньої взаємодії. Це уявлення про те, що більшість проблем і конфліктів, пов'язаних зі стосунками, є наслідком несвідомої боротьби чоловіка й жінки за владу та вплив, їхньої конкуренції один з одним. Для торжества над партнером використовуються будь-які засоби: відмови від участі в сексуальних стосунках, щоб продемонструвати іншому низькість його прагнень, принизити й покарати за що-небудь; пізні приходи як доказ власної незалежності та самостійності; обвинувачення й претензії в дріб'язках, для того щоб переконати партнера в тому, що він (вона) ні на що не здатний(-на) тощо.

Завдання консультанта

Завдання консультанта – допомогти клієнтам розібратися в тому, як у їхньому сімейному житті виявляються зразки й моделі взаємодії, засвоєні ними в дитинстві, і тепер ускладнюють та утрудняють побудову зрілих, дорослих стосунків як із чоловіком, так і зі своїми власними дітьми. Аналіз цих неусвідомлюваних потреб та прагнень дозволяє позбутися від них, «розчищаючи» дорогу зрілим й адекватним стосункам, що також вибудовуються в процесі психотерапії.

До проблем розподілу влади в стосунках можна підходити так безпосередньо, як це робить багато авторів, уважаючи, що боротьба за владу, визнання й вплив – це природна реальність будь-яких взаємин. При цьому результатом психотерапії є не розв'язання цієї проблеми в

принципі, що взагалі неможливо, а встановлення між чоловіками деякого балансу, коли, умовно говорячи, усі виграші й програші одного компенсуються або врівноважуються виграшами чи програшами іншого. Подібне уявлення про подружні взаємини, зв'язане лише з розподілом влади, є більш простим, а отже й більш доступним для використання під час роботи з подружніми парами, що звертаються в консультацію. Інтерпретуючи та аналізуючи такі конкурентні стосунки між чоловіками, консультант може спиратися на ті моделі взаємодії, а відповідно й на ті зразки конкуренції, що існували в батьківських родинх кожного з них. Іншим «джерелом» інтерпретації виникнення конкуренції є боротьба за владу між чоловіками та жінками як представниками двох протилежних статей. Такий погляд непродуктивний, зокрема тому, що тут не простежуються будь-які перспективи для «примирення» між сторонами, що борються. Чоловік і жінка, скільки з ними не працюй, так і залишаться чоловіком та жінкою, а тверде приписування кожному з них яких-небудь прав й обов'язків суперечить не лише психологічним нормам, а й просто здоровому глуздові.

Отже, причини приходу клієнта в консультацію – прагнення домогтися від партнера тієї любові, влади й ін., яких йому не вистачає в стосунках із ним і яким він не може досягти власними силами. Інакше кажучи, у межах консультування як причини приходу клієнта, звичайно, розглядаються та обговорюються лише ті, які пропонуються клієнтом, тим більше, що саме це є реальністю подружніх стосунків, що усвідомлюється як щось тривожне й проблемне.

Особливості консультування під час роботи з подружньою парою

На підставі переліку причин (приводів) звернень можна припустити, що можливо, принаймні, є два варіанти приходу в консультацію: обоє членів подружжя разом або один із них зі скаргами на себе чи на партнера. Найбільш розповсюдженим варіантом приходу є останній.

Зупинимось докладніше на деяких перевагах роботи з подружжям, а також на певних труднощах, пов'язаних із цим варіантом приходу в консультацію.

1. Насамперед, бесіда з двома, а не з одним членом подружжя, більш діагностична, дає змогу одразу ж побачити ті проблеми й труднощі, на які клієнти скаржаться. Так, особливості їхньої взаємодії в консультації розкривають багато чого з того, про що буває важко говорити, й уможливають наочне вирішення того, що визначає

характер стосунків і що самим членам подружжя важко позначити більш чітко.

2. Робота з обома партнерами дає змогу в процесі прийому безпосередньо апелювати до зразків їхніх стосунків, що виявляється в особливостях взаємодії чоловіка та жінки в консультації.

3. Присутність обох клієнтів уможливує з успішним використанням низки особливих технік і прийомів, таких, наприклад, як сімейна скульптура, висновки контракту тощо, що сприяють більш успішному й ефективному веденню подружньої терапії, застосування яких за наявності лише одного клієнта або в принципі неможливо, або дещо ускладнено.

4. Прихід чоловіка й жінки в консультацію часто означає їх більш серйозну мотивацію до роботи, припускає, що робота буде тривалішою й поглибленою. Крім того, при одночасній роботі з обома партнерами можна в разі потреби підтримувати робочу мотивацію одного з них «за рахунок» іншого.

5. Консультування подружньої пари часто є більш ефективним. Адже якщо обоє членів подружжя серйозно налаштовані на перебудову своїх стосунків і прагнуть у своєму спільному житті реалізувати все те, що обговорюється й відзначається під час прийомів, то зміни в стосунках настають значно швидше та в принципі можуть бути більш значними й стабільними, ніж під час роботи з кимось одним – чоловіком або жінкою. В останньому випадку, щоб дочекатися яких-небудь змін, чоловіку часто потрібно набратися терпіння та дещо довго без якої-небудь взаємності демонструвати кращі зразки поведінки, перш ніж інший відчує і якимось відреагує на це.

Але, крім цих і деяких інших переваг, робота з подружжям має й низку додаткових труднощів та недоліків, а саме:

1. Насамперед, вести прийом, у якому беруть участь двоє клієнтів, а не один, зазвичай, сутужніше, особливо на перших етапах консультативного процесу, оскільки присутність другого члена пари так чи інакше позначається на ході бесіди. Чоловік і жінка можуть перебивати один одного, починати переговори й сперечатися, прагнучи щось пояснити або довести насамперед один одному, а не консультантові, виступати в коаліції проти консультанта та ін. Хоча можлива й зворотна реакція, коли присутність партнера призводить до того, що чоловік або дружина стають неговіркими, кожен із них може чекати, що щось важливе буде сказане іншим. І в тому, і в іншому випадку від консультанта потрібні особливі навички й уміння, щоб переорієнтувати

чоловіка та жінку на спільну роботу, організувати й направити процес консультування.

2. Робота з обома членами сім'ї, хоча і є більш ефективною, найчастіше має менш глибокий, поверховий характер. У цьому випадку рідше охоплюються серйозні особисті проблеми, що лежать в основі тих або інших подружніх розбіжностей.

3. Робота з обома членами сім'ї більш уразлива. З одним чоловіком легше працювати, ніж із двома, вибравши той темп роботи, що більше відповідає клієнтові.

Основне завдання консультанта на цьому етапі – установити контакт із клієнтом (-ми) й розібратися в тому, що саме привело їх на прийом. Хоча вже на початку бесіди при участі в цьому процесі обох членів подружжя можуть виникнути певні труднощі. Так, чоловік і дружина можуть не стільки прагнути викласти суть проблеми, скільки продемонструвати провину та недоліки іншого, згадуючи все нові й нові гріхи партнера, обвинувачуючи та перебиваючи один одного й, уникаючи, таким чином, побудови конструктивних стосунків із консультантом. У такій ситуації потрібно виявити визначену твердість, запропонувавши дружинам говорити по черзі та коментувати слова партнера лише тоді, коли він/вона одержить право слова.

Як ми вже відзначали вище, особливою вимогою до роботи з парою є більше структурування процесу прийому. Тому спочатку кожен із членів подружжя пропонує свою версію того, чому й навіщо вони прийшли до консультанта (дуже важливо, щоб хоч якась версія була запропонована кожним із них, і посилення на те, що «він мене привів, нехай і розповідає», у жодному разі не повинні прийматися), після чого консультантові варто підбити підсумок, запропонувавши своє, більш узагальнене уявлення про те, які проблеми хвилюють кожного з партнерів. Для більш повного розуміння ситуації психологові корисно мати таку інформацію, як, коли й у зв'язку з чим почались або загострилися конфлікти, у яких ситуаціях вони найчастіше виникають, хто є більш активним їхнім ініціатором, що обурює або не подобається в іншому кожному з членів подружжя.

Якщо чоловік і жінка згодні на більш тривалу роботу, то, одержавши вичерпну інформацію з цього й інших питань, консультант не повинен затягувати первинний прийом. Нехай він буде навіть трохи коротший, ніж усі наступні, але завершити його в цьому випадку потрібно дуже чіткою постановкою завдань і цілей консультування, тобто тим, що кожен із членів подружжя хотів би в результаті досягти.

Не страшно, якщо ці очікування в партнерів діаметрально протилежні. Але в такій ситуації доцільно попередити чоловіка й жінку, щоб сам прийом та все, про що на ньому йшлося, не обговорювалося ними за межами кабінету консультанта.

Організація роботи з подружньою парою

Якщо на прийом прийшло подружжя й виражає готовність спільно обговорювати сімейні проблеми, то не скористатися цим – для консультанта просто «гріх». Але, вибираючи спільну роботу, потрібно чітко уявляти, що в такий спосіб психолог бере на себе певні зобов'язання. Він не повинен вступати в коаліцію з жодним із членів подружжя (як під час спільних прийомів, так і поза ними), зустрічатися з одним чоловіком «по секрету» від іншого, обговорювати що-небудь по телефону з одним із них без відома партнера тощо.

Організація роботи з одним із членів подружжя

Найчастіше на консультацію один член подружжя не бажає або не має можливості привести із собою партнера. У такій ситуації його потрібно підтримати, запевнивши, що робота з одним членом подружжя в жодному разі не є безглуздою або безрезультатною.

Робота з одним «небезпечна» нерівноправністю, оскільки людина, яка прийшла на прийом, у якомусь розумінні бере всі сімейні проблеми на себе. Висловлюючи подібні сумніви в ситуації консультивання, клієнт узагалі ж має рацію, оскільки основна умова конструктивної психологічної роботи – прийняття клієнтом провини (або відповідальності) за те, що відбувається в родині, хоча очевидно, що свій «внесок» у проблеми роблять обоє. Природно, що бути «винним» неприємно. Для заспокоєння клієнтові можна запропонувати таке міркування: «Винуваті, звичайно ж, ви обоє. Але обговорювати тут провину вашого партнера безглуздо, оскільки єдине, що я можу зробити в цій ситуації, – це пошкодувати вас, але навряд чи це принесе вам хоч яке-небудь полегшення. Розуміння ж того, що саме ваші слова й учинки сприяють погіршенню та загостренню ситуації в родині, може привести до визначених змін у вашій поведінці, що, найімовірніше, так чи інакше буде корисно для родини в цілому».

Психолог у цій ситуації повинен виступити в ролі тонкого політика, одночасно наголошуючи на важливості вже сформованого співробітництва з одним із членів подружжя й усіляко демонструючи цінність приходу іншого. Можливе й зворотне, коли спільні зустрічі з якихось причин перериваються та консультант продовжує працювати

лише з одним із членів подружжя. І в цій ситуації можна багато чого зробити для родини, не залишаючи спроб повернути в консультацію «блудного» клієнта.

Існує ще одна можливість розвитку консультаційного процесу, що в жодному разі не варто випустити з уваги, – це ситуація, коли консультант сам стає ініціатором роздільних зустрічей із партнерами.

Причини приходу чоловіка й жінки в консультацію

Досвід роботи засвідчує, що в консультацію приходять лише один із партнерів. До «особливих» причин цього можна віднести алкоголізм чоловіка та проблеми, пов'язані з його/її психічним або фізичним захворюванням. В обох ситуаціях питання для клієнта часто полягає не лише в тому, як уплинути на партнера, щоб він/вона не пив/-а/, або менше фокусувався (-ась) на своїй хворобі, скільки в тому, що робити самому клієнтові: розлучитися, уважаючи, що ситуація безнадійна; терпіти й чекати якогось розв'язання своєї проблеми, сподіваючись, що партнер перестане пиячити, видужає тощо.

Прихід у консультацію обох членів подружжя частіше пов'язаний із внутрішньосімейними конфліктами з приводу розподілу подружніх ролей та обов'язків, із сексуальними труднощами, грошовими проблемами, тобто з чимось, що так чи інакше стосується інтересів обох і може бути кваліфіковане як загальна проблема.

Існує певний взаємозв'язок між скаргами, що формулюються, та віком клієнтів, їхнім стажем спільного життя: молодого чоловіка й жінку частіше хвилюють проблеми власних взаємин, переживання, пов'язані з ревностями та зрадою; літнім більше властиво міркувати про свої стосунки з дорослими дітьми.

Тривалість роботи з подружньою парою

Консультування індивідуального клієнта із сімейних проблем так само, як і в багатьох інших випадках короткотермінового консультування, звичайно триває дві–чотири зустрічі, причому більшість прагне до того, щоб робота з ними завершилася в ході одиничного прийому. У випадку, коли чоловік і жінка вже на перший прийом прийшли удвох або інший приєднався до бесід на початковому етапі консультування, їхні зустрічі з психологом, зазвичай, тривають трохи довше – п'ять–шість спільних бесід.

Велика тривалість роботи з парою обумовлена хоча б тим, що під час подружнього прийому збільшується «час слухання», оскільки на кожне питання треба відповісти вже не одній людині, а двом.

Використання домашніх завдань під час роботи з подружжям

Важливими й у якомусь сенсі вирішальними для подальшої роботи є домашні завдання, які можна запропонувати виконати подружжю до наступної зустрічі. Конкретний зміст домашнього завдання буває різним і визначається насамперед проблемами чоловіка й жінки, але саме наявність завдання найбільш ефективно включає клієнтів у роботу та забезпечує консультанта гарним матеріалом для бесіди під час прийому. Так, уже на першій зустрічі можна запропонувати завести щоденники для того, щоб вести записи з однієї або двох із наступних тем (домашнє завдання з великою кількістю тем навряд чи буде виконано):

1. Що дратувало в чоловікові впродовж тижня (або впродовж будь-якого іншого відтинку часу, визначеного в процесі прийому)?

2. Які конфліктні ситуації виникали впродовж тижня?

3. Що неприємного сказано за певний для спостережень проміжок часу між чоловіками?

Домашні завдання можуть бути різними, їх основна мета на першому етапі консультування – уточнення й деталізація ситуації в родині.

Якщо на попередній зустрічі давалося домашнє завдання, то після декількох привітальних слів, спрямованих на те, щоб переконатися в тому, що за тиждень у чоловіка й жінки не трапилося чогось надзвичайного та підлягаючого негайному обговоренню, починати роботу потрібно саме з цього. Якщо завдання виконали обоє членів подружжя, то кожному просто пропонується прочитати вголос записи у своєму щоденнику. Якщо ж один із них через певні причини не справився із завданням, то щоденник читає лише один, але іншому, «який проштрафився», також повинне бути надане слово. Можливі різні варіанти, але найпростіше запропонувати йому виконати завдання, згадавши те, що відбувалося впродовж тижня. При цьому «неслухняність» у жодному разі не повинна бути залишена без уваги: причини варто докладно обговорити. Такий учинок може бути як формою опору стосовно консультування й консультанта, так і протестом проти партнера. Звичайно, цим маскується важлива для психолога інформація, що не фігурувала під час першої зустрічі. Звичайно, той, хто «провинився», повинен бути прощений, але важливо, щоб консультант при цьому скористався ситуацією для мотивації його на конструктивну роботу.

Можливості обговорення домашніх завдань надзвичайно широкі. Так, інтерес являє собою реакцію чоловіка чи жінки на те, що розповідає партнер, причому консультант може підсилити цю реакцію,

запропонувавши кожному прокоментувати список партнера. Використання домашніх завдань особливо продуктивне, оскільки на їхній підставі можна побудувати безліч різних варіантів бесіди, обираючи, таким чином, те, що, з одного боку, підходить саме для цієї подружньої пари, а з іншого – допомагає не розпорошуватися, не загубитися в морі інформації й дотримуватися в ході прийому певного тематичного стрижня. Для прикладу наведемо два варіанти обговорення домашніх завдань.

Особливо корисною є ситуація, коли обоє членів подружжя описали одну або кілька конфліктних ситуацій. В описі кожного відбивається власне сприйняття й інтерпретація того, що відбувається, буває часто протилежним баченню партнера. Розбіжності в розумінні та поясненні того, що відбулося, є особливо важливим для консультанта, і якщо обоє членів подружжя звернули увагу на ту саму ситуацію, саме її буває корисно зробити центральною темою спільного обговорення, оскільки на цьому матеріалі зручно показати не лише різницю позицій чоловіка й жінки стосовно того, що відбувається в їхньому сімейному житті, але й проаналізувати причини, що до цього призводять.

Потрібно звернути особливу увагу на такі моменти: хто й чому перший ображається, чиї реакції та поведінки більш афесивні, наскільки власна агресивність усвідомлюється клієнтами, хто і як просить вибачення. Основне завдання консультанта в процесі такої дискусії – допомогти клієнтам побачити, що і як кожен із членів подружжя робить для того, щоб конфлікт розпалювався, і яка саме вигода, що він/вона має з цієї ситуації (змогу керувати іншим, відчуття власної непогрішності, помста тощо).

Якщо обговорення конфліктної ситуації відбувається успішно, можна вже на другому прийомі спробувати вибудувати з клієнтом інший варіант поведінки в тій самій ситуації, що сприятиме більш конструктивному й сприятливому, швидкому та успішному розв'язанню конфлікту. У випадку, якщо аналіз конфліктної взаємодії виявився успішним, його результати можна спробувати перенести на інші складні ситуації з життя клієнтів, продемонструвавши, як в інших, інколи дуже далеких від тих, що обговорювалися, ситуаціях виявляються ті самі особливості взаємодії партнерів.

Інший варіант роботи з домашніми завданнями ґрунтується на використанні всіх щоденникових записів чоловіка й жінки. Ними зручніше скористатися тоді, коли в записах обох або одного з партнерів простежується той самий постійно повторюваний зразок поведінки, реакції або образи. У цьому випадку як предмет обговорення краще використовувати не якусь одну конкретну конфліктну ситуацію, а

зразок реагування або поведінки. Особливу увагу при цьому варто звернути на компліментарність, взаємодоповнюваність позицій партнерів, оскільки важко собі уявити, щоб регулярні образи та невдоволення, пережиті одним, ніяк не відбивалися на поведінці й настрої іншого, незалежно від того, усвідомлює він / вона це чи ні. Усебічний аналіз такого партнера також припускає обговорення того, що, як і навіщо робить кожен із членів подружжя, чого він/вона очікує й хоче домогтися від іншого та що реально одержує. Відштовхуючись від повторюваного зразка поведінки, можна проаналізувати подружні стосунки в цілому, виявивши, у яких ще ситуаціях, діючи за тим самим стереотипом, чоловік і жінка ображаються й не розуміють один одного. Такий розбір, якщо його вдається провести, – надзвичайно корисний, але він може розтягтися й зайняти всю другу зустріч. Ґрунтуючись на ньому, можна запропонувати подружжю наступне домашнє завдання: поводитися в цих ситуаціях по-іншому, прагнучи реалізувати нові способи поведінки.

Звичайно, описуваний варіант другої зустрічі з подружньою парою з обговоренням домашніх завдань є лише одним із багатьох можливих, тим більше, що тема обговорення, яка виникла раптово, може виявитися продуктивною та корисною стосовно тієї дещо жорстко заданої моделі, що описана вище. Так, у манері читання домашніх завдань або в тому, як чоловік і жінка приходять на прийом чи взаємодіють під час нього, часто виявляються дещо характерні для них реакції й способи поведінки, що консультант може відразу зафіксувати та обговорити за принципом «тут і тепер». А потому вже спробувати знайти в матеріалах домашніх завдань ситуацію, аналогічну тій, що виникла безпосередньо під час прийому, для того щоб розібратися, яку роль такі конфліктні взаємодії відіграють у повсякденному житті клієнтів.

6.2. Психологічна допомога дітям розлучених батьків

У сучасному суспільстві розлучення перетворились із надзвичайної події у варіант статистичної норми. Громадська думка реагує на розлучення неоднозначно. З одного боку, вона відстоює право окремого громадянина позбутися стосунків, які обмежують свободу, при-нижують гідність або не відповідають його потребам. З іншого боку, розлучення не схвалюються через ту шкоду, якої вони завдають дітям.

Про розлучення й дітей розлучень написано багато книжок, у яких аналізуються психологічні та педагогічні аспекти його негативного впливу на дітей. Надаються також поради щодо мінімізації цієї шкоди. На жаль, корисність будь-яких порад у ситуації розлучення викликає сумнів, адже, по-перше, негативних наслідків розлучення для дитини уникнути неможливо, а по-друге, батьки перебувають у такому емоційному стані, що не сприяє слідуванню порадам, навіть правильним. Нагадування батькам про шкоду, яку вони завдають дітям, тільки збільшує в них інтенсивність почуття провини, батьки є не лише ініціаторами ситуації, що склалася, але і її заручниками [58].

В. М. Поліщук виділяє певні психологічні наслідки розлучень, про які мають пам'ятати батьки, котрі наважилися на цей крок.

1. Розлучення відрізняє від інших видів розлуки незворотність. Саме незворотність того, що відбувається, призводить у випадку розлучення до переживання дитиною втрати такої самої інтенсивності, як і у випадку смерті одного з батьків. «Досвід розлучення й смерті одного з батьків із цієї точки зору має так багато спільного, що немає жодного критерію, за яким можна було б їх відрізнити один від одного. Особливо це характерно для дітей до семи-восьми років, які ще не розуміють що таке смерть і сприймають її як “піти назавжди”».

2. Намагаючись визначити, як реагує дитина на розлучення, не слід орієнтуватися тільки на зовнішні ознаки. Реакції, які доступні для спостереження, іноді вводять в оману щодо того, як і що насправді переживає вона. Бурхлива реакція дитини на повідомлення про розлучення батьків (сльози, агресія тощо) у певному розумінні є бажаною. Вона відкрито демонструє переживання дитини, її любов до того з батьків, кого тепер не буде поряд. Така реакція – своєрідний крик про допомогу та розраду, нагадує батькам про необхідність піклуватися про самопочуття дитини й виваженіше ставитися до подальших вчинків.

Відсутність відкритих реакцій може свідчити про те, що дитина керується невисловленими сімейними правилами, які забороняють виявляти негативні емоції («у нас у сім'ї завжди все гаразд»). Можливо, відсутність спонтанних реакцій дитини пояснюється прагненням не засмучувати батьків. Деяким батькам здається, що через розлучення вони залишають дитину без майбутнього, переживання провини перед дітьми загострює відчуття безпорадності від розлучення як такого. «Будь ласка, тільки не переживай, зроби мені приємне, тільки не

переживай», – сигналізує мати всією своєю поведінкою й дитина, придушуючи емоції, задовольняє її потребу в самозаспокоєнні.

3. Діти, котрі пережили розлучення батьків, у подальшому житті можуть мати проблему з переживанням притаманної всім агресивності. Так, вони можуть боятися власної агресивності, остерігатися показати гнів або роздратування у випадку власних невдач чи несправедливого поводження з боку інших. І через це так і не навчаться відстоювати власні інтереси. Діти можуть навчитися спрямовувати агресію проти себе, звинувачуючи самих себе в усьому негативному, що трапляється в житті, аж до схильності до депресивного реагування. Або конфлікт під дією механізмів психологічного захисту може бути витіснений, на його місці утвориться «агресивна готовність до докору». Навіть невелике розчарування набуває форми катастрофи, на яку вони реагують непомірною роздратованістю й відчаєм. Інший варіант – навчитися бачити світ чорно-білим, ділити людей на злих і добрих і стосовно одних виявляти тільки ворожі почуття, а щодо інших – дружні. Такі реакції зберігаються й у дорослому житті, збіднюючи стосунки та спектр реагування на різноманітні життєві колізії.

Тип людини, котра постійно відчуває провину, спрямовуючи агресію на саму себе, так званий підлеглий характер, також виникає під впливом пережитого розлучення батьків. Таких людей оточуючі характеризують як милих, увічливих, гідних поваги й любові. Але через побоювання зробити «щось не так», образити когось такі люди важко проявляють ініціативу, не прагнуть захищати свої права та, урешті-решт, стають жертвою маніпуляцій. Тоді до дорікань самому собі додаються нарікання на невдячність, людську несправедливість, що остаточно порушує стосунки в сім'ї або трудовому колективі й в окремих випадках стає причиною важких депресій і готовності до самознищення.

4. До специфічних довгострокових порушень, на думку Г. Фігдора, належить почуття власної неповноцінності. Воно з'являється, коли дитина вважає себе покинутою, такою, яку недостатньо люблять, оскільки вона була недостатньо важливою, щоб батьки могли принести їй у жертву свої власні суперечності. Вона почуває себе нікчемною та неповноцінною, якщо батьки здаються нещасними, а почуття провини змушує боятися здійснення нових помилок. І оскільки всі ці уявлення здебільшого залишаються несвідомими й жодним чином не пов'язуються з їх джерелом, то діти, стаючи дорослими, протягом усього життя відчувають провину, вважають себе не гідними любові, їх

мучить страх знову зазнати невдачі. Г. Фігдор говорить про те, що іноді самопочуття дітей розлучень нагадує самопочуття дискримінованих меншостей або груп суспільних окраїн. До почуття, що «зі мною щось не гаразд», часто додається й інше, його можна висловити таким чином: «Я живу тут, серед вас, але, власне кажучи, я, або принаймні велика частина мене, належить зовсім іншому життю». Цим «іншим життям» і є відсутній батько або мати... Звідси з'являється тенденція виключення самого себе й тенденція до відступу». Іноді це справді стає мотивом підключення до груп соціальних узбіч, але й там старі проблеми незабаром знову спливають. Постійна тривога бути неприйнятним й ізольованим, розгубленість, що приховується за маскою само впевненості, неадекватна реакція на критику, яка сприймається як ворожа реакція, напад на особистість у цілому.

5. Утеча, припинення стосунків видається єдиною можливістю розв'язання конфліктів у сфері дружніх, любовних або професійних стосунків. Переймаючись страхом бути відторгнутим, така людина воліє сама зробити перший крок до розриву стосунків, щоб не наражатися на біль втрати. У разі найменших дорікань із боку начальства на роботі така людина зразу подає заяву «за власним бажанням» і за перших ознак незгоди або незадоволення партнера в особистісних стосунках прагне покинути його. Іноді буває так, що, оберігаючи себе від болю, спричиненого розставанням, діти розлучень у дорослому віці можуть уникати емоційної прихильності, дозволяючи собі сексуальні контакти лише з тими, із ким тривалі «серйозні» стосунки вочевидь неможливі, наприклад обираючи для цього тих, у кого вже є сім'я або хто не підходить для таких відносин за віком чи соціальним статусом.

6. Діти, котрі пережили розлучення, здебільшого прагнуть до щасливого шлюбу й дають собі обіцянки не повторювати в ньому помилки своїх батьків, але на шляху до виконання цих бажань існують значні перешкоди, насамперед через те, що їм не відома модель нормального функціонального партнерства між чоловіком і жінкою в шлюбі.

7. У дорослому житті дітей розлучень їхня кохана людина може ставати об'єктом перенесення почуттів до батька або матері, що, зі свого боку, призводить до нових програвань конфліктних ситуацій із дитинства. Сам вибір партнера може бути обумовлений неусвідомленим бажанням відтворити травмуючі стосунки, що були в дитинстві, розіграти ще раз травмуючі ситуації, щоб цього разу

опанувати їх, прожити «якось інакше». Зрозуміло, такі очікування не є реалістичними.

Іноді діти розлучень зберігають ідентифікацію з тим із батьків, кого вони вважають «постраждалим», наприклад із розгубленою, безпорадною матір'ю. Тоді, наприклад, дівчинка через почуття провини, яке вона не усвідомлює, може будувати своє доросле життя так, щоб не бути щасливішою від «бідної покинутої матері», через самопокарання неусвідомлено зменшуючи відчуття вини. Буває й так, що дитина ототожнює себе зі «злим» батьком і несвідомо карає себе (за батька), удаючись до самодеструктивної поведінки, знищуючи підвалини свого щасливого майбутнього.

8. У сім'ї, у системі «батько–дитина–матір» дитина набуває досвіду стосунків, у яких присутній так званий «третій об'єкт». Як зазначають психоаналітично орієнтовані психологи (М. Маллер, Е. Ебелін, Д. В. Віннікот, Е. Фрідріх та ін.), використовуючи для опису такої системи стосунків термін «триангуляція», «третій об'єкт» присутній фактично в будь-яких стосунках. У ролі «третього об'єкта» не обов'язково виступає конкретна жива істота, це може бути уявна особа, людина з минулого, професійна діяльність або захоплення партнера. У дітей, які пережили розлучення, відсутній позитивний досвід стосунків у триангуляціях. Коли дитина живе в тісному емоційному контакті, наприклад із матір'ю, яка не заохочує стосунків із батьком дитини, будь-яке звернення до батька викликає в дитини тривогу, почуття провини, страх, пов'язані з ризиком утратити прихильність матері. Як наслідок, діти розлучень у дорослому житті:

– особливо важко переживають можливість утрати партнера, страждають від ревнощів, перебільшують можливість зради. Ревнують партнера до його попередніх партнерів, уявних осіб, уявляючи неіснуючі зв'язки, до роботи або до захоплення, якому той приділяє вільний час;

– обмежуються лише одним вектором відносин. Орієнтуючись, наприклад, на партнерські стосунки, виключають усі інші, адже не вміють перерозподілити свої дії між партнером і чимось «третім» (друзі, робота, хобі), очікують і від партнера такої самої односторонньої відданості;

– хибно розуміють партнерські стосунки як односпрямовані, що іноді взагалі відштовхує від них. Діти розлучень можуть свідомо уникати їх, щоб не бути «поглинутими ними цілком»;

– не бачать користі в тому, що партнер приділяє час й іншим особам, певній діяльності тощо. Тобто не вміють користуватися своїм тимчасовим виключенням зі стосунків із партнером, щоб приділити увагу собі та своїм власним справам;

– народжуючи власних дітей, убачають у цьому іспит на вміння будувати взаємини в трійках, і це стає для сім'ї серйозним випробуванням на міцність. Тимчасове переключення матері на новонароджену дитину, пізніше спільні чоловічі інтереси батька й сина не виправдано травмують іншого партнера, викликають у нього неадекватні ревнощі, тривогу тощо [58].

На думку В. М. Поліщука, щоб зменшити шкоду, якої завдають дітям розлучення батьків, слід урахувати певні особливості:

1. Питання про те, що краще для дитини: жити з одним із батьків, але в спокійній і доброзичливій атмосфері чи в «повній» сім'ї, у якій стосунки напружені, наявні скандали й конфлікти, хоч і знаходить у літературі з психології відповідь на користь першого варіанта, але, як показує досвід, не має практичної цінності. Питання вибору виникає вже тоді, коли, як правило, діють механізми розлучення й «психологічне розлучення» відбулося де-факто. Якщо ж батькові, котрий залишився з дитиною, удається створити комфортну психологічну атмосферу, рівень благополуччя дитини зростає. Про це можна говорити, виходячи з динаміки успішності таких дітей у школі, рівня їхньої комунікативності, невротичності тощо [58].

2. Не варто приховувати від дитини факт розлучення до останньої миті. Г. Фігдор, Д. Відра зазначають, що психологічно розлучення відбувається набагато раніше, ніж його офіційно зафіксований варіант. Воно може тривати роками й навіть розпочатися ще до народження дитини. Дитина реагує швидше на факт психологічного розлучення. Цікаво, що психологічні наслідки для дитини – лише тільки розмови про наміри розлучитися, коли батьки не зробили цього й потім тривалий час прожили разом, можуть нагадувати наслідки справжнього розлучення. На факт психологічного розлучення дитина реагує дратівливістю, вразливістю, скритністю, частими «безпричинними» хворобами. Коли дитина не отримує достатньо інформації щодо того, що саме відбувається з батьками, вона може домислювати й уявляти те, що відбувається між ними, у більш загрозливому та тривожному вигляді, ніж насправді. Іноді подібне домислювання призводить до того, що діти звинувачують себе в розлученні батьків [11].

3. Що і яким чином потрібно сказати дитині про розлучення? Те, що вони мають почути, може звучати, наприклад, так: «Нам із батьком (матір'ю) стало важко жити разом, і ми вирішили жити окремо один від одного, але сподіваємося, що це не вплине на тебе й, головне, – на твої стосунки з кожним із нас. Ми тебе дуже любимо та будемо надалі любити так само сильно, як і раніше».

Щоб дитина легше пережила травму розлучення, у неї повинні зберегтися максимально гарні стосунки як із батьком, так і з матір'ю. Для цього потрібно, щоб кожен із батьків максимально повно брав участь у вихованні дитини. Добре, коли дитина має можливість якийсь час пожити з тим із батьків, хто пішов із сім'ї, провести з ним вихідні, канікули чи відпустку. Батьки не повинні звинувачувати одне одного, налаштовувати дитину проти партнера, робити її союзником у протистоянні з іншим, виводячи тим самим її на рівень подружніх стосунків, робити заручником саме подружнього конфлікту.

С. В. Петрушин, спираючись на деякі положення теорії Б. Хеллінгера й власні спостереження, доходить висновку, що «між подружніми та батьківськими стосунками має бути чітка межа. Те, що відбувається між подружжям, не повинно стосуватися дітей. Тим більше не можна розповідати про аборти або про те, що “тато тебе не хотів”. Не слід питати дитину про те, чи потрібно виходити заміж або розлучатись. Потрібно чинити так, як вважаєте за потрібне, і далі розлучення можливе тільки на рівні подружніх стосунків, але не на батьківському»[11].

Страх дітей у разі розлучення дорослих полягає насамперед у побоюваннях утратити одного з батьків, оскільки дітям важко розрізнити рівень подружніх і батьківських стосунків. «Важливо пояснити дитині, що розлучення відбувається в чоловіка й дружини, а як батько та мати вони з ним не розлучаються». У разі розлучення батьків, важливо, щоб дитина залишилась із тим із них, хто зумів зберегти здатність «поважати в дитині партнера». На думку Б. Хеллінгера, саме чоловіки зберігають здатність до цього [48].

4. Згубні для дитини наслідки мають тривалі суперечки під час вирішення питання про опіку. Ще більш згубною є ситуація, коли дитині пропонують самій вирішити, із ким вона хоче бути – із матір'ю чи з батьком. Тим самим їй пропонується взяти на себе відповідальність, а разом із нею – і провину за надану «перевагу» одному з батьків. «Коли батьки втягують дитину в суперечку за опіку, то вони вкладають їй у руки ніж, яким вона у відчаї вбиває у своєму серці

одного з батьків. У цей час вона коїть щось таке, за що, можливо, мститиметься собі й іншим протягом усього життя».

5. Слід пам'ятати, що діти (особливо молодші за віком) сприймають ситуацію, орієнтуючись на реакцію дорослих. Якщо мати вважає розлучення трагедією, то й дитина, наймовірніше, також відчуватиме себе відповідно. Безумовно, рекомендація батькам у разі подібних обставин «зберігати спокій» може видатися наївною. Але варто хоча б заради дитини не фіксувати увагу на негативних аспектах ситуації, думати більше про можливості, які несе майбутнє. На наше переконання, дітей травмує не лише відкритий прояв батьками негативних емоцій, а й придушення цих емоцій, удаваний спокій, байдужість. Такі реакції також сприяють домислюванню дітьми масштабів проблеми.

6. Бажано допомогти дітям виразити свої емоції, обговорити їх, допомогти усвідомити джерело їх походження. Пояснення, що в такій ситуації доречними можуть бути і злість, і розгубленість, і розпач, допоможе дітям хоча б не звинувачувати себе за «неправильні» емоції. Спокійна, співчуваюча реакція на емоції дитини продемонструє їй прийняття батьків. Розмова з дитиною про те, що вона відчуває, допоможе з'ясувати, які необґрунтовані уявлення криються за її почуттями, прояснити деякі її страхи та тривоги, заспокоїти її.

7. Створення нової сім'ї не перекреслює психологічні наслідки розлучення, але може дати дитині нові можливості, частково компенсувати втрачені раніше. Існує велика кількість бар'єрів, які потрібно подолати, щоб повною мірою використати шанс, що надається новими партнерськими стосунками того з батьків, із яким залишилася дитина. Через ці бар'єри новий шлюб батьків стає черговим приводом для звернення до дитячих психологів і психіатрів.

Але, якщо пощастить створити нові стосунки, дитина (у випадку, коли вона, наприклад, залишилася з матір'ю) може отримати:

- людину, яку вона зможе любити та яка любитиме її;
- об'єкт, стосовно якого можна набувати своєї статевої тотожності, наслідуючи його поведінку або поведінку матері щодо нього;
- модель нормальних гетеросексуальних стосунків;
- об'єкт, стосовно якого можна вчитися стосунків у «тріїці» (див. вище);
- усвідомлення того, що можливий «новий початок» навіть після великих негативних переживань, спричинених ускладненнями в стосунках зі значущими людьми.

8. Бажано, щоб у новій сім'ї новий партнер зайняв те місце, яке справжній батько більше не утримує. «Він не має права намагатися замінити батька або стосунки, які розвинулися між батьком і дитиною після розлучення. Як мати, так і її новий чоловік повинні розуміти, що вони з їх «новим початком» не можуть виключити стосунки між дитиною й батьком. Нова сім'я – це сім'я, у якій – мінімум чотири члени, а це приносить усім: дитині, вітчимові, матері й батькові (відсутньому) – відчуття проблеми й конфлікту. Але тільки в цьому випадку можуть справдитися надії, пов'язані з новим союзом, і не лише для дитини, але й для матері як для жінки».

Деякі наслідки розлучення для дитини неможливо передбачити й уникнути їх ще й тому, що батьки, які мали б це зробити, є виконавцями ролей у цій самій драмі розлучення. Вони не є режисерами цих ролей. Кількість сюжетних ходів у цій драмі обмежена, деякі аспекти стосунків залишаються поза усвідомленням, адже всі події виявляються надто «емоційно зарядженими». Свобода виконавців обмежена «минулим ходом подій, які неможливо стерти певними правилами, виконавцями інших ролей, які, між тим, переслідують інші цілі, і власним підсвідомим». Саме тому в ситуації розлучення корисною буває допомога професіонала, сторонньої незацікавленої особи – дитячого психолога, сімейного психотерапевта [58].

6.3. Психологічна допомога сім'ям у разі сексуальних проблем

Причини виникнення сексуальних проблем

Основна причина сексуальних проблем прихована в психічній напрузі, тривожності, внутрішніх конфліктах, оскільки сексуальна сфера людини особливо чутлива до емоційних стресів.

Терміни «секс» і «сексуальність» часто використовують як синоніми, але їхнє значення різне. Це важливо знати, якщо використовувати такі поняття у своїй професійній роботі. Секс означає механічне здійснення статевого акту. Сексуальність охоплює всю гаму відчуттів: від чуттєвого збудження до переживання інтимності.

Мета сексуальної поведінки, згідно з нашими культурними нормами, є осмислення любовних стосунків, що дають насолоду й глибоке розуміння іншої людини. Нормальна сексуальність охоплює широкий спектр статевої поведінки. Інколи навіть важко виявити точну межу між нормальною та ненормальною сексуальністю.

Найбільш поширений розлад у чоловіків – імпотенція, чи статеве безсилля, яке проявляється в неможливості досягнути повної ерекції під час статевого акту.

Як тимчасовий розлад, імпотенція трапляється доволі часто. Виникає захворювання через органічні чи психологічні фактори. У першому випадку патогенний вплив може виявити використання гормональних препаратів, деякі соматичні захворювання, неврологічні порушення. У другому випадку, зазвичай, виявляються дизгармонія стосунків із партнеркою, підвищена тривожність, хронічне почуття провини й сорому.

Інший розлад, який часто притаманний чоловікам, – дуже рання еякуляція. Її причини переважно психогенні, найчастіше нерозв'язанні сексуальні конфлікти, хоча інколи суттєву роль відіграє надмірна втома.

Найбільш поширений розлад жіночої сексуальності – фригідність, або статева холодність, важлива особливість якої – часткова чи повна відсутність сексуального задоволення. Цей розлад не заперечує можливості власне статевих стосунків. Етіологія фригідності найчастіше психогенна, пов'язана з негативними почуттями стосовно сексуального акту. Фригідності можуть бути супутні соматичні розлади, наприклад вагінізм.

В обох статей сексуальний розлад може проявлятися у формі гіперсексуальності. При цьому розладі людину постійно мучать думки й фантазії сексуального характеру. Жіночу гіперсексуальність інколи називають німфоманією, а чоловічу – сатириазисом.

Під сексуальними відхиленнями розуміють соціально неприйнятні форми сексуальної поведінки. Поки що немає єдиної думки про причини сексуальних відхилень, їхнє походження пояснюють органічними захворюваннями й генетичними факторами, порушеннями гормонального обміну, а також психологічними травмами, особливо на ранньому періоді розвитку.

Розрізняють два типи сексуальних відхилень: за вибором і за метою сексуального потягу.

Фетишизм – піднесення до культу сексуального об'єкта предметів одягу чи частин тіла характерне для чоловіків.

Педофілія – патологічний сексуальний потяг до дітей. Зазвичай, педофіл має мазохістські нахили та є імпотентом. Дитина трактується як незагрожуючий сексуальний об'єкт.

Трансвестизм – сексуальне задоволення від переодягання в одяг протилежної статі або прийняття ролі особи іншої статі. Частіше спостерігається серед чоловіків.

Ексібіціонізм – сексуальне задоволення від демонстрації своїх статевих органів перед особами протилежної статі. Означає компенсаторне бажання підтвердити свою сексуальність, частіше трапляється в чоловіків. Переляк жертви – обов'язкова умова сексуального задоволення.

Вуаєризм – статеве відхилення, протилежне ексгібіціонізму, коли задоволення настає від спостереження за оголеною особою протилежної статі. Це і є кінцевою метою сексуальних намагань.

Оскільки ставлення до гомосексуалізму в багатьох країнах швидко змінюється, його виокремлюють серед сексуальних порушень і відхилень. Гомосексуалізмом називають статеві контакти з особами однієї статі. До гомосексуалістів належать і бісексуали, які підтримують статеві контакти з особами обох статей.

Завдання консультанта

Як починати бесіду про сексуальні проблеми? Якщо навіть ці проблеми є основною причиною звернення, клієнт не завжди прямо говорить про них. Варто також урахувувати, що нерідко клієнти із сексуальними розладами готові вільно розмовляти з консультантом про свої інтимні стосунки. Тому вивчення сексуальності клієнта почасти починаються зі стандартного питання або своєрідної гри консультанта й клієнта: «Що ви можете розповісти про своє статеве життя?», «Все добре», «Нормально». Однак консультант не повинен задовольнятися такою поверховою відповіддю, потрібні уточнювальні запитання: «Що означає «добре»?», «Що є для вас нормою в статевому житті?». Таким способом ми даємо клієнтові зрозуміти, що коротка відповідь можлива, але недостатня. Як згадувалося, навіть якщо клієнт звертається не через сексуальні проблеми, більшість психологічних проблем тісно пов'язані з сексуальною сферою. Тому коли клієнт не говорить про свою сексуальність нічого, консультант повинен навести його на цю думку: «Ви нічого не розповісте про своє сексуальне життя?». Таке зауваження буває більш цінним, ніж запитання. Якщо клієнт відповідає питанням: «А що ви хочете дізнатися?», зауваження можна перефразувати в запитання: «Чому ви нічого не говорите про статеве життя?». Заперечуючи обговорення цих питань, не слід виявляти натиску, однак

потрібно наголосити, що без такого обговорення значно важче зрозуміти інші проблеми.

Консультування клієнтів із сексуальних проблем буває трьох видів: сексуальна освіта, формування адекватної сексуальної поведінки й сексотерапія.

Освіта є процесом, який містить фактичну інформацію про сексуальність і в якому заохочується зміна настанов стосовно неї. Сексуальна освіта та власне консультування, зазвичай, відбуваються разом.

Більшість людей мають своєрідне уявлення про те, що є нормальним і ненормальним у статевому житті, та це розуміння почасти зумовлено міфами. Багато із них інтерпретують статевий акт і розподілення ролей у ньому.

Ось деякі з них:

- чоловік завжди прагне до статевих стосунків, а жінка – ні;
- чоловік за природою агресивний, володіє сильною потенцією, а жінка – пасивна;
- чоловік завжди повинен бути ініціатором статевих стосунків;
- двоє партнерів повинні одночасно відчувати оргазм;
- у чоловіків завжди повинна бути ерекція й еякуляція;
- чоловік не повинен впливати на здатність жінки відчувати оргазм;
- статеві стосунки можливі лише в певний час за наявності відповідних умов;
- у сексі існують прийнятні й неприйнятні позиції.

Деякі люди керуються сексуальною міфологією й почуваються нещасними, якщо їхнє статеве життя не відповідає стереотипним уявленням. Дуже важливо, щоб сам консультант не був під впливом усіляких міфів.

Допомога клієнтам у звільненні від міфів і стереотипів – дуже важливий аспект консультування із сексуальних проблем.

Існує дев'ять правил сексологічного консультування:

1. Консультант не повинен бути обтяжений власними сексуальними проблемами.
2. Консультант повинен уміти вільно й відверто говорити про сексуальні проблеми.
3. Консультант у деяких випадках має першим почати розмову про можливі сексуальні проблеми клієнта.
4. Консультант повинен уміти інтерпретувати сексуальні проблеми, коли клієнт показує їх у замаскованому вигляді.

5. Консультант повинен бути добре обізнаний із різними питаннями сексуальності людини.

6. Спілкуючись із підлітками та юнаками, консультант повинен мати на увазі, що їхні знання про сексуальність можуть бути неповними й викривленими.

7. Консультант мусить розуміти межі своїх можливостей. Не слід займатися сексотерапією без спеціальної підготовки.

8. Консультант повинен знати, у яких випадках направляти клієнта до інших спеціалістів.

9. Консультант повинен відмовитися від засуджувальних оцінок стосовно сексуальної поведінки й достоїнства клієнта.

Сексотерапія ґрунтується на таких принципах:

- відповідальність за власну поведінку;
- сексуальна розкутість;
- вивчення різних форм сексуальної поведінки;
- поглиблення усвідомлення своїх почуттів і фантазій при спілкуванні з протилежною статтю;
- структурна перебудова поведінки.

Сексотерапія найчастіше використовується при імпотенції, дуже ранній чи запізній еякуляції, порушеннях оргазму й вагінізму.

6.4. Консультування сім'ї, де є проблема uzалежнення від алкоголю

Причини алкоголізму

Алкоголізм – це одна з найважливіших соціальних проблем сучасності, медичних і, зрештою, одна з найскладніших проблем психологічної допомоги.

Причини алкоголізму намагаються пояснити по-різному, а остаточного пояснення не існує. Одні науковці вважають, що алкоголізм можна діагностувати, коли вживання алкоголю порушує здоров'я й стає потрібним для підтримування нормальної активності. Інші вчені стверджують, що алкоголізм належить до особистісних порушень, які проявляються в психічній і фізичній залежності. Треті називають алкоголізм процесом уживання алкоголю, змінами психічного стану, що створює проблеми в стосунках із членами сім'ї, родичами, друзями, співробітниками та сприяє вчиненню протиправних дій. В останньому випадку абсолютна кількість уживаного алкоголю не дуже важлива.

Дослідження особистості алкоголіків засвідчують, що більшість із них емоційно незрілі, ні від кого не залежні й пасивні. Через низький

поріг чутливості вони постійно відчують потребу в зменшенні тривожності. До вживання алкоголю, з одного боку, спонукає й те, що він полегшує прояв почуттів, у т. ч. ворожих, сексуальних та ін. З іншого боку, після епізодів інтенсивного пияцтва почасти проявляється почуття провини й бажання позбутися поганого настрою знов спонукає до вживання алкоголю.

Усі сім'ї, де є зловживання алкоголем чи іншими психотропними речовинами, є дисфункційними. Незважаючи на зовнішні відмінності життя такої сім'ї (матеріальний та освітній рівні подружжя, його соціальний статус, події й обставини), сутність того, що відбувається, така сама. Ці сім'ї постійно переслідують напруженість, тривога, відчуття хаосу й непередбаченості, душевний біль. Емоційні потреби дітей не задовольняються, оскільки батьки недоступні для них або фізично (наприклад батько, який полюбляє випити з друзями, мало буває вдома), або емоційно (наприклад коли тверезий батько думає про те, де б йому випити, а мати поглинута думками про те, як стримати чоловіка від п'ятики).

Алкоголь стає центром сім'ї, навколо якого зосереджені всі думки, почуття, дії та вчинки інших членів сім'ї. Незважаючи на те, що в сім'ї п'є лише один із батьків, алкоголізм є сімейною хворобою. Це пояснюється тим, що поведінка алкоголіка так деформує стосунки, так впливає на емоційний клімат сім'ї, що хворими стають і всі близькі люди, які живуть із ним під одним дахом, турбуються про нього й люблять його.

Н думку Н. Ю. Максимової, у нас найбільш розповсюджений тип сімей, узалежнених від алкоголю, де зловживає спиртним чоловік, а дружина намагається його врятувати, навернути на правильний шлях. Таку сім'ю слід називати узалежненою від алкоголю, оскільки дружина в такій сім'ї постає співузалежненою від алкоголізму чоловіка, і саме це є причиною хворобливої прив'язаності до нього, саме це спонукає дружину терпляче ставитися до образ, принижень, побоїв та інших видів насильства з боку чоловіка [42].

Проблема алкоголю в сім'ї та феномен співузалежнення

Співузалежнення – це особистісне новоутворення, що розвивається в дружин алкоголіків як наслідок довготривалого підпадання стресу й сконцентрованості на проблемах чоловіка, аж до самозречення та ігнорування своїх зобов'язань стосовно дітей. Таке розповсюджене явище, як прив'язаність дружини до чоловіка-алкоголіка, пояснюється

феноменом співузалежнення. У дружин алкоголіків розмиті межі свого «Я». Вони так поглинені відповідальністю за свого чоловіка, що нехтують собою, пригнічують свої потреби й почуття, ніби «заморожують» їх. Це сприяє підвищенню бар'єра переносності емоційного болю.

Незважаючи на постійні конфлікти, сварки, негативні переживання (страх, гнів, сором, тривога, відчай), співузалежене подружжя тісно пов'язане в емоційному відношенні. Співузалежнення – це такий психологічний феномен, що спричиняє симбіотичні стосунки між близькими людьми. Стосунки ці дисгармонійні, руйнівні для обох, але водночас подружжя не може їх припинити.

Ототожнення себе з чоловіком призводить співузалежену дружину до того, що вона страждає за обох. Оскільки алкоголізм сприймається в нас як ганьба, дружина соромиться через поведінку чоловіка рівнозначно настільки, якби це була її поведінка. Боячись приниження, засудження оточуючих, дружина з усіх сил намагається приховати пияцтво чоловіка. Алкоголізм – це велика таємниця сім'ї. «Ніхто не повинен здогадатися про те, який жах коїться в мене вдома. Чим гірші стосунки в мене з чоловіком, тим вище я тримаю голову на людях, жартую й сміюся голосніше», – така лінія поведінки співузалежнених дружин. Вони намагаються виправдати чоловіка перед родичами, вишукують причин, щоб вибачити його поведінку; телефонують на роботу та повідомляють, що він хворий, коли він п'яний; стежать за тим, щоб зовнішній вигляд чоловіка не виявив його пияцтва; просять чоловіка, щоб він краще пив удома тощо.

Необхідність вести подвійне життя (на роботі грати роль щасливої жінки, коли вдома – пекло) поступово змушує співузалежену дружину до звички говорити неправду. Вона обманує не тільки сторонніх, а й дітей, чоловіка, вважає, що лише неправда врятує її в скрутних ситуаціях.

Напрочуд легко дружини алкоголіків дозволяють обманювати й самих себе, повіривши черговим обіцянкам чоловіка про те, що він більше не питиме. Співузалежненим дружинам притаманна афективність сприйняття – вони чують і бачать те, що хотіли б бачити та чути, вони вірять не тому, що є насправді, а тому, що відповідає бажанням. Цей деструктивний, руйнівний процес самообманювання й нечесності в міжособистісних стосунках зумовлює деградацію особистості. Однак така ситуація може продовжуватися протягом багатьох років.

Будучи в симбіотичному емоційному зв'язку з чоловіком-алкоголіком, дружина намагається захистити його від неприємностей і критики інших людей, оскільки сприймає його біль як власний. У тому, що чоловік п'є, вона звинувачує його друзів та колег, називає різні обставини, які «довели його до п'янки», наприклад неприємності на роботі, чвари у вирішенні житлового питання, невдачі сина в навчанні тощо. Подібно до того, як хворий на алкоголізм не бачить зв'язку між своїм пияцтвом і тими проблемами, які виникають як наслідок цього, так і співузалежна дружина заперечує безсилля чоловіка перед алкоголем. Вона вважає, що все залежить від бажання чоловіка, і ображається, коли його обзивають алкоголіком.

Прагнучи примусити чоловіка відмовитися від спиртного, дружина починає контролювати його поведінку, керувати ним і життям усієї сім'ї. Наприклад, вона вконує ту роботу, яку повинен у домі робити чоловік; намагається якомога більше заробляти грошей, щоб підтримати матеріальний стан сім'ї; контролює фінанси, приховуючи при цьому реальний прибуток, і не дає грошей чоловіку, щоб він не витрачав їх на горілку.

Намагаючись зберегти його соціальний статус, дружина докладає всіх зусиль, щоб чоловік утримався на роботі, або ж влаштовує його на нову роботу; щоб заповнити дозвілля чоловіка, намагається знайти йому хобі, наприклад купує спортивний інвентар, фотоапарат, столярне приладдя тощо; використовує сексуальні відносини як засіб впливу на чоловіка. Нарешті, вона вмовляє його пити потроху, не ходити без неї до друзів, випиває разом з ним, щоб він так сильно не п'янів. Проте іншим разом вона, навпаки, кричить і сварить, плаче й загрожує, виливає горілку в раковину тощо [42].

Беручи на себе всю відповідальність за чоловіка, співузалежна дружина відчуває себе незамінною. Це, природно, підживлює її самоповагу та підвищує самооцінку – вона стає більш упевненою в тому, що чоловік без неї не зможе прожити. А в той самий час співузалежна дружина панічно боїться бути покинутою. Для неї незбагненне те, що чоловік зможе обійтися без неї. Перспектива розлучення з чоловіком лякає її, оскільки це руйнує всю її картину світу. Така амбівалентність почуттів притаманна дружинам п'яниць і в інших сферах стосунків. Вони часто вдаються від однієї крайності до іншої: від кохання до ненависті, від піднесеного настрою до депресії, від максимального контролю над життям сім'ї до повного ігнорування своїх обов'язків як матері, господині тощо. Тому поведінка спів-

узалежненої дружини часто непослідовна й суперечить елементарній логіці. Наприклад, вона завзято доводить чоловікові, що не можна бити дітей та кричати на них, а потім сама починає бити дітей і кричати на них; вона може категорично заявити, що більше не потерпить від нього образ і побоїв, а потім знову й знову терпить усе це; вона може погрожувати чоловіку, що покине його, якщо він не припинить випивати, але роками не виконує своїх погроз.

Дружина чоловіка-алкоголіка постійно відчуває такі емоційні стани, як сором, тривога, страх, нескінченний відчай (почуття безсилля, песимістичні думки про світ, почуття життєвої поразки); почуття образи на чоловіка, на себе, на дітей, на все на світі. Постійні переживання негативних емоцій спричиняють невротичні розлади та соматичні захворювання. Зазвичай, у дружин алкоголіків наявні неврози, депресії, дисфорії, афективні стани; вони страждають на захворювання травної системи (виразкові хвороби шлунка, коліти), гіпертонію, головні болі тощо.

Природно, що всі вищезазначені негативні наслідки співузалежнення дружин виявляються в їхніх стосунках із дітьми. Невипадково, що діти, коли батько-п'яниця не агресивний, у восьми з 10 випадків надають перевагу спілкуванню з ним, а не з матір'ю, яка зовсім не п'є. Це пояснюється тим, що мати, витримуючи величезні перевантаження, зовсім не має сил на те, щоб вислухати дітей, побавитися з ними; частіше вона буває втомленою, дратівливою, сварливою й непослідовою.

Отже, якщо в сім'ї один із подружжя хворіє на алкоголізм, то другий також хворий – на співузалежнення. У зарубіжній літературі цей термін так і називається – коалкоголізм. Схожість алкоголізму й співузалежнення виявляється в тому, що і те, й інше є хворобливим станом. Співузалежнення, як і узалежнення від алкоголю, призводить до моральної деградації людини, до порушення в емоційній, психічній та соматичній сферах. І при алкоголізмі, і при співузалеженні відзначається анозогнозія: чоловік не бажає визнавати себе алкоголіком; його дружина не може визнати, що її поведінка є співузалеженням й ускладнює дисфункцію сім'ї.

Особливості розвитку дитини в сім'ї, узалеженій від алкоголю

Для того щоб вижити в сім'ї, обтяженій алкогольним узалеженням, дитина повинна виробити відповідні установки й форми

поведінки. Оскільки така сім'я є дисфункційною, сформовані в дитини установки та форми поведінки будуть дезадаптивними.

Дослідження засвідчують, що для дітей, батьки яких – алкоголіки, ризик захворювання на алкоголізм винятково великий. Так, за даними різних авторів, частота алкоголізму трапляється до 86,7 % у синів та до 25 % у дочок, батьки яких зловживали алкоголем. Такий самий великий ризик і стосовно захворювання на наркоманію. Дослідження спадковості хворих на наркоманію засвідчили, що в них 35,8 % родичів (першого ступеня спорідненості) зловживали алкоголем. Це більше ніж утричі перевищує показники поширеності алкоголізму в популяції від 2 % до 10 %.

Однак алкоголізм та наркоманія не вичерпують усіх проявів дезадаптивної поведінки дітей з алкогольних сімей. Психопатії, межові психічні розлади, відхилення в особистісному розвитку й девіантна поведінка (від делінквентної до кримінальної) – ось список наслідків соціальної ситуації розвитку дитини в сім'ї, узалежненій від алкоголю. Природно, що частина цих наслідків може бути обумовлена впливом генетичних факторів, а частина – системою виховання в сім'ї.

Специфічність виховання дітей в алкогольній сім'ї визначається її дисфункційністю. Причиною дисфункційності є те, що все життя пов'язане з алкоголем: батько узалежнений від нього (психічно або вже й фізично), а мати співзалежнена від алкоголізму батька. Соціальна ситуація розвитку дитини в такій сім'ї, звичайно, виступає як похідна від поведінки й настрою батьків, від їхніх проблем. Розглянемо основні фактори, які впливають на формування особистості дитини в сім'ї, узалежненій від алкоголю.

Таємниця сім'ї

Той факт, що батько зловживає алкоголем, є, зазвичай, великою таємницею сім'ї. Дружина приховує це не тільки від зовнішнього світу, але й з усіх сил намагається приховати від дітей, особливо поки вони ще маленькі та, як вона вважає, нічого не розуміють. Своєю поведінкою, інколи словами, а частіше невербально (мімікою, жестами, інтонаціями) мати дає зрозуміти, що діти не повинні «виносити сміття з дому», що не можна будь-кому розповідати про те, що діється з батьком. Підростаючи, діти починають цікавитися таким станом у сім'ї, оскільки все погане в родині, пов'язане з алкоголізмом батька, приховати неможливо. Але мати ніколи відкрито не обговорює з дітьми головної проблеми сім'ї. Навіть слово таке, як «алкоголізм», не вимовляється,

оскільки мати, яка сама співузалежнена, не визнає батька хворим. Якщо, наприклад, дитина запитує, чому вчора тато прийшов так пізно, чому він кричав і лаявся, а мама плакала, найчастіше дитині не пояснюють, у чому справа. «Не думай про це, усе нормально», «Не втручайся в справи дорослих, ти ще малий», – приблизно так відповідає мати.

Поступово, спостерігаючи, як мати вигороджує батька, як вона постійно обманує всіх, приховуючи його пияцтво, дитина звекає до того, що брехня, виверти – це звичайний компонент життя. Вона все більше звекає до того, що дорослі говорять одне, а роблять інше. Наприклад, батько постійно обіцяє матері, що не питиме; синові – що піде з ним на рибалку тощо, але ніколи цього не виконує. Мати вимагає, щоб син завжди говорив правду, а коли він одного разу вирішив порадитись із нею, чи можна розповісти вчительці, що він не вивчив уроки, бо вони пішли з мамою від п'яного батька на весь вечір у кіно, то мама дуже злякалась і сказала, що напише до школи записку, ніби в сина боліла голова [42].

Дуже рано діти починають розуміти, що пияцтво – це сором, що люди осуджують п'яниць, зневажають їх, сміються над ними. Ось чому діти з усіх сил намагаються приховати те, що їхній батько п'є. Це пояснюється не тільки тим, що дитина любить батька, що повірити в «поганого тата» вона не в змозі. Навіть якщо дитина вже ненавидить батька, вона приховує його пияцтво, оскільки соромиться, уважаючи, що це заплямує всю сім'ю. Ось чому діти не можуть говорити відверто про свою родину ні з друзями, ні з учителями. Дитина боїться, що її зневажатимуть, що її будуть дражнити чи засуджувати. Навіть думка про це викликає нестерпний сором. Звідси – труднощі в спілкуванні: дитина напружено чекає тієї миті, коли хто-небудь із друзів скаже: «Давай сьогодні пограємось у тебе». Оскільки ніколи не знаєш, чи прийде батько додому п'яний, чи тверезий, то запросити до себе друзів – надто великий ризик бути розкритим, а тому – приниженим.

У житті сім'ї, узалежненої від алкоголю, так багато всього побудовано на брехні, що дитина починає втрачати орієнтацію, їй важко зрозуміти, що навколо реальне, а що ні. Спостерігаючи постійну розбіжність між тим, що відбувається в домі, і тим, що їм кажуть, діти починають не довіряти тому, що бачать, чують і відчувають. Намагання ніби не бачити того, що відбувається, носить нав'язливий характер. Це відбувається тому, що легше заперечувати дійсність, ніж дивитися правді в очі. Уся сім'я ніби бере участь у грі: «Давайте будемо прикидатися, що все добре, давайте все погане сховаємо й так будемо

захищені». Незважаючи на весь цей жах, слово «гра» тут справді підходить найбільше, оскільки серйозне ставлення означає визнати своє безсилля перед алкоголем і звернутися за допомогою.

У сім'ї, узалежненій від алкоголю, атмосфера характеризується хаосом, непередбаченістю. Постійності немає ні в чому: ні в поведінці батьків, ні в межах дозволеного, ні в турботі про дитину (і в побутовому аспекті, і в психологічному: увазі, емоційній близькості), ні в реакції батьків на поведінку дітей.

Відчайдушно намагаючись примирити найдорожчих для неї людей, дитина надає перевагу тому, щоб батьки краще сварили її, але разом жили дружно. Тому деякі діти неусвідомлено прагнуть того, щоб їх покарали, щоб батьки об'єдналися (навіть у розпачі) із приводу їхньої поганої поведінки.

Конфлікти, сварки, агресія та насильство теж є секретом сім'ї. Прямо, а частіше натяком мати дає зрозуміти дитині, що про це не можна нікому розповідати. Навіть якщо дитину побив п'яний батько, то вона звичайно приховує це, оскільки їй соромно за поведінку батька. Так може тривати роками.

Необхідність постійного переживання негативних емоцій і неможливість зізнатися комусь у своїх бідах (нагадуємо, що мати, будучи сама співузалежнена від алкоголізму чоловіка, не в змозі реально оцінити ситуацію; тому вона не обговорює з дитиною цих проблем), призводить до того, що почуття дитини ніби «застигають». З'являється своєрідна емоційна тупість, яка приглушує біль. Без цього дитині просто не вижити.

Непостійність, непередбаченість та хаос, що панують у сім'ї, обумовлюють і відсутність чітких обмежень для дитини. Дітям важко засвоїти, як потрібно поводитися, оскільки їхні вчинки оцінюються не об'єктивно, а залежать від настрою батьків, який, зі свого боку, залежить від проблем, пов'язаних з алкоголем. Наприклад, батько, перебуваючи в тверезому стані, уважний до сина, щось майструє разом із ним, ремонтує йому велосипед тощо. Відчуваючи провину через своє пияцтво, тверезий батько навіть занадто поблажливий: дає змогу прогуляти школу, не сварить за «двійки», купляє цукерки тощо. Однак напившись, батько стає агресивним, він із лайками проганяє сина, який просить пояснити задачу, може побити його за «двійку», пропуск занять у школі або розбити той самий велосипед через те, що син заступився за матір. Мати теж буває різною: інколи – веселою, привітною, а найчастіше – напруженою, стривоженою, заплаканою або

роздратованою й злою – тоді краще до неї не підходити й узагалі не потрапляти на очі.

Суперечлива поведінка може виявитися навіть однією дією. Це буває у випадку неконгруентного спілкування, тобто коли слова не відповідають інтонації, рухам та іншим засобам невербальної комунікації. Наприклад, дитина зі сльозами прибігла до матері зі скаргою на батька: «Ну що я поганого зробив, чому він накричав на мене?» – «Не плач, ти гарний хлопчик. Але краще йди звідси, йди погуляй надворі», – відповідає мати, відштовхуючи його руками. Таке змішане повідомлення, тобто інформація, яка несе подвійний зміст, викликає стан розгублення. Якби мама притиснула його до себе, розпитала, що і як відбувалося, розібралася разом із ним у ситуації, пояснила, що до чого, а потім утішила, підбадьорила, син би почувався захищеним, потрібним мамі. Але коли вона одночасно ніби втішає, але й відштовхує, проганяє від себе, дитина не знає, якій частині повідомлення вірити. У сина виникає думка, що мати насправді не любить його, що він обтяжує її життя, що він нікому не потрібний.

Розмитість, нечіткість меж, які визначають поведінку дитини, відсутність традицій, норм і правил у сім'ї, суперечливі стосунки батьків – усе це позбавляє дитину твердої психологічної основи, стабільності, моральних орієнтирів поведінки. Постійне відчуття заплутаності, безпорадності, роз'єднаності з найближчими людьми, беззахисності позбавляє дитину надійного морально-емоційного фундаменту. Але без цього неможливо навчитися пізнавати себе, приймати рішення, учитися долати труднощі [42].

При наданні психологічної допомоги членам алкоголезалежної сім'ї слід ураховувати, що такі клієнти не тільки ретельно приховують це від усіх, а й «виштовхують» зі своєї свідомості. Якщо сімейний консультант навідними запитаннями все ж з'ясував основну проблему й висловив припущення про алкоголізм, то першою реакцією сім'ї буде бурхливе заперечення. Проте в ході обговорення фактів (на етапі тлумачення) родина з полегшенням розкриє «таємницю» й тоді можна починати роботу з пошуку спільного розв'язання її проблеми.

Завдання консультанта

1. Стратегія й тактика роботи консультанта зумовлена розумінням причин алкоголізму.

Деякі консультанти розуміють алкоголізм як шкідливу звичку, слабкість характеру. Серйозної причини для випивки ніби й немає –

просто п'ють, тому що подобається, не вистачає сили волі, хтось розсердив, неможливо опиратися впливу друзів або просто так вийшло.

2. Консультант при такому підході відверто говорить клієнтові, що він думає про алкоголіків узагалі й конкретно про клієнта, а також пояснює, що той повинен робити. Зрозуміло, що слід перестати пити, більше часу приділяти сім'ї, роботі, знайти хобі тощо. Інколи настанови дають хороший безпосередній ефект – клієнт перестає пити й починає «нове життя». Проте слід пам'ятати, що алкоголікові неважко на деякий час покинути пити. Він кидає пити десятки й сотні разів із різних причин. Інколи буває збіг із «виховними» зусиллями консультанта – і перерва в питті триває дещо довше. Якщо випивка супроводжує гостре почуття провини, зусилля клієнта можуть зменшити переживання й потреби у випивці значно зменшаться. Проте проблема лишається – через деякий час клієнт, як правило, починає знову пити.

Висування на перший план психологічних факторів зумовлено перевагами психологічної допомоги при алкоголізмі перед біологічною терапією. Однак вибір способів конкретної допомоги алкоголізму залежить від обізнаності консультанта в проблемі алкоголізму. Наприклад, консультант буває обтяжений негативними переживаннями у зв'язку з алкоголізмом рідних чи сам зловживає алкоголем. Це впливає на його настанови. Він може відчувати антипатію до алкоголіка й не бачити в ньому людини. Відсутність співчуття дає змогу встановити з клієнтом продуктивний консультативний контакт. У таких випадках слід відмовитися від роботи, тому що для успішного консультування за неадекватною поведінкою алкоголіка варто все ж побачити його особистість.

3. Консультанти, котрі вбачають проблеми пияцтва в життєвих турботах, у намаганні втікти від важкої реальності, усю свою енергію спрямовують на розкриття труднощів і проблем, яких уникають клієнти.

Більшість клієнтів охоче говорять про свої труднощі: тяжке, бездомне дитинство і юність, невдалий шлюб, проблеми на роботі й т. ін. Це почасти викликає співчуття, навіть бажання конкретно допомогти (дати грошей, щось купити, знайти житло). Доброчинність консультанта інколи має безпосередній ефект, але, зазвичай, не надовго.

4. Консультант повинен бути люб'язним із клієнтом, проте не м'якосердим, оскільки легко можна стати жертвою маніпуляцій

клієнта, бо алкоголіки відзначаються вмінням викликати співчуття, залучати на свій бік та утримувати консультанта на безпечній відстані.

Убачаючи причини алкоголізму тільки в життєвих труднощах, ми часто не враховуємо суттєвий фактор – внутрішні конфлікти, страх перед самим собою. Більшість алкоголіків, незважаючи на чутливість до критики, мають низький рівень самооцінки. Безмірне пияцтво часто викликає ненависть до себе й бажання до самознищення.

5. Консультанту потрібно звернути увагу на сексуальну сферу алкоголіка. Хворим на алкоголізм властиві страхи з приводу статевої потенції й узагалі повноцінності свого статевого життя. Оскільки алкоголік багато часу проводить в одностатевій компанії, у нього можуть виникнути страхи через мастурбації чи гомосексуальні бажання.

6. Розкрити суть внутрішнього світу свого клієнта нелегко й навіть ризиковано. Клієнт, усвідомивши, що його страхи, таємниці статевого життя доступні сторонній людині, може відчувати напади та починає агресивно реагувати на консультанта, а потім ще більше пити.

Хоч і парадоксально, але саме так алкоголік сприймає поверховий підхід консультанта, намагання уникнути обговорення гострих питань і відмову від проникнення до його внутрішнього світу.

Консультант, по суті, опиняється в безвихідному становищі – що б він не робив, усе закінчується одним результатом – поверненням клієнта до алкоголю. Це вражає професійне самолюбство та є однією з головних причин відмови консультантів у допомозі алкоголікам.

7. У роботі з алкоголіками, на думку Вігої, консультант повинен урахувати дві важливі речі. По-перше, відмовитися від професійної зарозумілості, тобто не думати про свою силу й владу над клієнтом і не жадати його безкінечної вдячності, перестати гордитися своїми успіхами. По-друге, слід ясніше усвідомити схильність алкоголіків підтримувати й ще більше роздмухувати «авторитет» консультанта, щоб потім «підірвати» його. Якщо консультант знає про це, то для нього менш болючою є спроба клієнта зачепити його самолюбство, а крім того, він спокійно реагуватиме на запобігання клієнта, убачаючи в них лише спосіб опиратися консультуванню, а отже, імовірно продовження самознищення.

8. Консультант має враховувати деструктивність алкоголіка стосовно самого себе. Опираючись консультантові, алкоголік уникає саморозуміння. Оскільки самодеструктивна тенденція становить ледве не суть проблеми алкоголізму, слід усіляко виставляти її перед

клієнтом. Не усвідомивши бажання до самознищення, клієнт не зрозуміє причини своєї пристрасті до алкоголю.

Дуже важливо, чи усвідомлює алкоголік, що руйнує сім'ю й життя рідних. Варто наголошувати на надуманому, хоч і не усвідомленому характері бажання вживати алкоголь, що частково виявляється в ухиленні від зусиль консультанта.

9. Консультант повинен не лише пояснити суть нинішніх дій клієнта, а й передбачити його поведінку після припинення консультування і чим усе закінчиться. Передбачення, засновані на реаліях життя клієнта, дають йому змогу визначити точку відліку – коли багато з того, про що говорив клієнт, почне збуватися, тоді він зможе спокійніше подивитися на своє минуле без зайвої озлобленості й вини. Така тактика консультанта значно ефективніша, ніж моралізаторство.

Працюючи з алкоголіком, консультант повинен враховувати такі принципи:

1) по-перше, консультування має відбуватися тоді, коли клієнт не зловживає алкоголем;

2) по-друге, контакт із клієнтом-алкоголіком дещо амбівалентний, оскільки залежність від консультанта часто підмінюється ворожим, маніпулятивним ставленням до нього. Консультантові доводиться підсилювати залежність клієнта від себе, замінюючи нею залежність від алкоголю, яку алкоголік схильний заперечувати. Він думає, що може контролювати і своє пияцтво, і життя загалом, хоча насправді все навпаки;

3) по-третє, консультант зобов'язаний розібратись у своїх реакціях контрперенесення стосовно клієнта. Під час роботи з алкоголіком почасти виникає почуття безнадійності, оскільки здається, що затрачені зусилля даремні. Консультант повинен чітко розуміти, що він не в змозі одразу й назавжди зупинити пияцтво алкоголіка. Він може лише допомогти алкоголікові прагнути до тверезості, але не здатен примусити його облишити пити. Клієнт лише власними зусиллями може повністю звільнитися від пияцтва. Розуміючи дійсність, консультант повинен визначити допустимі межі негативних впливів клієнта й умови, за дотримання яких можливе консультування. Якщо умови не будуть прийняті, консультування потрібно припинити, але все ж лишити шанс для повернення клієнта.

Напевно, найкращих результатів у допомозі алкоголікам досяг поширений у всьому світі рух «Анонімні алкоголіки» (АА), що

використовує програму «12 кроків». Програма «АА» стосується самої серцевини проблем алкоголіка – страху перед собою.

Часто алкоголік власну настанову стосовно допомоги виражає словами: «Ви не зможете мені допомогти. Я п'ю щоденно, утратив роботу, мене залишила дружина й діти». Цим він хоче наголосити на власному падінні, деструктивності власної поведінки, а головне – сказати, що простий смертний йому не в змозі допомогти. Учасники «АА» на своїх зібраннях переконують алкоголіка, що в його поведінці немає нічого страшного й така вже його доля, що серед них він стане іншою людиною. Вони говорять: «Подивися на нас. Ось він почав пити в чотирнадцять років і три рази сидів у тюрмі, а цей поміняв двадцять місць роботи, і дружина не лише залишила його, а й покінчила собою».

Так до алкоголіка повертається відчуття й надія, що навіть якщо він є «знищеною» людиною, щось можна змінити, якщо визнати себе хворим.

Члени груп «АА» не нав'язують свою допомогу: алкоголік повинен прийти сам і попросити допомогу. Для того, щоб це сталося, потрібно досягти межі падіння, котра в кожного своя, опинитися в кризі, коли стає зрозуміло, що проблема всередині, що ти став рабом алкоголю й без сторонньої допомоги не вибратися. «АА» готові допомогти в будь-якому випадку, незалежно від глибини падіння.

Дуже важливий психологічний фактор програми «АА» – вимога до новачка більше говорити про себе, особливо про те, який він поганий. Така «самопрезентація» допомагає йому виявити почуття провини, висловити те, що накопичувалося роками й про що він не смів говорити, у чому боявся зізнатися навіть собі. Тут суттєвою є не стільки можливість висловитися, скільки відсутність спроб осудження, бо ніхто не намагається здаватися кращим. Це дає велику впевненість у підтримці своїх друзів по нещастю.

Дуже важливий пункт програми «АА» – повернення до віри в Бога, «наскільки я його розумію». Це допомагає уникнути найбільшої тривожності.

Програма «АА» дає змогу також відновити міжособистісні контакти, котрі в минулому житті алкоголіка, зазвичай, були беззмістовними й одноманітними.

Інколи важко пояснити, чому той, хто приєднався до «АА», перестає вживати алкоголь. Думають, що це трапляється через ідентифікацію до себе подібного. Визнаючи в інших ті самі проблеми, легше поводитися так само й глибше зазирнути у власну внутрішню

сутність. В ефективності «АА» суттєво те, що член «АА» залишається тверезим, коли допомагає іншим, докладає зусиль заради інших. Зміцнюючи інших, новоприбулих учасників груп «АА», він сам набирається сил.

6.5. Психологічна допомога при насиллі в сім'ї

У загальному вигляді насилля визначається як примусовий вплив на будь-кого. Найбільш поширена класифікація видів насилля та, яка ґрунтується на характері насильницьких дій. Вона включає фізичне, сексуальне, психологічне (емоційне) та економічне насилля.

Досвід свідчить, що більшість потерпілих від сімейного насильства (за даними дослідників США, близько 95 %) становлять жінки й дівчата. Тому часто проблема насильства в сім'ї ототожнюється з проблемою насильства над жінкою. Згідно з даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, проти кожної п'ятої жінки світу хоч раз у житті скоєно насильство. Отже, кожна п'ята жінка хоча б один раз у житті зазнає биття або зґвалтування.

Насильство в сім'ї – це будь-які умисні дії фізичного, сексуального, психологічного чи економічного спрямування одного члена сім'ї стосовно іншого, якщо ці дії порушують права й свободи члена сім'ї як людини та громадянина й наносять йому моральної шкоди, шкоди його фізичному чи психічному здоров'ю. Виокремлюють такі різновиди насильства в сім'ї:

Фізичне насильство – умисне нанесення одним членом сім'ї іншому побоїв, тілесних ушкоджень, що може призвести або призвело до смерті постраждалого, порушення фізичного чи психічного здоров'я, нанесення шкоди його честі й гідності. Часто фізичне насильство визначають дії, перелік яких наведено в додатках.

Сексуальне насильство – протиправне посягання одного члена сім'ї на статеву недоторканість іншого члена родини, а також дії сексуального характеру щодо неповнолітнього члена сім'ї. Воно включає щодо дорослих будь-який сексуальний акт або сексуальну поведінку, що нав'язується партнерці проти її волі; слід особливо звернути увагу, що стосовно неповнолітніх будь-які дії сексуального характеру визначаються як насильницькі.

Психологічне насильство – насильство, пов'язане з дією одного члена сім'ї на психіку іншого члена сім'ї шляхом словесних образ або

погроз, переслідування, залякування, приниження, що може завдати шкоди психічному здоров'ю. Воно має такі прояви: використання лайливих слів, крику, необґрунтованої критики травмує самооцінку партнера; вияв бруталності стосовно родичів, друзів партнера, їх образи з метою принизити партнера; спричинення шкоди домашнім тваринам, особистим речам партнера, щоб залякати; обмеження свободи дій і пересувань, спілкування партнера; крайні вияви ревностів. Значне місце в психологічному насильстві належить погрозам фізичного насильства, позбавлення фінансової підтримки, розлучення або фізичної невірності, погрозам самогубства тощо.

У психологічному насильстві можна виокремити вербальне та невербальне насильство, тобто таке, що може відбуватися взагалі без слів – дати жертві відчуття себе приниженою або тримати її в атмосфері страху за допомогою міміки, пози, поглядів, інтонацій.

Економічне насильство – умисне позбавлення одним членом сім'ї іншого члена житла, їжі, одягу та іншого майна чи коштів, на які постраждалий має передбачене законом право, що може викликати порушення фізичного чи психічного здоров'я.

Насильство над жінкою

Насильство в родині призводить до таких наслідків для жінки: спочатку, зазвичай, чоловік вимагає, щоб дружина покинула роботу. Отже, вона стає економічно залежною від нього; потім він ізолює її від друзів, рідних, забороняє спілкуватися з ними. Постійне психологічне насильство призводить до розладів сну й харчування; до проблем із концентрацією уваги (жінці важко зосередитися); до почуття безпорадності; до депресій, спроб самогубства та навіть психічних розладів (неврози, психотичні реакції тощо).

У разі фізичного насильства до цього слід додати тілесні ушкодження або каліцтво жертви, навіть смерть.

Що ж прив'язує жертву до насильника?

Причини, що не дають змогу жінці піти від свого кривдника, як правило, утворюють цілі комплекси – від економічних до соціальних і психологічних.

Жінка часто матеріально залежна від чоловіка й потребує матеріальної підтримки для виховання дітей. На фоні загальної економічної скрути та масового безробіття вона може вважати себе беззахисною й економічно прив'язаною до чоловіка. Жінку може утримувати також неможливість знайти інше помешкання для себе та

своїх дітей. Часто вона не хоче позбавляти дітей батька або вважає, що самій важко буде виховувати дітей.

Зазначене вище пояснює, що консультування такої сім'ї часто відбувається з використанням технік кризового консультування. У цьому разі слід з'ясувати, наскільки вірогідною є загроза життю та здоров'ю жінки. Для цього сімейний консультант може орієнтуватися на виконання такого плану.

1. Визначити конкретні форми нападу, на які наражається жертва.
2. Вивчити тактику кривдника.
3. Оцінити небезпеку на поточний момент.
4. Розробити план забезпечення безпеки.

Н. Ю. Максимова пропонує такі елементи планування забезпечення безпеки [42].

Щоб оцінити ступінь небезпеки, треба з'ясувати в жінки, чи боїться вона кривдника. Часто на це пряме питання жінка не дає чіткої відповіді. Тоді можна поставити дотичні питання, наприклад, чи змінює вона свою поведінку на вимогу чоловіка, навіть якщо вона не згодна з ним? Чи обмежує вона свої дії через те, що боїться чоловіка? Як часто вона підкоряється, аби уникнути суперечки?

Треба уважно поставитися до таких обставин: жінка припинила зустрічатися з друзями або з членами сім'ї, бо її чоловік не хоче, щоб вона з ними бачилася; жінка боїться поскаржитися на кривдника, оскільки погрози чоловіка спрямовані на дітей (він погрожує позбавити її права виховувати дітей, говорить, що вкраде або вб'є їх); жінка має заляканий, знервований, хворобливий вигляд тощо.

Слід пам'ятати, що дії кривдника можуть бути небезпечними й призвести до смертельного фіналу. Треба звернути особливу увагу на повторний характер нападів, на тактику кривдника, на зміни в його поведінці, на те, який вплив усе це має на дружину, як вона сама оцінює небезпеку ситуації.

Насильство над дітьми

Насильство над дітьми можна розглядати в рамках чотирьох категорій, одна з яких, хоча і не є насильством у прямому значенні цього слова, але також має шкідливий вплив на дітей. Співробітники правоохоронних органів, педагоги, соціальні працівники, психологи повинні мати базові знання про ці категорії:

- ***Нехтування*** – хронічна нездатність батьків забезпечити основні потреби дитини у відповідній їй віку турботі, їжі, одязі, житлі,

медичному догляді, освіті, захисті та вихованні. Це ставлення – результат безвідповідальності дорослих. Воно варіюється від випадків, коли батьки залишають дитину одну вдома без догляду на декілька годин, поки вони працюють, до так званих випадків «один удома», коли дитина залишається без догляду, а батьки від'їжджають на вихідні або свята. Найгіршим варіантом є ситуація, коли батьки, хоча й присутні фізично, але не роблять того, що потрібно для забезпечення здоров'я дитини, безпеки та фізичного розвитку. Наприклад, коли дитина голодує чи утримується в холодному приміщенні, коли в неї немає відповідного до сезону одягу, можливості вчитися тощо.

- **Психологічне насильство.** Це поведінка батьків, яка наносить шкоду особистому розвитку дитини та її почуттю власної гідності. Психологічне насильство включає словесні нападки: постійну критику, приниження, образи, висміювання, кепкування, піддражнювання та відмову вислухати. Психологічне насильство – це нездатність виявити любов та надати підтримку й керівництво, необхідне для психологічного зростання та розвитку дитини.

- **Фізичне насильство.** Це фізичне травмування дитини, причому не тільки коли наявні його відповідні ознаки (синці, поранення, переломи тощо), а й такі різновиди фізичного насильства, коли ознаки неможливо виявити одразу, оскільки вони проявляються пізніше (наприклад «синдром струшеної дитини», ураження внутрішніх органів, перекриття повітря тощо).

- **Сексуальне насильство.** До цієї категорії належать усі види сексуальних дій із дітьми, а також примушення дітей до сексу між собою. Сексуальне насильство та сексуальна експлуатація є одним із найтяжчих порушень прав дитини. За силою нанесених травм сексуальне насильство й сексуальна експлуатація прирівнюються до тортур і катування. Навіть якщо дитина із задоволенням сприймає хтиві дії дорослого, це все одно є сексуальним насильством.

Кожна з цих категорій насильства може призвести до нанесення дитині фізичної або психологічної шкоди різного ступеня, що, зі свого боку, може стати причиною серйозної фізичної травми або навіть смерті [42].

Сімейне насильство над дітьми можна класифікувати за такими ознаками:

- залежно від стратегії кривдника: явне та приховане (непряме);
- за часом: те, що відбувається зараз, і те, що трапилося в минулому;

– за тривалістю: одноразове чи багаторазове, яке триває роками. Зазвичай дитина-жертва страждає одночасно від кількох видів насильства. Так, інцест неминуче супроводжується руйнуванням сімейних стосунків і довіри в сім'ї, маніпулятивними відносинами, а часто й залякуванням із боку кривдника, що кваліфікується як психологічне насильство. Складовою частиною практично всіх видів насильства є психологічне насильство.

Часто діти добровільно погоджуються на ті або інші сексуальні дії, оскільки, наприклад, відчувають довіру й любов до кривдника, страх утратити його прихильність. На початковому етапі розвитку інцестних стосунків вони не видаються дитині насильницькими, все починається зазвичай із приємного фізичного контакту – дотиків, погладжувань – і лише пізніше ці дії набувають усе більш сексуалізованого характеру. Маленькі діти можуть вважати, що такі стосунки є нормальними й прийнятними між люблячим дорослим та дитиною. Якщо діти й розуміють неправильність того, що відбувається, – вони не хочуть утратити те емоційне тепло, яке отримують від гвалтівника в обмін на згоду та мовчання.

Збереження дитиною таємниці може забезпечуватися за допомогою погроз і дезінформації. Як правило, кривдник не застосовує фізичної сили, але може загрожувати побиттям або смертю самій дитини чи людині, яку дитина любить.

Сексуальне насилля над дітьми включає й окремі одноразові випадки, і постійне насильство, що повторюється протягом багатьох років.

Коли мати виявляє, що чоловік вступив у статеві стосунки з її дитиною, вона наражається на складну дилему.

- Чи повинна вона захистити дітей і віддати батька під суд, коли при цьому діти втратять батька й знатимуть, що «мама посадила тата до в'язниці»?

- Або їй слід подати на розлучення та зруйнувати сім'ю, що спричинить інші тяжкі наслідки (зниження рівня життя, переїзд, страх перед тим, що батько може помститися)?

- Або їй краще мовчати і робити вигляд, що нічого не відбувається?

Ставлення матері до того, що батько чи вітчим вступив у сексуальні стосунки з дитиною, є ключовим у виборі подальших дій сімейного консультанта.

Викриття факту насильства

Найчастіше факт насильства розкривається, коли дитина сама зважується розповісти про нього. Зазвичай уперше дитина розповідає про це своєму одноліткові, рідше – родичам та іншим дорослим. Діти можуть робити двозначні заяви, наприклад, «про іншого маленького хлопчика, якого я знаю», описуючи власну ситуацію стосовно цієї придуманої дитини; роблять натяки близьким друзям, учителям, сусідам. Підлітки можуть іти з дому без очевидної на те причини, можливо, сподіваючись, що хтось запитає їх про причини й переживання, які призвели до цього. Це також є сигналом небезпеки, який повинен привернути увагу дорослих.

Батьки можуть свідомо спростовувати наявність насильства над дитиною. Це обумовлюється тим, що вони самі втягнені в ситуацію насильства й можуть бути її прямими винуватцями. Тому інформація від батьків не може вважатися достатньою, особливо якщо вона суперечить свідченням дитини чи тим порушенням у її поведінці, які уможливають припущення наявності насильства.

У дисфункційних сім'ях діти менше психологічно захищені від травматичних ситуацій. Батьки в таких родинх набагато частіше намагаються применшити або приховати травматичний досвід своєї дитини.

Психологічними наслідками фізичного насильства стає формування недовіри до дорослих та до навколишнього світу взагалі. Дитина починає боятися проявляти активність і самостійність у дослідженні довкілля. Це різко гальмує її психічний розвиток. Залежно від особливостей темпераменту дитини порушення її емоційного стану починають проявлятися у вигляді порушень поведінки:

– діти із сильним типом нервової системи демонструють агресивну поведінку, що спрямована на однолітків, ламають іграшки та намагаються ототожнити себе з агресором: «Усі справжні чоловіки повинні добре битися», «Правда за тим, хто сильніший»;

– діти зі слабким типом нервової системи відчують сильну тривогу навіть у безпечних ситуаціях, вони скаржаться на страхи, бояться казкових персонажів та реальних людей. Діти цього типу часто плачуть, уникають спілкування з однолітками й бояться незнайомих дорослих.

Порушення викликані насильством

Порушення в пізнавальній сфері дуже часто виявляються в розладах мови. У дитини (особливо в період активного розвитку мови,

у 2,5–3,5 роки) може з'явитися невротичне заїкання, що потім потребуватиме спеціальної логопедичної корекції. У шкільному віці це може виражатися в концентрації уваги, оскільки всі думки дитини зайняті травматичним досвідом. Вона пильно стежить за всім, що відбувається навколо неї, ніби їй загрожує постійна небезпека. Причому небезпека не лише зовнішня, а й внутрішня, яка полягає в тому, що небажані травматичні враження проникають до свідомості.

Одним із типових проявів реакції дитини на насильство та обмеження пересування є порушення сну. Вони проявляються у вигляді нічних жахів із пробудженням, нічного енурезу, ходіння уві сні. При всіх видах цих розладів дитина потребує консультації в лікаря-невропатолога та створення безпечної ситуації сімейного розвитку.

Розлади емоційного стану, тривожність, страхи – неодмінний наслідок ситуації насильства. У дошкільників вони можуть перетворюватися на страхи перед казковими істотами або передчуття невизначеного почуття тривоги. Депресивний емоційний стан, що характеризується плачем, уповільненням психічних процесів, скаргами, безпричинно виниклий біль також може бути наслідком цих ситуацій. Діти й підлітки, котрі зазнали насильства, відчувають безпорадність, вони постійно засмучені.

Діти – жертви насильства – перестають довіряти людям. Тому коло спілкування звужується, діти стають замкненими й вороже настроєними. Одним із найвагоміших наслідків є неадекватне заниження самооцінки, відсутність контролю над своєю імпульсивністю, зниження здатності для самовираження, відсутність довіри до людей, депресії. Крім того, відстроченими наслідками фізичного насильства можуть бути садистські схильності.

Отже, різні види насильства, які спрямовані на дітей дошкільного віку, є небезпечними не лише для їхнього психічного, а й фізичного розвитку. Дорослі повинні запобігти виникненню травмуючих ситуацій. На жаль, у разі родинного насильства це часто неможливо.

Більшість батьків, котрі жорстоко поведуться з дітьми, самі переживали фізичне насильство, відторгнення, депривацію в дитинстві. Тому цим батькам також притаманні низька самооцінка, недостатній самоконтроль.

Особливо треба зупинитися на проблемах консультування сімей, де є сексуальне насильство. Якщо це спрямоване на дитину дошкільного віку, то може виявлятися в епізодах демонстрування дорослими своїх статевих органів або в заохоченні дитини до маніпуляції з ними. Якщо

так поводить ся знайомий дорослий (батько, вітчим, старший брат) і не використовує погроз та залякування дитини, то дошкільник сприймає це як варіант гри. Такі дії самі по собі, якщо не звертати на них увагу дитини й коли вони були одноразові, не спричинять значного впливу на психіку дитини. Безумовно, при виявленні сексуальних дій із боку дорослого треба запобігти повторенню, але вплив має бути спрямований саме на дорослого, а не на дитину. Небезпечним є примушення дитини неодноразово розповідати про ситуацію сексуального насильства. Ще більш небезпечна оцінка (у присутності дитини) цієї ситуації або як незворотної трагедії для дитини, а тим більше – як провини самої дитини [42].

Значно небезпечнішою стає ситуація, коли поєднуються елементи сексуального й фізичного насильства, дії супроводжуються погрозами та залякуванням: «Якщо розкажеш мамі, то відріжу язика...» тощо. Дитина сприймає ці погрози як реальні та страждає не лише від самої ситуації, а й від почуття власної безпорадності, неможливості звернутися за допомогою.

Наслідки сексуального насильства, пережитого дитиною, значною мірою визначаються віком дитини. Найбільш загальними симптомами, що залежать від віку, є:

– **для дошкільників** – тривога, страхи, спутаність почуттів, почуття провини, сорому, відрази, зіпсованості, безпорадності, у поведінці відзначаються регресія, відстороненість, агресія, сексуальні ігри, мастурбація, порушення сну, утрата апетиту;

– **для дітей молодшого шкільного віку** – амбівалентні почуття стосовно дорослих, страх, почуття провини, сорому, відрази, зіпсованості, недовіра до світу, зниження здатності до концентрації уваги. У поведінці відзначається відстороненість від людей, погіршення навчання, агресивність, мовчазність або несподівана балакучість, сексуальні дії з іншими дітьми;

– **для дітей 9–13 років** – ті самі прояви, що й у молодшого дошкільника, а також депресія, почуття втрати відчуттів, у поведінці простежується ізоляція, маніпулювання іншими дітьми з метою отримання сексуального задоволення, суперечлива поведінка;

– **для підлітків 13–18 років** – відраза, сором, провини, недовіра, амбівалентні почуття стосовно дорослих, сексуальні порушення, несформованість соціальних ролей і власної ролі в сім'ї, почуття власної непотрібності, спроби суїциду, утечі з дому, агресивна поведінка, непослідовність і суперечливість поведінки.

Порушення, що виникають після насильства, заторкують усі рівні функціонування людини. Вони спричиняють стійкі особистісні зміни, які перешкоджають здатності дитини реалізувати себе в майбутньому.

Насильство над дитиною в межах сім'ї має низку притаманних лише йому наслідків. Реалії сьогодення свідчать, що кривдника, який чинить насильство з чужою дитиною, набагато легше засудити й покарати, ніж того, хто чинить насильство у власній сім'ї. Проте для дитини – жертви сімейного насильства – ситуація гірша в багато разів. У найгірших ситуаціях дитина, яка залишається безпорадною у виборі між страхом насильства, що продовжуватиметься, і страхом відторгнення від сім'ї в разі оприлюднення фактів насильства, шукає виходу в суїциді [42].

6.6. Психологічна допомога сім'ям учасників АТО

Психологічна допомога учасникам бойових дій повинна бути спрямована, насамперед, на допомогу у відрефлексуванні тих почуттів і переживань, які були накопичені. Учасникам зони АТО потрібно повернутись у стан до стресу. Тут головне – визволення бійців від почуття пережитого страху й провини. Якщо люди бачать смерть своїх товаришів, то почуття провини – закономірне, при цьому об'єктивні причини для нього можуть бути відсутні. Також важливо вивільнити бійця від почуття власної безпомічності, якщо він перебував в оточенні чи під обстрілом, не маючи можливості змінити ситуацію. Потрібно інформувати учасників зони АТО про закономірності нашої психіки, а саме пояснити, що подібні почуття може відчувати людина, яка, наприклад, їхала по трасі на своїй легковій машині, а в неї врізалася вантажівка. Потрібно донести до бійців думку, що є речі, які нам не підвладні, і довіру до власних сил слід повертати. При цьому чим раніше вони усвідомлять, за що несуть відповідальність, а що виходить за межі людських можливостей, – тим краще.

Перебуваючи в зоні АТО, бійці особливо потребували підтримки з тилу. При цьому варто зауважити, що вони намагалися мінімально ділитися своїми переживаннями з родичами й близькими, тому що, пройшовши через бій, були впевнені, що їхні рідні просто не спроможні винести весь той жах, який вони носять у собі. Оберігаючи своїх близьких від переживань, учасники бойових дій таким чином дають

можливість родичам залишатися підтримуючими й забезпечувати підтримку в подальшому.

Психологічна допомога бійцям АТО повинна сприяти їх успішній адаптації до нових умов життя. Люди, котрі повернулись із війни, суттєво відрізняються від решти. У них зовсім інша система моральних цінностей, інший рівень духовного розвитку, при якому загострюються інтуїтивні відчуття нещирості взаємин, фальші, корисливих намірів стосовно них. Термін «психологічна реабілітація» найбільш точно відображає процес і результати надання психологічної допомоги в процесі соціально-психологічної адаптації. Успішна психологічна реабілітація та ресоціалізація ґрунтується на трьох основних діях – спілкуванні, прийнятті бійця таким, яким він є, і допомозі фахівця.

Певних реабілітаційних заходів (насамперед, психологічної допомоги) потребують батьки й члени сімей учасників бойових дій, які самі перебували в психотравмуючій ситуації, очікуючи щоденно страшної звістки. Засобом реабілітації таких сімей може стати Центр психологічної допомоги учасникам АТО та їхнім сім'ям. Саме на членів сім'ї випаде багато випробувань, щоб наново відновити довіру та втрачену близькість свого захисника, котрий повернувся із зони бойових дій.

Серед заходів, які сприятимуть швидшому входженню бійця у звичне середовище, відновленню здатності до емоційних проявів, заслуговують на увагу правила, запропоновані співробітниками Науково-дослідного центру гуманітарних проблем ЗС України:

1. Поки боєць перебуває в зоні АТО, не розповідайте йому про свої страхи й тривоги, не плачте в трубку. Людина в зоні бойових дій живе на межі своїх можливостей. Якщо вона не матиме впевненості, що вдома все добре, то не зможе ефективно виконувати бойові завдання. Бійцю потрібно дати зрозуміти, що вдома чекають його якнайшвидшого повернення, за нього переживають, його люблять і знають, що він повернеться живий, здоровий та з перемогою.

2. Переживання в сім'ях бійців неминучі, але градус хвилювання можна знизити, обмеживши доступ до ЗМІ й захистивши себе від повідомлень «усе пропало, всіх зливають». Є зв'язок із вашим сином/чоловіком/братом – із ним усе добре. На все інше краще не звертати уваги.

3. Вільний час краще витратити не на перегляд телевізора, а на будь-яку діяльність, пов'язану з наданням допомоги нашим солдатам. Наприклад, допомогу пораненим у госпіталі. Займати свій час і думки

потрібно роботою на перемогу. Не можна давати собі можливість лінуватися. Із лінії й часу на вільну філософію на політичні теми нічого доброго не вийде. Краще переходите від слів до практики. Від маленького кроку окремої людини складається загальний настрій сім'ї, вулиці, міста та країни.

4. Найскладніше в поточній ситуації матерям військових. Багато хто з них часто опиняється на межі відчаю. Для них украй важливо, щоби поруч була присутня людина, яка морально сильніша й здатна контролювати емоції. Дайте їм зрозуміти, що поруч є хтось, хто може підтримати та допомогти.

5. Приготуйтеся, що боєць, який повернувся із зони бойових дій, – це вже інша людина, яка отримала унікальний досвід. Його потрібно прийняти разом із новими поглядами, знайомствами, проблемами, страхами та, можливо, проявами агресії. Повернення до мирного життя може затягнутися, але без любові, турботи, тепла й найголовніше – прийняття сім'ї – воно стане практично неможливим.

6. Пам'ятайте: людина, котра пройшла війну, стала набагато сильнішою, мудрішою та досвідченішою. Він повернувся. Живий. Повернувся саме до вас. Усе інше – труднощі, які можна пережити, якщо ви націлені на те, щоб прожити з людиною щасливе життя.

7. Не відгороджуйтеся. В іншому випадку боєць залишається сам на сам зі своїми спогадами, які інколи є небезпечними для психічного здоров'я. Це призводить до внутрішнього конфлікту, який буде поступово посилюватися. У підсумку виходів із нього може виявитися багато й усі вони будуть деструктивні для особистості та соціуму.

8. Слухайте його. Це – важливо. Боєць повинен зрозуміти, що поруч із ним – його рідна людина, яка прийме його будь-яким. Він повинен зрозуміти, що він потрібен. Багато хлопців закриваються в собі, якщо бачать, що дружина відкидає його новий досвід і каже, що не хоче чути про вбивства й кров. Але він-то цього не може забути, а поділитися йому більше нема з ким. Відсутність цієї можливості може спровокувати серйозні проблеми з психікою. Дім повинен стати для нього місцем, де можна розслабитися та розкритися.

9. Забороніть собі ображатися. Не можна не будувати здогади «... він зі мною не говорить, тому що ...». Не можна ставити себе в роль жертви. Людина була в ситуації, де все по-справжньому. У зоні бойових дій немає тієї дипломатії, до якої ми звикли в повсякденному житті – там щось не скажи, тут посміхнися, умовності збережи, так себе

не поведи. Боєць налаштований категорично, він так звик. Через це можуть виникати конфлікти.

10. Щоб чоловік швидше адаптувався, його потрібно залучати в повсякденне життя. Він повинен розуміти, що він потрібен тут і не є тягарем. В іншому випадку у свідомості бійців виникає розлом: там він герой, а тут дружина робить усе сама, щоб він начебто відпочив. Ні в якому разі не можна жаліти людину – потрібно залучати її до побутових питань у міру готовності.

11. Якщо немає різко агресивних форм поведінки, не можна відгороджувати дітей від батька. Дитина – це додаткова ниточка, яка прив'язує бійця до реального життя. Діти розуміють більше, ніж вам здається. Їхня участь і співпереживання можуть стати для людини рятівними.

12. Якщо людині починають снитися кошмари – зверніться до психотерапевта або психолога. Вони допоможуть створити комфортні умови, які сприятимуть усвідомленню безпеки. Наприклад, боєць повернувся додому без видимих фізичних ушкоджень. Однак коли дружина вимикала світло й вони лягали спати, йому здавалося, що поруч сепаратист, який може його задушити. Він починав захищатися. Ситуацію врятувала порада психолога, щоб залишати увімкнутим нічник. Людина прокидається від кошмару, дивиться по сторонах, бачить, що вона вдома, життя нічого не загрожує, ніяких сепаратистів немає, а поруч – кохана дружина.

13. Усвідомлення того, що поруч кохана дружина, змінює розуміння того, що поруч – бажана дружина. Нерідко учасники бойових дій кажуть, що зникає сексуальний потяг і з'являється агресивний настрій. Із цим можна впоратися, якщо підходити до чоловіка збоку, супроводжуючи це голосом. Ласкаво погладжуйте спину й плечі, ніжно обіймайте. Його потрібно поступово привчати, що вся небезпека минула та удару в спину не буде.

14. Якщо чоловік не виносить фізичних контактів у принципі, приготуйтеся до того, що потрібно поступово, день за днем, можливо – тиждень за тижнем, налагоджувати контакт. Чоловік має відтанути. Згадайте, як годували в парку білочок. Ви простягає їй руку з горіхами і чекаєте, поки вона не зрозуміє, що ситуація безпечна, а ви бажаєте їй добра – хочете погодувати її саме зі своєї руки. Із людиною – той самий механізм. Чоловікові потрібно дати зрозуміти, що він може прийти до вас у будь-який момент. Ось ваша рука, ви поруч і будете чекати

стільки, скільки потрібно, щоб він зміг протягнути свою руку у відповідь.

15. Буває, що людина, яка повернулась із зони бойових дій, довго мовчить, але в якийсь момент зривається й починає трошити все навколо. У таких ситуаціях потрібно максимально намагатися прибрати всі колючо-ріжучі предмети, щоб вони не потрапили під руку, обмежити перебування людини на кухні. Постаратися зацікавити її більшу частину часу проводити в інших приміщеннях.

16. При проявах агресії на словах намагайтеся говорити з людиною спокійно. Буде дуже складно, тому що всередині все закипить, але піддаватися на цю агресію не можна. Потрібно своєю поведінкою, інтонацією й реакцією давати зрозуміти, що ви усвідомлюєте, як йому важко, або що вам складно це зрозуміти, але від того, що на вас кричать, зрозуміліше не стає.

17. Агресія рідко виникає в колі сім'ї. Переважно це відбувається в компаніях – хтось сказав «зайве» слово, неправильно зрозумів, неправильно подивився. Якщо ви бачите, що ваш чоловік/брат/друг починає заводитися, постарайтеся заручитися підтримкою друзів, які поруч, і вивести людину із зони ризику. Якщо в компанії з'являється людина, яка може спровокувати бійця на конфлікт (це завжди помітно), то потрібно зробити все можливе, щоб уникнути такої ситуації.

18. Якщо прояви агресії супроводжуються зловживанням алкоголю – варто негайно звертатися до фахівців, тому що спиртне гарантує непередбачуваність у будь-якому стані.

19. Якщо людина приїхала із зони АТО нетвереза й не тверезіє кілька днів і це не властива їй поведінка – відразу звертайтеся до нарколога або психотерапевта. Коли в людини виникає абстинентний синдром – похмілля – це залежність. На наступній стадії похмілля не з'явиться – це означає, що організм уже не пручається, людині потрібно вкрай мала кількість алкоголю, щоб прийти в стан ейфорії. Це вже не побутовий алкоголізм, це залежність, яку потрібно лікувати терапевтично. Те саме стосується залежності від легких наркотиків, її потрібно лікувати у фахівців.

20. Багато бійців АТО скаржаться на болі в спині. Пройдіть дослідження – носіння бронежилета й переміщення на бронетехніці тривалий час може стати причиною проблем із хребтом. Якщо не знайдені якісь фізичні проблеми в ході дослідження, то травма є психосоматичною. Із нею теж потрібно звертатися до фахівців. Корисні

будуть розслаблюючі масажі, фізіотерапевтичні процедури, плавання, гімнастика.

21. Якщо боєць не хоче звертатися до психолога або психотерапевта, хоча ви бачите, що йому потрібна допомога, то фахівець повинен прийти до нього. Можна змодельовати ситуацію, коли у вашому колі спілкування з'являється людина, котра встановить довірчі відносини з бійцем і допоможе йому усвідомити деякі моменти в його поведінці.

22. Проведіть лікнеп. Поясніть, що психолог – це не людина-енциклопедія. Психолог – це людина, яка працює зі здоровими людьми, які потрапили в складні ситуації.

23. Якщо людина не хоче йти до психолога, але готова йти на сповідь до духівника — ідіть до церкви. В окопах атеїстів немає.

Запитання та завдання для самоперевірки:

1. Особливості психологічної допомоги сім'ї.
2. Принципи психологічного консультування.
3. Методи й прийоми сімейного консультування.
4. Особливості психологічного консультування подружньої пари.
5. Основні причини звертання подружжя за психологічною допомогою.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аккерман Н. Теория семейной динамики / Н. Аккерман // Семейная психотерапия. – СПб. : Питер, 2000. – 304 с.
2. Алешина Ю. Е. Удовлетворенность браком и межличностное восприятие в супружеских парах с различным стажем совместной жизни : дис. ... канд. психол. наук / Ю. Е. Алешина. – М., 1985. – 263 с.
3. Алешина Ю. Е. Социально-психологические методы исследования супружеских отношений: спецпрактикум по психологии / Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, Е. М. Дубовская. – М. : МГУ, 1987. – 120 с.
4. Алешина Ю. Е. Ролевой конфликт работающей женщины / Ю. Е. Алешина, Е. В. Лекторская // Вопросы психологии. – 1989. – № 5. – С. 80–88.
5. Андреева Т. В. Семейная психология / Т. В. Андреева. – СПб. : Речь, 2004. – 244 с.
6. Антонов А. И. Социология семьи / А. И. Антонов, В. М. Медков. – М. : МГУ ; Изд-во Междунар. ун-та бизнеса и управления («Братья Карич»), 1996. – 275 с.
7. Антонюк Е. В. Представления супругов о распределении ролей и становление ролевой структуры молодой семьи : дис. ... канд. психол. наук. / Е. В. Антонюк. – М., 1992. – 169 с.
8. Анцупов А. Я. Конфликтология : учеб. для вузов / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. – М. : Юнити, 2006. – 156 с.
9. Арутюнян М. Ю. Особенности семейного взаимодействия в городских семьях с различным распределением бытовых ролей : дис. ... канд. филос. наук / М. Ю. Арутюнян. – М., 1984. – 185 с.
10. Бек А. Когнитивно-бихевиоральная психотерапия депрессий / А. Бек [и др.]. – СПб. : Питер, 2003. – 268 с.
11. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї : курс лекцій / О. І. Бондарчук ; МАУП. – К., 2001. – 170 с.
12. Борисова О. Н. Новое и традиционное в социальном регулировании брачно-семейных отношений / О. Н. Борисова // Методология исследований управления социальными процессами в процессе перестройки. – Калинин : [б. и.], 1979. – С. 88–94.
13. Буленко Т. В. Соціально-психологічні основи функціонування сучасної молоді сім'ї / Т. В. Буленко // Науковий вісник ВДУ ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2010. – № 9.

14. Варга А. Я. Системная семейная психотерапия : курс лекций / А. Я. Варга. – СПб. : Речь, 2001. – 245 с.
15. Вербець В. В. Соціологія : навч. посіб. / В. В. Вербець, О. А. Субот, Т. А. Христюк. – К. : КОНДОР, 2009. – 550 с.
16. Витек К. Проблемы супружеского благополучия : пер. с чешск. / К. Витек ; под ред. М. С. Мацковского. – М. : Прогресс, 1988. – 144 с.
17. Волкова А. Н. Методические проблемы диагностики супружеских отношений / А. Н. Волкова, Т. М. Трапезникова // Вопр. психологи. – 1995. – № 5. – С. 77–81.
18. Волкова А. Н. Практикум по экспериментальной и прикладной психологии / А. Н. Волкова. – Л. : [б. и.], 1990. – 198 с.
19. Волкова А. Н. Социально-психологические факторы супружеской совместимости : дис. ... канд. психол. наук / А. Н. Волкова. – Ленинград, 1979. – 141 с.
20. Волкова А. Н. Методические приемы диагностики супружеских отношений / А. Н. Волкова, Т. М. Трапезникова // Вопросы психологии. – 1985. – № 5. – 78 с.
21. Волкова И. А. Лоскутное одеяло для одинокой женщины : практ. учеб. одинокой женщины / И. А. Волкова, В. П. Музыченко. – 2 изд. – М. : Мысль, 1993. – 238 с.
22. Гаранян Н. Г. Депрессия и личность: обзор зарубежных исследований. – Ч. I / Н. Г. Гаранян // Социальная и клиническая психиатрия. – 2009. – № 1. – С. 79–89.
23. Гозман Л. Я. Психология эмоциональных отношений / Л. Я. Гозман. – М. : [б. и.], 1987. – 198 с.
24. Голод С. И. Будущая семья: какова она? / С. И. Голод. – М. : Знание, 1990. – 63 с.
25. Джеймс М. Брак и любовь / М. Джеймс ; пер с англ. – М. : [б. и.], 1985. – 198 с.
26. Дмитриенко А. К. Социально-психологические факторы стабильности брака в первые годы супружеской жизни : дис. ... канд. психол. наук / А. К. Дмитриенко. – Киев, 1989. – 177 с.
27. Добрович А. Милые бранятся... / А. Добрович, О. Ясицкая. – М. : Моск. рабочий, 1988. – 172 с.
28. Дружинин В. Н. Психология семьи / В. Н. Дружинин. – 3 изд., испр. и доп. – СПб. : Питер, 2005. – 208 с.
29. Елизаров А. Н. К проблеме поиска основного интегрирующего фактора семьи / А. Н. Елизаров // Вестник Моск. ун-та. – Сер.14 : Психология. – 1996. – № 1. – С. 42–49.

30. Елизаров А. Н. Психологическое консультирование семьи / А. Н. Елизаров. – М. : Ось-89, 2004. – 245 с.
31. Ивлева В. Семейная психология. Современная школа / В. Ивлева. – М. : [б. и.], 2006. – 352 с.
32. Ильин Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины / Е. П. Ильин. – М. : [б. и.], 2003. – 346 с.
33. Кісарчук З. Г. Психологічна допомога сім'ї : навч. посіб. : у 3 кн. / З. Г. Кісарчук, О.І. Єрмусевич – К. : Главник, 2006.
34. Ковалев С. В. Психология современной семьи / С. В. Ковалев. – М. : Просвещение, 2010. – 208 с.
35. Козловська Е. В. Психологічна готовність молодого подружжя до гармонізації стосунків : дис. ... канд. психол. наук. / Е. В. Козловська. – К., 2010.
36. Кон И. С. Психосексуальное развитие и взаимоотношение полов. Психология ранней юности / И. С. Кон. – М. : Просвещение, 2009. – С. 212–236.
37. Коттлер Дж. Психотерапевтическое консультирование / Дж. Коттлер, Р. Браун. – СПб. : Питер, 2001. – 464 с.
38. Кратохвил С. Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний / С. Кратохвилм ; пер. с чешск. – СПб. : Речь, 2009. – 321 с.
39. Кузнецова Л. М. Кто сейчас глава семьи? / Л. М. Кузнецова // Хрестоматия по этике и психологии семейной жизни. – М. : [б. и.], 1987. – С. 143–151.
40. Левкович В. П. Методика диагностики супружеских отношений / В. П. Левкович, О. Э Зуськова // Вопр психологии. – 1987. – № 4. – С. 96–102.
41. Майерс Д. Социальная психология / Д. Майерс ; пер. с англ. – СПб. : Питер, 1997. – 688 с.
42. Максимова Н. Ю. Сімейне консультування : навч. посіб. / Н. Ю. Максимова. – К. : ДП «Вид. дім «Персонал», 2011. – 304 с.
43. Малкина-Пых И. Г. Семейная терапия / И. Г. Малкина-Пых. – М. : Изд-во Эксмо, 2005. – 992 с. : ил.
44. Матеріали сайту Психологічного центру «Адалін» [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://adalin.mospsy.ru/r_03_00/r_03_03b.shtml
45. Меновщиков В. Ю. Психологическое консультирование. Работа с кризисными и проблемными ситуациями / В. Ю. Меновщиков. – М. : Смысл, 2002. – 327 с.

46. Михайлов Ю. П. Дающая жизнь. Прекрасная женственность / Ю. П. Михайлов. – СПб. : Об-во Рус. православной культуры Святого. Игнатия (Брянчикова) ; Изд-во Буковского, 2000. – 84 с.
47. Москвичева Н. Л. Семья в системе ценностных ориентаций личности студента : дис. ... канд. психол. наук / Н. Л. Москвичева. – СПб. : 2000. – 155 с.
48. Навайтис Г. Семья в психологической консультации / Г. Навайтис. – М. : Моск. психолого-социальный ин-т ; Воронеж : Модэк, 1999. – 158 с.
49. Немов Р. С. Психологическое консультирование : учеб. для студ. Вузов / Р. С. Немов. – М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 528 с.
50. Николс М. Семейная терапия. Концепция и методы / М. Николс, Р. Шварц. – М. : Эксмо, 2004. – 278 с.
51. Ничипоров Б. В. Таинство брака и семьи: введение в космологию домостроительства / Б. В. Ничипоров // Вопросы психологии. – 1991. – № 5. – С. 103–108.
52. Обозов Н. Н. Психология межличностных отношений / Н. Н. Обозов. – Киев : Лыбид, 1990. – 249 с.
53. Обозов Н. Н. Диагностика супружеских затруднений / Н. Н. Обозов, А. Н. Обозова // Психол. журн. – 1982. – № 2. – Т. 2.
54. Олисаева А. М. Этнопсихологические особенности социальных ролей в семье : дис. ... канд. психол. наук / А. М. Олисаева. – СПб. : [б. и.], 1999. – 193 с.
55. Пек М. С. Нехоженые тропы. Новая психология любви, традиционных ценностей и духовного роста / М. С. Пек ; пер. с англ. Н. Н. Михайлова. – М. : Аваценна, Юнити, 1996. – 301 с.
56. Психа В. Л. Вскоре после свадьбы / В. Л. Психа. – Краснодар : Кн. изд-во, 1988. – 95 с.
57. Психологическая культура семейных отношений [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://adalin.mospsy.ru/r_09_00/r_09_09b.shtml
58. Психологія сім'ї : навч. посіб. / В. М. Поліщук, Н. М. Ульяна, С. А. Поліщук та ін. ; за заг. ред. В. М. Поліщука. – 2-ге вид., доповн. – Суми : Університет. кн., 2009. – 282 с.
59. Райгородский Д. Я. (ред.-сост.) Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособие / Д. Я. Райгородский (ред.-сост.) – Самара : Издат. дом «БАХРАХ-М», 2006. – 672 с.

60. Ричардсон Р. Силы семейных уз / Р. Ричардсон. – СПб. : Акцидент ; Ленато, 1994. – 235 с.
61. Сатир В. Психотерапия семьи : пер. с англ. / В. Сатир. – СПб. : Речь, 2000.
62. Сафонова М. В. Социально-психологические особенности женщин, успешных в карьере : дис. ... канд. психол. наук / М. В. Сафонова. – СПб., 1999. – 214 с.
63. Семейная психология : учеб. пособие для вузов / Л. Б. Шнейдер. – 3-е изд. – М. : Изд-во «Академический проект», 2008. – 273 с. – (Серия «Gaudeamus»).
64. Силяева Е. Г. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования / Е. Г. Силяева. – М. : Изд. центр «Академия», 2002. – 194 с.
65. Сысенко В. А. Супружеские конфликты / В. А. Сысенко. – М. : Мысль, 1989. – 175 с.
66. Старшенбаум Г. В. Сексуальная и семейная психотерапия / Г. В. Старшенбаум. – М. : Изд-во Высш. шк. психологии. 2003.
67. Степанов И. Л. Гендерные особенности структуры депрессивного состояния и социального функционирования больных рекуррентным депрессивным и биполярным аффективным расстройствами / И. Л. Степанов, Е. К. Горячева // Социальная и клиническая психиатрия. – 2012. – № 22 (1). – С. 38–43.
68. Столин В. В. Психологические проблемы семейной терапии / В. В. Столин // Вопросы психологии. – 1982. – № 4. – С. 75–83.
69. Столин В. В. Опросник удовлетворенности браком / В. В. Столин, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко // Вестник Московского университета. – Серия. XIV : Психология. – 1983. – № 2. – С. 36–45
70. Столяренко Л. Д. Основы психологии : практикум / Л. Д. Столяренко. – Ростов н/Д : Феникс, 2000. – 236 с.
71. Сулова Т. Ф. Личностные детерминанты совмещения профессиональных и семейных ролей женщинами-предпринимателями : дис. ... канд. психол. наук / Т. Ф. Сулова. – М., 1999. – 138 с.
72. Таланов В. Л. Справочник практического психолога / В. Л. Таланов, И. Г. Малкина-Пых. – СПб. ; М. : Сова ; Эксмо, 2002. – 346 с.
73. Титаренко В. Я. Семья и формирование личности / В. Я. Титаренко. – М. : [б. и.], 1987. – 276 с.
74. Торохтий В. С. Психология социальной работы с семьей / В. С. Торохтий. – М. : Рос. акад. образования ; Центр соц. педагогики ; Ин-т соц. работы, 1996. – 214 с.

75. Трапезникова Т. М. Социальная психология семьи : метод. пособие к курсу лекций / Т. М. Трапезникова. – Л. : ЛГУ, 1987. – 157 с.
76. Тювина Н. А. Депрессия у женщин / Н. А. Тювина. – М. : Каф. психиатрии и мед. психоневрологии ММА им. И. М. Сеченова, 2003. – 234 с.
77. Федоренко Р. П. Психологія молодої сім'ї та сімейна криза : монографія / Р. П. Федоренко. – Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2007. – 168 с.
78. Федоренко Р. П. Психологічний практикум з консультування: зміст, прийоми, технології : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / Р. П. Федоренко, К. І. Шкарлатюк. – Луцьк : СНУ ім. Лесі Українки, 2012. – 200 с.
79. Холмогорова А. Б. Сімейні фактори депресії / А. Б. Холмогорова [та ін.] // Питання психології. – 2005. – № 6. – С. 63–71.
80. Швейгер-Лерхенфельд А. Ф. Женщина, ее жизнь, ее нравы и общественное положение у всех народов земного шара: ст. о русских женщинах В.И. Немировича-Данченко / А. Ф. Швейгер-Лерхенфельд ; пер. с нем. М. И. Мерцаловой. – М. : Кураре – Н, 1998. – 688 с.
81. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений / Л. Б. Шнейдер. – М. : Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 512 с.
82. Эйдемиллер Э. Г. Семейная психотерапия / Э. Г. Эйдемиллер, В. Р. Юстицкий. – Ленинград : [б. и.], 1989. – 284 с.
83. Эйдемиллер Э. Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. Юстицкис. – СПб. : Питер, 1999. – 656 с.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК 1

Психограма подружніх відносин

I. Соціально-економічні й демографічні характеристики:

- а) житлові умови;
- б) сімейний бюджет (розмір та спосіб розподілу);
- в) стаж шлюбу;
- г) вік та різниця у віці;
- г) освіта;
- д) рід занять;
- е) кількість та вік дітей.

Методи дослідження:

1. Опитування або бесіда;
2. Анкета;
3. Аналіз документів (наприклад особова справа учня).

II. Дошлюбні стосунки

- а) місце й ситуація знайомства
- б) перше враження один про одного (позитивне, негативне, нейтральне)
- в) тривалість періоду залицяння.
- г) ініціатор шлюбної пропозиції (чоловік, жінка інші зацікавлені особи)
- г) час обдумування шлюбної пропозиції
- д) ситуація оформлення шлюбу (як весілля)

Методи:

- I. Інтерв'ю, бесіда.

III. Хронологія фактів сімейного життя (інформація про стосунки подружжя, батьків, дідусів).

IV. Етнічна та релігійна приналежність.

V. Соціальні зв'язки сім'ї: склад мікрооточення (рідні, сусіди, друзі, колеги); частота контактів із представниками мікрооточення (зобразити у вигляді кіл сім'ю, родичів, друзів, установи і та ін. Між колами показати зв'язки за такими категоріями: істотна допомога; допомога відсутня; джерело стресу; джерело енергії).

Методи:

1. Бесіда;
2. Анкета «Контакти сім'ї».

VI. Стадія шлюбу:

Визначити, на якій стадії шлюбу перебуває ця пара й виявити ті проблеми, які можуть виникнути, виходячи з особливостей цієї стадії:

- 1) шлюбу за стажем;
- 2) за дітьми.

Методи:

1. Вільна бесіда з виділених проблем.

VII. Оцінка рівня благополуччя сімейних взаємин:

- а) визначення задоволеності шлюбом;
- б) визначення психологічного клімату в сім'ї;
- в) фактори ризику сім'ї;
- г) потенціальний ініціатор конфлікту.

Методи:

1. Опитувальник задоволення шлюбом;
2. Вимір установок сімейної пари;
3. Методики на діагностику подружньої сумісності:
 - на сексуальну сумісність;
 - на діагностику темпераменту, характеру;
4. Методика «Конструктивно-деструктивна сім'я».

VIII. Оцінка окремих феноменів подружніх взаємин:

- а) визначення конфліктності (методика Томаса: характер взаємодії в конфліктній парі або ситуації);
- б) визначення функціонально-рольової узгодженості (методика «Ролі в сім'ї»);
- в) визначення емоційного стану в сім'ї (методика «Типовий сімейний стан», методика Розенцвейга, тест Люшера, «Спілкування в сім'ї»);
- г) діагностика взаєморозуміння ідеального образу партнера: (методика Лірі;

IX. Дослідження індивідуально-психологічних особливостей подружжя:

Мета: визначення подружньої сумісності:

- вироблення напрямів корекційної роботи з подружньою парою: (методика Лічко, методика на визначення самооцінки, методи рівня приязні);
- особистісні якості: методика Кеттела, Айзенка, Сонді).

Х. Дослідження сімейного дозвілля, інтересів, цінностей:

Методики: «Опитувальник ціннісних орієнтацій», опитувальник «Інтереси та дозвілля».

ХІ. У результаті аналізу всіх аспектів подружжя всі дані зводимо в психограму подружжя.

У ній указується таке:

1. Зони конфлікту в подружній парі.
2. Потенційний ініціатор конфлікту в кожній із зон.
3. Рівень психологічної сумісності.
4. Загальний прогноз відносин у парі.
5. Рекомендації із корекційної роботи з парою та кожним окремо.

Психодіагностичні методики міжособистісних та сімейних відносин

Запитальник «Діагностика поведінки особистості в конфліктній ситуації» (О. С. Кочарян)

Інструкція: *Мета запитальника:* «з'ясувати ваші погляди стосовно деяких сімейних проблем. Вам буде запропоновано низку тверджень. Якщо ви погоджуєтесь із ними, то поставте в опитувальному аркуші знак «+» навпроти відповідного номера твердження; якщо ви не погоджуєтесь, поставте знак «-». Уникайте такої відповіді, як «важко відповісти». Відповідь довго не обдумуйте – дайте ту, яка першою спала на думку. Не пропускайте нічого, обов'язково відповідайте підряд на кожне питання. Можливо, деякі твердження вам важко буде спроектувати на себе, але спробуйте уявити себе в цій ситуації й дайте найбільш оптимальну відповідь. Пам'ятайте, що «поганих» і «хороших» відповідей бути не може. Не намагайтеся справити своїми відповідями сприятливе враження. Ми знаємо, що вам буде важко, але спробуйте відповісти якнайщиріше.

1. Не можна не враховувати настроїв чоловіка.
2. Я рідко переживаю почуття провини.
3. Я часто задумуюся над тим, чого чекає від мене чоловік: яких слів, справ тощо.
4. Останнім часом у мене часто щось болить.
5. Після сварок я швидко відходжу.
6. Останнім часом в мене часто буває таке відчуття, ніби голова стягнута обручем.
7. Ніколи не траплялось, щоб я нетактовно вела себе стосовно викладача.
8. Рідко трапляється так, що докоряю чоловікові за минулі помилки.
9. Я не маю ніяких недоліків.
10. Я не можу швидко змінити стиль своєї поведінки стосовно чоловіка залежно від вимог ситуації.
11. Я майже ніколи не вступаю в суперечки в публічних місцях (у черзі, автобусі, кінозалі).
12. Останнім часом мене часто турбує шлунок.

13. Мене почали дратувати знайомі, друзі та я стала більше з ними сперечатися.

14. Краще застосовувати обман чи замовчування, ніж приймати радикальне рішення із сімейних проблем.

15. Я сама собі неприємна.

16. За зло, яке мені причиняє чоловік, я плачу йому тим самим.

17. Ніколи не запізнювалася на роботу чи навчання.

18. Іноді мені так і хочеться вилятися.

19. У мого чоловіка майже немає достоїнств.

20. Чоловік часто свідомо хоче мене образити.

21. Я, як правило, у деталях продумую ситуацію, яка склалася на певний момент.

22. Якщо сімейне життя не склалося, то краще відразу розлучитись.

23. У нас у сім'ї все добре, і я не розумію, чому мій чоловік незадоволений.

24. У мене рідко буває поганий настрій.

25. Коли чоловік мене ображає, я не можу довго цього забути.

26. Загалом я непогана людина, але чоловік не вартий доброго ставлення до себе.

27. Мені часто шкода себе.

28. Останнім часом стан мого здоров'я не погіршився.

29. Я не бажаю обговорювати з чоловіком свої недоліки, у нього вистачає своїх.

30. Майже не буває так, що я з іронією, сарказмом глумлюся над чоловіком.

31. Як правило, я намагаюся не думати про конфлікт із чоловіком, прагну не помічати його.

32. Мене багато що цікавить, я людина допитлива, цікава.

33. Іноді в мене виникає таке почуття, що я більше не причетна до сімейних суперечок.

34. Ніякі справи (робота, навчання й ін.) не позбавляють мене внутрішньої напруги, не дозволяють хоч на деякий час забути про сімейні проблеми.

35. У житті не було жодного випадку, щоб я порушила обіцянку.

36. Я часто поступаюся чоловікові, щоб покращити наші взаємини.

37. Часто буває так, що я довго не розмовляю з чоловіком.

38. Вважаю, що будь-які кардинальні розв'язання сімейної проблеми небезпечні та неефективні: потрібно лише змінити ситуацію, щоб була можливість жити разом.

39. Декілька разів на тиждень мене почали непокоїти неприємні відчуття в ділянці сонячного сплетіння.

40. Усе мені здається якимось сірим, безликим та однаковим.

41. Усе, що відбувається в мене в сім'ї, жахливо неприємно, але я не одинока у своїх проблемах (у багатьох так), і це мене якоюсь мірою заспокоює.

42. Я могла б пробачити образу, заподіяну мені чоловіком, але не забути її.

43. У мене майже ніколи не буває бажання руйнувати та знищувати все навколо.

44. Я часто задумуюся, як на моєму місці вчинила б інша людина.

45. У сімейному житті я завжди керуюся добрими намірами, й дивно, що чоловік цього не помічає.

46. Іноді мені подобається трохи похизуватися.

47. Я розумію тих людей, котрі присвячують значну частину часу сім'ї.

48. Я часто думаю про те, що дитячий період мого життя був найкращим, і знову хочеться стати дитиною.

49. Сучасний шлюб не має ніякої цінності: як правило, люди одружуються лише за необхідності.

50. Мої думки й дії часто бувають уповільнені.

51. Надаю перевагу ухилянню від з'ясування стосунків із чоловіком.

52. У мене рідко виникають роздратування й гнів на чоловіка.

53. Через постійні суперечки з чоловіком я серджуся на цілий світ: можу зігнати роздратування на будь-кому, хто «підвернеться під руку».

54. Іноді в голову приходять такі думки, про які нікому не хочеться зізнаватися.

55. Сучасні чоловіки не можуть бути хорошими подружніми партнерами.

56. Останнім часом я стала часто «відчувати» своє серце.

57. Як правило, я не кажу чоловікові, що в нас дуже різні характери, темпераменти, інтереси.

58. Життя незаміжніх жінок має значні переваги.

59. Останнім часом я значно більше стала цікавитися тим, як зміцнити своє здоров'я (дієтою, бігом, йогою) тощо.

60. Часто я відчуваю нереальність, неприродність, відхилення у своїх стосунках із чоловіком.

61. Я рідко сумую.

62. Сімейна ситуація, яка склалася, мене пригнічує, але я не в змозі що-небудь зробити.

63. Як правило, я заздалегідь продумаю, як себе поводити в складній сімейній ситуації.

64. Дехто вважає, що я буваю надто сувора до думок чоловіка, але я впевнена, що він цього заслуговує.

65. Я завжди намагаюся зрозуміти чоловіка, незважаючи на те, що він таких спроб не сприймає.

66. Останнім часом я стала більше піклуватися про своє здоров'я.

67. Більшість проблем, які виникають у сімейному житті, не мають однозначного розв'язання.

68. Мені подобаються всі люди, із якими доводилося зустрічатися, навіть ті, котрим я не симпатична.

69. Іноді я можу заподіяти душевний або фізичний біль чоловікові.

70. У моїй сім'ї не все гаразд, але я вірю, що все буде так, як судилось.

71. Нічого особливого не трапилось: посперечалися, посварились, у житті все буває.

72. Я майже завжди можу стриматись і не наговорити зайвого, не зробити чоловікові неприємне.

73. Коли я отримую від кого-небудь листа, то завжди відповідаю в той же день.

74. Останнім часом я часто і без приводу почала карати сина (дочку).

75. Я часто відчуваю свою безпорадність і безсилля.

76. На роботі я майже ніколи не втручаюся в суперечки й конфлікти з колегами та керівництвом.

77. Мені зовсім не хочеться, щоб мене пошкодували, мені поспівчували.

78. Мені майже ніколи не хочеться сказати або зробити що-небудь неприємне батькам свого чоловіка.

79. Іноді я люблю посміятися, слухаючи непристойні жарти.

80. Я рідко відчуваю втому.

81. Мої знайомі вважають, що я не зовсім правильно оцінюю сімейну ситуацію: надмірно спрощую її або, навпаки, ускладнюю.

82. Я часто серджуся на своїх батьків і сперечаюся з ними.

83. Я нічого не можу вдіяти для покращення сімейної ситуації: це залежить не від мене, а є проявом загальної закономірності, характерної для сучасної сім'ї.

84. Хочеться виїхати, забутися.
85. Не збираюся змінювати свої звички, навіть якщо вони не подобаються чоловікові.
86. Іноді трапляється, що я говорю неправду.
87. Я спроможна багато зробити.
88. Мені часто говорять, що я неправильно розумію свого чоловіка.
89. У мене часто буває відчуття фізичної слабкості.

Ключ

1. Неконструктивні установки на шлюб:

«+» – 14, 22, 29, 38, 51, 85.

«-» – 1, 8, 36, 44, 57, 65.

2. Депресія:

«+» – 15, 27, 40, 50, 75, 89.

«-» – 2, 24, 32, 61, 80, 87.

3. Протективні механізми:

«+» – 19, 23, 31, 45, 48, 71, 81, 84, 88.

«-» – 3, 21, 63, 77.

4. Дефензивні механізми:

«+» – 26, 33, 41, 49, 55, 58, 60, 62, 70, 83.

«-» – 34, 47.

5. Агресія:

«+» – 13, 16, 18, 53, 69, 74, 82.

«-» – 11, 30, 43, 52, 72, 76, 78.

6. Соматизація тривоги:

«+» – 4, 6, 12, 39, 56, 59, 66.

«-» – 28.

7. Фіксація на психотравмі:

«+» – 20, 25, 37, 42, 64.

«-» – 5, 10, 67.

8. Контрольна шкала:

«+» – 7, 9, 19, 35, 68, 73.

«-» – 46, 54, 79, 86.

Шкала «Неконструктивні установки на шлюб» (НУ) діагностує такі види установок шлюбного партнера, які дезінтегрують сімейну структуру, перешкоджають терапевтичній реконструкції подружніх взаємин.

До шкали депресії (Д) увійшли такі твердження, які виражають три види депресії: класичну («загальмованість»), «уповільненість

афекту та інтелекту»), естетичну (слабкість, і в'ялість тощо) й апатичну (зниження інтересу, байдужість), також почуття провини, яке може включатись у депресію.

Запитальник дає змогу діагностувати індивідуально-специфічні захисні патерни. У нього включені дві шкали захисних механізмів. Шкала протективних механізмів (ПМ) діагностує той тип захисту, який не допускає до свідомості психотравмуючу інформацію (витіснення, заперечення утруднень, регресія). Шкала дефензивних механізмів (ДМ) діагностує такий тип захисту, як «реінтерпретативна активність» – психотравмуюча інформація допускається до свідомості за рахунок її викривленої реінтерпретації (раціоналізація, ізоляція, інтелектуалізація й ін.).

До шкали «Агресії» (А) увійшли твердження, пов'язані як з прямою фізичною агресією, так і зі змішаною. Шкала включає лише гнівну агресію, тобто таку, в основі якої лежить гнів.

У шкалу «Соматизація тривоги» (СТ) уключені твердження, які стосуються загальної соматизації (голова, серце, шлунок, загальний стан здоров'я).

У шкалу «Фіксація на психотравмі» (Ф) увійшли твердження, які свідчать про застрягання афекту та інтелекту на психотравмі.

Переведення «сирих» балів у Т-шкалу

Таблиця

Бал	Т-бали						
	НУ	Д	ПМ	ДМ	А	СТ	Ф
1	2	3	4	5	6	7	8
0	20	20	23	31	30	34	29
1	31	24	27	36	33	40	35
2	36	29	31	41	37	45	41
3	41	33	36	46	40	50	47
4	47	37	40	51	44	55	53
5	52	42	45	59	47	60	59
6	58	46	49	61	51	66	65
7	63	50	54	66	54	71	71
8	68	55	58	70	58	76	77
9	74	59	62	75	61		
10	79	64	67	80	65		
11	84	68	71	85	68		
12	90	72	76	90	72		
13			80		75		
14					79		

Нормативи:

менше 30 – низькі;

30–70 балів за Т-шкалою – середні показники;

30–40 балів – середні з тенденцією до низьких;

60–70 балів – середні з тенденцією до високих;

більше 70 балів – високі показники.

Методика «Ревнощі в сімейному житті»

1. Яка ваша реакція, коли він (вона) розмовляє по телефону?

а) зразу ж запитую, із ким розмова;

б) чекаю, поки закінчиться розмова, а потім запитую;

в) продовжую займатися своєю справою, не надаючи цьому великого значення.

2. Що ви думаєте про кохання?

а) воно повинне продовжуватись усе життя;

б) людина може закохуватись у житті декілька разів, причому симпатизувати може одночасно більше ніж одній людині;

в) було б добре, якби воно продовжувалось усе життя, але це – утопія.

3. Що ви відчуваєте, коли необхідність змушує вас провести ніч не вдома?

а) мені буде неприємно, якщо інша половина використає це, щоб піти куди-небудь розважитись;

б) я сам (сама) запропоную іншій половині якимось розважитись;

в) мені не доводилося задумуватися, чим у цей час займається інша половина.

4. Чи розпечатуєте ви кореспонденцію, адресовану вашій дружині (чоловіку)?

а) ні;

б) тільки якщо це рахунки чи документи;

в) завжди, коли є можливість.

5. Що ви думаєте про минуле своєї половини?

а) вас охоплює приємне почуття, коли ви згадуєте про людей, із якими у вашої другої половини були зв'язки ще до зустрічі з вами;

б) ви вважаєте за краще не заглиблюватись у ці речі, оскільки те, що відбулося раніше, не має ніякого значення для вас;

в) ви ніколи про це не задумувались.

6. Коли потрібно купити ліжко, ви ...

- а) вибираєте те, яке більш широке;
- б) ви надаєте перевагу окремим ліжкам;
- в) віддаєте це питання на вирішення своїй другій половині.

7. Ви застали свою половину в глибоких роздумах.

- а) вам буде приємно, якщо це думки про вас;
- б) ви хотіли б дізнатися, про що думає ваша половина: раптом її думки зовсім не про вас;
- в) ви собі цим не забиваєте голову, бо такі речі вас зовсім не хвилюють.

8. У вас є достатні докази невірності свого чоловіка (дружини)...

- а) ви запропонуєте поговорити відверто й розібратися до кінця;
- б) вирішите помститися тим же способом;
- в) вам здається, що життя розбите, але запропонуєте другій половині все забути та повернутися до сімейного вогнища.

9. Із часом ви помічаєте, що ваша половина стає чужою для вас ...

- а) ви думаєте, що з часом це пройде;
- б) ви намагаєтеся в'яснити для себе, чи це ви – причина цього, чи справа в чомусь іншому;
- в) почнете уважно спостерігати за її (його) поведінкою, перевіряєте її (його) пошту, прислухаєтеся до телефонних розмов, можете прослідкувати її (його) на вулиці.

10. Під час товариської вечірки ваша дружина (чоловік) фліртує з іншими...

- а) ви не звертаєте на це ніякої уваги;
- б) наполягаєте на припиненні цих дурниць;
- в) не робите з цього драми, але на майбутнє плануєте приділяти своїй дружині (чоловіку) більше уваги.

11. Вам потрібно бути відсутнім декілька днів ...

- а) думка про те, що вам можуть зрадити, не приходить вам у голову;
- б) ви якомога частіше дзвоните додому, особливо вночі;
- в) ви часто себе запитуєте, що вона (він) зараз робить? Але ви думаєте, що якщо вона (він) вирішить вам зрадити, то навряд чи ви зможете що-небудь зробити.

12. Як ви реагуєте на сцену ревнощів?

- а) визнаєте цю ситуацію смішною й недоречною;
- б) вас це тішить, хоча більше забавляє;
- в) ситуація вносить суєту, хоча ви в ній почуваете себе, як риба у воді.

Ключ до методики «Ревнощі в сімейному житті»

А зараз підрахуйте бали:

1. а-2	б-3	в- 1
2. а-3	б-1	в-2
3. а-3	б-2	в- 1
4. а-1	б-2	в-3
5. а-3	б-2	в- 1
6. а-3	б-2	в- 1
7. а-2	б-3	в- 1
8. а-2	б-1	в-3
9. а-1	б-2	в-3
10. а-1	б-3	в-2
11. а-1	б-3	в-2
12. а -1	б-2	в-3

Від 12 до 20 балів – Ви зовсім не ревниві або Ваша дружина (чоловік) не дає Вам для цього приводу.

Методика «Установки в сімейній парі»

1. Я думаю, що багатьох людей залишають байдужими неприємності оточуючих:

- а) так, це правильно;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

2. Більшість людей зайняті тільки собою і їх мало хвилює, що відбувається навкруги:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

3. Я впевнена, що існують певні моральні принципи, якими потрібно керуватися в будь-яких ситуаціях:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

4. Погані вчинки люди роблять найчастіше не з власної волі, а через обставини:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

5. Що б людина не робила, головне, щоб вона від цього одержувала задоволення:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

6. Я вважаю, що навіть незнайомі з радістю допомагають один одному, не кажучи вже про близьких людей:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

7. Я думаю, що по можливості потрібно уникати робити те, що тобі неприємно:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

8. Щоб бути щасливим, треба передусім виконувати свої обов'язки перед іншими людьми:

- а) це так;
- б) можливо, це так;

- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

9. Єдине, що надає змісту людському життю, – це діти:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

10. Я думаю, що подружжя повинне розповідати один одному про все, що його хвилює:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

11. Сім'я, у якій немає дітей, – неповноцінна сім'я:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

12. Я думаю, що в хорошій сім'ї подружжя повинне розділяти захоплення один одного:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

13. Чим більше дітей у сім'ї, тим краще:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

14. Бути постійним свідком сварок батьків для дитини значно важче, ніж залишитися з одним із батьків після розлучення:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;

г) ні, незалежно від стосунків батьків для дитини краще жити з батьком і матір'ю.

15. У хорошій сім'ї подружжя повинне проводити вільний час завжди разом:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) думаю, що вільний час слід проводити порізно.

16. Радість, яку дитина дає своїм батькам, компенсує все те, що вони втрачають через неї:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, дитина в сім'ї може замінити все.

17. Я вважаю, що справжнє кохання буває один раз у житті:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, кохати можна декілька разів у житті.

18. Часто люди розлучаються, не використавши всіх можливостей налагодити стосунки:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

19. Коли люди кохають один одного, то нічого їх по-справжньому не радує, якщо поруч немає коханої людини:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, кохання не означає, що ніщо вже інше не радує.

20. Я думаю, що взаємна повага й кохання один одного часто бувають важливішими, ніж сексуальна гармонія між ними:

- а) це так;
- б) можливо, це так;

- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

21. Розлучення, по-моєму, дає людині, зрештою, відшукати собі такого супутника життя, який їй потрібен:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, можливість розлучення лише заважає цьому.

22. Я вважаю, що якщо в коханої людини є які-небудь недоліки, то потрібно прагнути виправити їх, а не заплющувати на них очі:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи іде так;
- г) ні, якщо кохаєш людину, то любиш і його достоїнства, і недоліки.

23. Останнім часом про сексуальні проблеми дуже вже багато говорять:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

24. Я думаю, що доступність розлучення призвела до того, що руйнується багато шлюбів, які могли б бути вдалими, якби розлучення було неможливим:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, можливість розлучення допомагає зберегти вдалий шлюб і дає змогу виправити помилку.

25. Я вважаю, що всі сімейні проблеми легко розв'язуються, якщо фізична близькість обом дає справжнє задоволення:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

26. Якщо люди люблять один одного, то вони кожную хвилину хочуть провести разом:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, я думаю те, що люди люблять один одного, не означає, що вони постійно хочуть бути разом.

27. Я вважаю, що краще, щоб подружжя якомога рідше обговорювало між собою проблеми, пов'язані з фізичною близькістю:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

28. Я думаю, що значимість сексуальної гармонії в сімейному житті звичайно перебільшується:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

29. Я вважаю, що сімейні стосунки залежать тільки від того, як складаються сексуальні відносини подружжя:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

30. Секс може бути такою ж темою для розмови між подружжям, як і всяка інша тема:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

31. Я думаю, що не потрібно звертатися до спеціаліста з приводу ускладнення у своєму сексуальному житті:

- а) це так;

- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, немає необхідності звертатися.

32. Сучасні жінки все рідше відповідають справжньому ідеалу жіночності:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

33. Як зараз, так і в майбутньому всі основні обов'язки жінки будуть пов'язані з домашнім господарством, а чоловіка – з роботою:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

34. Для сучасної жінки володіти діловими якостями так само важливо, як і для чоловіка:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, для чоловіка це значно важливіше.

35. І жінка, і чоловік повинні мати деяку суму, яку кожен може витратити так, як вважає необхідним:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, усі витрати потрібно обговорювати разом.

36. Професійні успіхи жінок заважають щасливому сімейному життю:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

37. Якщо є гроші, то не потрібно роздумувати, купити чи ні річ, яка сподобалася:

- а) це так;

- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

38. Я думаю, що потрібно реєструвати (наприклад записувати) всі витрати:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, це не так.

39. Я думаю, що бюджет сім'ї потрібно запланувати до найдрібніших покупок:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) ні, я думаю, що планувати бюджет не потрібно.

40. Я вважаю, що необхідність змушує робити збереження, навіть якщо при цьому доводиться собі в чомусь відмовляти:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи доцільно робити збереження, якщо ресурсів не вистачає;
- г) робити збереження потрібно лише в такому випадку, коли для цього не потрібно економити.

Ключ

Усі судження групуються в 10 установочних шкал, і за кожною шкалою визначається середнє арифметичне значення 4-х відповідей; альтернативам приписуються такі значення: першій – «4», другій – «3»; третій – «2», четвертій – «1».

1 шкала: ставлення до людей (позитивність ставлення до людей): судження № 1, 2, 4, 6; $(-1+2+4+6)$: 4 – чим вищий бал, тим більш оптимістичне уявлення респондента про людей загалом.

2 шкала: альтернатива між почуттям обов'язку й задоволенням: судження № 3, 5, 7, 8; $(3-5-7+8)$: 4 – чим більший бал, тим більш виражена орієнтація респондента на обов'язок, порівняно із задоволенням.

3 шкала: ставлення до дітей (значення дітей у житті людини): судження № 9, 11, 13, 16; $(9+11+13-16)$: 4 – чим вищий бал, тим більш значимою є для респондента роль дітей у житті людини.

4 шкала: орієнтація переважно на спільну або ж переважно роздільну діяльність, автономність подружжя чи залежність один від одного: судження № 10, 12, 15, 35; $(10+12+15-35)$: 4 – чим вищий бал, тим більш виражена в респондента орієнтація на спільну діяльність подружжя в усіх сферах сімейного життя.

5 шкала: ставлення до розлучення: судження: № 14, 18, 21, 24; $(-14+18-21+24)$: 4 – чим вищий бал, тим менш лояльне ставлення респондента до розлучення.

6 шкала: ставлення до любові романтичного типу: судження № 17, 19, 22, 26; $(17+19+22+26)$: 4 – чим вищий бал, тим більш виражена орієнтація на традиційно уявлювану романтичну любов.

7 шкала: оцінка значення сексуальної сфери в сімейному житті: судження № 20, 25, 28, 29; $(20-25+28-29)$: 4 – чим вищий бал, тим менш значимою є сексуальна сфера в сімейному житті.

8 шкала: ставлення до «заборони сексу»: судження № 23, 27, 30, 31; $(23+27-30+31)$: 4 – чим вищий бал, тим більш забороненою вважає респондент сексуальну тему.

9 шкала: ставлення до патріархального, або егалітарного, створення сім'ї (орієнтація на традиційні уявлення): судження № 32, 33, 34, 36; $(-32-33+34-36)$: 4 – чим вищий бал, тим менш традиційне уявлення респондента про роль жінки.

10 шкала: ставлення до грошей (легкість витрат – бережливість); судження № 37, 38, 40; $(-37+38-39+40)$: 4 – чим вищий бал, тим більш бережливе ставлення респондента до грошей, чим менший бал – тим легше, на його думку, можна їх утрачати.

Тест-опитувальник батьківського ставлення (А. Я. Варта, В. В. Столін)

1. Я завжди співчуваю своїй дитині.
2. Я вважаю своїм обов'язком знати все, що думає моя дитина.
3. Я поважаю свою дитину.
4. Мені здається, що поведінка моєї дитини значно відхиляється від норми.
5. Потрібно якомога довше тримати дитину в стороні від реальних

життєвих проблем, якщо вони її травмують.

6. Я відчуваю до дитини почуття прихильності.
7. Хороші батьки оберігають дитину від труднощів життя.
8. Моя дитина часто неприємна мені.
9. Я завжди намагаюся допомогти своїй дитині.
10. Бувають випадки, коли знущання над дитиною дає їй велику користь.
11. Я відчуваю досаду щодо своєї дитини.
12. Моя дитина нічого не доб'ється в житті.
13. Мені здається, що діти потішаються над моєю дитиною.
14. Моя дитина часто здійснює такі вчинки, які, крім презирства, нічого не варті.
15. Для свого віку моя дитина трохи незріла.
16. Моя дитина поводить себе погано спеціально, щоб досадити мені.
17. Моя дитина вбирає в себе все негативне, як «губка».
18. Мою дитину важко навчити хороших манер, як не старайся.
19. Дитину треба тримати в жорстких рамках, тоді з неї виросте порядна людина.
20. Я люблю, коли друзі моєї дитини приходять до нас у дім.
21. Я беру участь у вихованні своєї дитини.
22. До моєї дитини «липне» все негативне.
23. Моя дитина не доб'ється успіху в житті.
24. Коли в компанії знайомих говорять про дітей, мені трохи соромно, що моя дитина не така розумна й здібна, як мені хотілося б.
25. Я шкодую свою дитину.
26. Коли я порівнюю свою дитину з ровесниками, вони здаються мені дорослішими і за поведінкою, і за судженнями.
27. Я із задоволенням проводжу з дитиною весь свій вільний час.
28. Я часто шкодую про те, що моя дитина росте та дорослішає, і з ніжністю згадую її маленькою.
29. Я часто ловлю себе на ворожому ставленні до дитини.
30. Я мрію про те, щоб моя дитина досягла всього того, що мені не вдалось у житті.
31. Батьки повинні пристосовуватися до дитини, а не тільки вимагати цього від неї.
32. Я стараюся виконувати всі прохання моєї дитини.
33. Приймаючи сімейні рішення, слід ураховувати думку дитини.
34. Я дуже цікавлюся життям своєї дитини.
35. У конфлікті з дитиною я часто можу визначити, що вона по-своєму має рацію.

36. Діти рано дізнаються, що батьки можуть помилятися.
37. Я завжди зважаю на думку дитини.
38. Я маю до дитини дружні почуття.
39. Основна причина капризів моєї дитини – егоїзм, упертість і лінь.
40. Неможливо нормально відпочити, якщо проводити відпустку з дитиною.
41. Найголовніше, щоб у дитини було спокійне, безтурботне дитинство, усе інше – додається.
42. Іноді мені здається, що моя дитина не здатна ні на що хороше.
43. Я поділяю захоплення своєї дитини.
44. Моя дитина може вивести із себе будь-кого.
45. Я розумію засмучення своєї дитини.
46. Моя дитина часто дратує мене.
47. Виховання дитини – безкінечне нервування.
48. Суворі дисципліна в дитинстві розвиває сильний характер.
49. Я не довіряю своїй дитині.
50. За строге виховання діти вдячні потім.
51. Іноді мені здається, що я ненавиджу свою дитину.
52. У моєї дитини більше недоліків, ніж достоїнств.
53. Я поділяю інтереси своєї дитини.
54. Моя дитина не в змозі будь-що зробити самостійно, а якщо й зробить, то обов'язково не так.
55. Моя дитина виросте не пристосованою до життя.
56. Моя дитина подобається мені такою, якою вона є.
57. Я ретельно слідкую за станом здоров'я моєї дитини.
58. Нерідко я захоплююся своєю дитиною.
59. Дитина не повинна мати секретів від батьків.
60. Я не високої думки про здібності моєї дитини й не приховую цього від неї.
61. Дуже бажано, щоб дитина товаришувала з тими дітьми, які подобаються її батькам.

Ключ

I. Прийняття – відторгнення:

3	4	8	10	12	14	15	16
18	20	23	24	26	27	29	37
38	39	40	42	43	44	45	46
47	49	51	52	53	55	56	60

II. Образ соціальної бажаності поведінки – кооперація:

6 9 21 25 31 33 34 35 36

III. Симбіоз:

1 5 7 28 32 41 58

IV. Авторитарна гіперсоціалізація:

2 19 30 48 50 57 59

V. «Маленький («невдаха»):

9 11 13 17 22 28 54 61

Порядок підрахунку тестових балів

Під час підрахунку тестових балів за всіма шкалами враховують правильну відповідь.

Високий тестовий бал за відповідними шкалами інтерпретується як:

I – відторгнення;

II – соціальна бажаність;

III – симбіоз;

IV – гіперсоціалізація;

V – інфантилізація (інвалідизація).

Розподіл ролей у сім'ї

Інструкція: просимо відповісти на запропоновані нижче запитання, які стосуються деяких моментів організації Вашого сімейного життя. Усі ваші відповіді залишаться в таємниці.

Для кожного запитання пропонується набір варіантів відповідей: виберіть, будь ласка, ту відповідь, яка найбільше підходить.

Запитальник

1. Від кого з вас залежать інтереси та захоплення сім'ї?

а) в основному від чоловіка;

б) здебільшого від чоловіка, але й від жінки також;

в) більше від дружини, але й від чоловіка також;

г) в основному від дружини.

2. Від кого з вас більше залежить настрої у сім'ї?

а) здебільшого від дружини;

б) переважно від дружини, але й від чоловіка теж;

- в) від чоловіка, але й від жінки теж;
- г) від чоловіка.

3. Якщо виникає необхідність, хто з вас першим знайде, де можна позичити велику суму грошей?

- а) дружина;
- б) дружина, але й чоловік теж;
- в) чоловік, але й дружина теж;
- г) чоловік.

4. Хто у вашій сім'ї часто запрошує в будинок гостей?

- а) чоловік;
- б) зазвичай запрошує чоловік, але й дружина теж;
- в) зазвичай запрошує дружина, але й чоловік теж;
- г) частіше запрошує дружина.

5. Кого в сім'ї більше турбують затишок і зручності вашої квартири?

- а) переважно чоловіка;
- б) більше чоловіка, але й дружину теж;
- в) здебільшого дружину, але й чоловіка теж;
- г) переважно дружину.

6. Хто з вас частіше першим цілує й обнімає іншого?

- а) зазвичай чоловік;
- б) зазвичай чоловік, але й дружина теж;
- в) зазвичай дружина, але й чоловік теж;
- г) зазвичай дружина.

7. Хто у вашій сім'ї вирішує, які газети й журнали передплачувати?

- а) зазвичай дружина;
- б) більше це залежить від дружини, але й від чоловіка теж;
- в) здебільшого це залежить від чоловіка, але й від дружини теж;
- г) зазвичай чоловік.

8. За чиєю ініціативою ви частіше ходите в кіно, театр?

- а) чоловіка;
- б) переважно чоловіка, але буває, що й дружини;
- в) переважно дружини, але буває, що й чоловіка;
- г) дружини.

9. Хто у вашій сім'ї грається з маленькими дітьми?

- а) в основному дружина;
- б) частіше дружина, але й чоловік теж;
- в) частіше чоловік, але й дружина теж;
- г) здебільшого чоловік.

10. Від кого у вашій сім'ї залежить взаємна задоволеність інтимними стосунками?

- а) переважно від чоловіка;
- б) більше від чоловіка, але й від дружини теж;
- в) більше від дружини, але й від чоловіка теж;
- г) переважно від дружини.

11. Майже всі подружні пари час від часу переживають труднощі в інтимних взаєминах; як ви вважаєте, від кого це може залежати у вашій сім'ї (більшою мірою)?

- а) частіше від чоловіка;
- б) зазвичай від чоловіка, але й від дружини теж;
- в) зазвичай від дружини, але й від чоловіка теж;
- г) частіше від дружини.

12. Чиї життєві принципи та правила (ставлення до брехні, обов'язковість виконання обіцянок, неможливість запізньовань й ін.) є визначальними у вашій сім'ї?

- а) дружини;
- б) зазвичай, дружини, але в деяких випадках – чоловіка;
- в) як правило, чоловіка, але в деяких випадках – дружини;
- г) чоловіка.

13. Хто у вашій сім'ї слідкує за поведінкою маленьких дітей?

- а) переважно дружина;
- б) частіше дружина, але іноді чоловік;
- в) частіше чоловік, але іноді дружина;
- г) здебільшого чоловік.

14. Хто у вашій сім'ї ходить із дитиною в кіно, театр, на прогулянки й ін.?

- а) в основному чоловік;
- б) частіше чоловік, але іноді дружина;

- в) частіше дружина, але іноді чоловік;
- г) в основному дружина.

15. Хто у вашій сім'ї більше звертає увагу на самопочуття іншого?

- а) чоловік;
- б) більшою мірою чоловік, але й дружина теж;
- в) більшою мірою дружина, але й чоловік теж;
- г) дружина.

16. Уявіть таку ситуацію: у вас обох з'явилася можливість змінити роботу на більш оплачувану, але менш цікаву. Хто це зробить першим?

- а) дружина;
- б) радше дружина, ніж чоловік;
- в) радше чоловік, ніж дружина;
- г) чоловік.

17. Хто у вашій сім'ї займається щоденними покупками?

- а) в основному чоловік;
- б) більшою мірою чоловік, але й дружина теж;
- в) більшою мірою дружина, але й чоловік теж;
- г) в основному дружина.

18. Хто у вашій сім'ї має більше підстав ображатися на байдужість, черствість, безтактність іншого?

- а) чоловік;
- б) більшою мірою чоловік, але й дружина теж;
- в) більшою мірою дружина, як чоловік;
- г) дружина.

19. Якщо у вашій сім'ї виникнуть труднощі з грошми, то хто із подружжя займеться пошуками додаткового заробітку?

- а) чоловік;
- б) насамперед чоловік, але й дружина візьме в цьому участь;
- в) насамперед дружина, але й чоловік візьме в цьому участь;
- г) дружина.

20. Хто у вашій сім'ї планує, як і де провести відпустку?

- а) в основному дружина;

- б) частіше дружина, але й чоловік бере участь;
- в) частіше чоловік, але й дружина бере участь;
- г) в основному чоловік.

21. Хто у вашій сім'ї викликає представників різних ремонтних служб і веде з ними переговори?

- а) зазвичай дружина;
- б) частіше це робить дружина, але інколи й чоловік;
- г) частіше це робить чоловік, але інколи й дружина;
- г) зазвичай це робить чоловік.

Обробка результатів полягає у підрахунку, якою мірою та чи інша роль реалізується чоловіком і дружиною.

Ключ (розподіл запитань за конкретними сімейними ролями):

1. Виховання дітей – запитання № 9, 13, 14.
2. Емоційний клімат у сім'ї – № 2, 15, 18.
3. Матеріальне забезпечення сім'ї – № 19, 3, 16.
4. Організація розваг – № 20, 8, 4.
5. Роль «господаря», «господині» – № 17, 5, 21.
6. Сексуальний партнер – № 10, 6, 11.
7. Організація сімейної субкультури – № 1, 7, 12.

Індекси з кожної сфери підраховуються як середнє арифметичне трьох запитань. У запитаннях № 1, 4, 5, 6, 8, 10, 11, 14, 15, 17, 18, 19 першій альтернативі приписується значення «1», другій – «2», третій – «3», четвертій – «4». В інших запитаннях значення приписуються у зворотному порядку, тобто у запитаннях № 2, 3, 7, 9, 12, 13, 16, 20, 21 першій альтернативі приписується значення «4», другій – «3», третій – «2», четвертій – «1».

Підрахунок за сферами здійснюємо так:

1. $(+9+13+14): 3$
2. $(+2+15+18): 3$
3. $(19+3+16): 3$
4. $(+20+8+4) : 3$
5. $(17+5+21): 3$
6. $(10+6+11): 3$
7. $(1+7+12): 3$

Чим вищий бал, тим більше ця роль в опитуваній сім'ї реалізується дружиною, чим нижчий – чоловіком. Якщо величина близька до

середнього значення, то цю роль обоє партнерів реалізують приблизно однаково.

Спілкування в сім'ї

1. Чи можна сказати, що вам із дружиною (чоловіком), як правило, подобаються одні й ті самі кінофільми, книги, вистави?

- а) так;
- б) імовірно, так;
- в) імовірно, ні;
- г) ні.

2. Чи часто під час розмови з дружиною (чоловіком) у вас виникає почуття спільності, повного взаєморозуміння?

- а) дуже рідко;
- б) достатньо рідко;
- в) досить часто;
- г) дуже часто.

3. Чи є у вас улюблені фрази, вирази, які означають для вас обох одне й те саме, і ви із задоволенням використовуєте їх?

- а) так;
- б) імовірно, так;
- в) імовірно, ні;
- г) ні.

4. Чи можете ви передбачити, чи сподобається вашій дружині (чоловікові) кінофільм, книга й т. ін.?

- а) так;
- б) імовірно, так;
- в) імовірно, ні;
- г) ні.

5. Як ви думаєте: відчуває ваша дружина (чоловік), чи подобається вам те, що вона говорить або робить, коли ви прямо про це не говорите?

- а) майже завжди;
- б) достатньо часто;

- в) досить рідко;
- г) майже ніколи.

6. Чи розповідаєте ви дружині (чоловікові) про свої стосунки з іншими людьми?

- а) розказую майже все;
- б) розказую достатньо багато;
- в) розказую достатньо мало;
- г) не розказую майже нічого.

7. Чи бувають у вас з дружиною (чоловіком) розбіжності щодо того, які стосунки підтримувати з рідними?

- а) так, бувають майже постійно;
- б) бувають досить часто;
- в) бувають достатньо рідко;
- г) ні, не буває майже ніколи.

8. Наскільки добре ваша дружина (чоловік) розуміє вас?

- а) дуже добре розуміє;
- б) швидше добре, ніж погано;
- в) швидше погано, ніж добре;
- г) зовсім не розуміє.

9. Чи можна сказати, що ваша дружина (чоловік) відчуває, що ви ображені або роздратовані чимось, але не хоче цього показати?

- а) так;
- б) напевне, так;
- в) напевне, ні;
- г) ні.

10. Як ви вважаєте, чи розказує вам дружина (чоловік) про свої неприємності та промахи?

- а) майже завжди;
- б) досить часто;
- в) досить рідко;
- г) майже ніколи.

11. Чи буває так, що якесь слово або предмет викликає у вас обох одні й ті ж спогади?

- а) дуже рідко;

- б) досить рідко;
- в) досить часто;
- г) дуже часто.

12. Коли у вас неприємності, поганий настрій, чи стає вам легше від спілкування з дружиною (чоловіком)?

- а) так, майже завжди;
- б) достатньо часто;
- в) досить рідко;
- г) ні, майже ніколи.

13. Як ви думаєте, чи є теми, на які дружині (чоловікові) важко та неприємно розмовляти з вами?

- а) їх дуже багато;
- б) їх досить багато;
- в) їх достатньо мало;
- г) таких тем дуже мало.

14. Чи буває так, що в розмові з дружиною (чоловіком) ви відчуваєте себе скуто, не можете підібрати потрібних слів?

- а) дуже рідко;
- б) досить рідко;
- в) достатньо часто;
- г) дуже часто.

15. Чи є у вас із дружиною (чоловіком) сімейні традиції?

- а) так;
- б) швидше так, ніж ні;
- в) швидше ні, ніж так;
- г) ні.

16. Чи може ваша дружина (чоловік) без слів зрозуміти, який у вас настрій?

- а) майже ніколи;
- б) досить рідко;
- в) достатньо часто;
- г) майже завжди.

17. Чи можна сказати, що у вас із дружиною (чоловіком) однакове ставлення до життя?

- а) так;

- б) швидше так, ніж ні;
- в) швидше ні, ніж так;
- г) ні.

18. Чи буває так, що ви не розказуєте дружині (чоловікові) новину, важливу для вас, але яка до неї (нього) не має прямого стосунку?

- а) дуже рідко;
- б) достатньо рідко;
- в) досить часто;
- г) часто.

19. Чи розказує вам дружина (чоловік) про свій фізичний стан?

- а) розказує майже все;
- б) розказує достатньо багато;
- в) розказує досить мало;
- г) не розказує майже нічого.

20. Чи відчуваєте ви, що подобається вашій дружині (чоловікові) те, що ви робите або говорите, якщо вона (він) прямо не говорить про це?

- а) майже завжди;
- б) достатньо часто;
- в) досить рідко;
- г) майже ніколи.

21. Чи можна сказати, що ви згодні один з одним в оцінці більшості своїх друзів?

- а) ні;
- б) радше ні, ніж так;
- в) радше так, ніж ні;
- г) так.

22. Як ви думаєте, чи може ваша дружина (чоловік) передбачити, чи сподобається вам той чи інший фільм, книга?

- а) думаю, так;
- б) радше так, ніж ні;
- в) радше ні, ніж так;
- г) думаю, ні.

23. Якщо ви зробили помилку, чи розкажете дружині (чоловікові) про свої неприємності?

- а) не розказую майже ніколи;
- б) розказую досить рідко;
- в) розказую досить часто;
- г) розказую майже завжди.

24. Чи буває так, що коли ви перебуваєте серед інших людей, то дружині (чоловікові) достатньо подивитися на вас, щоб зрозуміти, як ви ставитеся до того, що відбувається навкруги?

- а) дуже рідко;
- б) досить рідко;
- в) достатньо часто;
- г) дуже часто.

25. Як ви вважаєте, наскільки ваша дружина (чоловік) відверта(ий) із вами?

- а) повністю відверта(ий);
- б) скоріше відверта(ий);
- в) скоріше невідверта(ий);
- г) зовсім невідверта(ий).

26. Чи можна сказати, що вам легко спілкуватися з дружиною (чоловіком)?

- а) так;
- б) радше так, ніж ні;
- в) радше ні, ніж так;
- г) ні.

27. Чи часто ви пустуєте, спілкуючись один з одним?

- а) дуже рідко;
- б) достатньо рідко;
- в) досить часто;
- г) дуже часто.

28. Чи буває так, що після того, як ви розказали дружині (чоловікові) про щось дуже для вас важливе, вам доводилося пожалкувати, що ви розповіли зайве?

- а) ні, майже ніколи;

- б) досить рідко;
- в) достатньо часто;
- г) так, майже завжди.

29. Як ви думаєте, якщо у вашої дружини (чоловіка) неприємності, поганий настрій, чи стає їй (йому) легше від спілкування з вами?

- а) ні, майже ніколи;
- б) досить рідко;
- в) достатньо часто;
- г) так, майже завжди.

30. Наскільки ви відверті з дружиною (чоловіком)?

- а) повністю відвертий(а);
- б) скоріше відвертий(а);
- в) скоріше невідвертий(а);
- г) зовсім невідвертий(а).

31. Чи завжди ви відчуваєте, що ваша дружина (чоловік) ображена або роздратована чимось, якщо вона не хоче вам цього показати?

- а) так;
- б) напевне, це так;
- в) напевне, це не так;
- г) ні, це не так.

32. Чи трапляється, що ваші погляди з якого-небудь важливого для вас питання не збігаються з думкою вашої дружини (чоловіка)?

- а) дуже рідко;
- б) досить рідко;
- в) достатньо часто;
- г) дуже часто.

33. Чи буває так, що ваша дружина (чоловік) не ділиться з вами новиною, яка важлива особисто для неї (нього), але вас безпосередньо це не стосується?

- а) дуже часто;
- б) досить часто;
- в) достатньо рідко;
- г) дуже рідко.

34. Чи можете ви без слів зрозуміти, який у вашої дружини (чоловіка) настрій?
- а) майже завжди;
 - б) достатньо часто;
 - в) досить рідко;
 - г) майже ніколи.
35. Чи часто об'єднує вас із дружиною (чоловіком) почуття «ми»?
- а) дуже часто;
 - б) досить часто;
 - в) достатньо рідко;
 - г) дуже рідко.
36. Наскільки добре ви розумієте свою дружину (чоловіка)?
- а) зовсім не розумію;
 - б) радше погано, ніж добре;
 - в) радше добре, ніж погано;
 - г) повністю розумію.
37. Чи розповідає вам дружина (чоловік) про свої стосунки з іншими людьми?
- а) не розказує майже нічого;
 - б) розказує досить мало;
 - в) розказує достатньо багато;
 - г) розказує майже все.
38. Чи буває так, що в розмові з вами дружина (чоловік) відчуває себе напружено, скуто, не може підібрати потрібних слів?
- а) дуже рідко;
 - б) достатньо рідко;
 - в) досить часто;
 - г) дуже часто.
39. Чи є у вас таємниці від дружини (чоловіка)?
- а) є;
 - б) скоріше є, ніж немає;
 - в) скоріше немає, ніж є;
 - г) немає.

40. Чи часто ви, звертаючись один до одного, використовуєте смішні найменування?

- а) дуже часто;
- б) достатньо часто;
- в) досить рідко;
- г) дуже рідко.

41. Чи є теми, на які вам важко та неприємно говорити з дружиною (чоловіком)?

- а) дуже багато;
- б) досить багато;
- в) достатньо мало;
- г) дуже мало.

42. Чи часто у вас із дружиною (чоловіком) виникають розбіжності в тому, як виховувати дітей?

- а) дуже рідко;
- б) досить рідко;
- в) достатньо часто;
- г) дуже часто.

43. Як ви думаєте, чи можна сказати, що вашій дружині (чоловікові) легко спілкуватися з вами?

- а) так;
- б) радше так, ніж ні;
- в) радше ні, ніж так;
- г) ні.

44. Чи розказуєте ви дружині (чоловікові) про свій фізичний стан?

- а) розказую майже все;
- б) розказую достатньо багато;
- в) розказую досить мало;
- г) не розказую майже нічого.

45. Як ви думаєте, чи доводилося вашій дружині (чоловікові) жалкувати, що вона (він) розповіла вам щось дуже важливе для неї (нього)?

- а) майже ніколи;
- б) досить рідко;

- в) достатньо часто;
- г) майже завжди.

46. Чи виникало коли-небудь відчуття, що у вас із дружиною (чоловіком) існує своя мова, невідома нікому з оточуючих?

- а) так;
- б) радше так, ніж ні;
- в) радше ні, ніж так;
- г) ні.

47. Як ви вважаєте, чи є у вашої дружини (чоловіка) таємниці від вас?

- а) так;
- б) радше так, ніж ні;
- в) радше ні, ніж так;
- г) ні.

48. Чи буває так, що коли ви перебуваєте серед інших людей, то дружині (чоловікові) достатньо подивитися на вас, щоб зрозуміти, як ви ставитеся до того, що відбувається навкруги?

- а) дуже часто;
- б) достатньо часто;
- в) досить рідко;
- г) дуже рідко.

Запитання розбиваються за шкалами так:

1. Довіра спілкування – № 6, 23, 25, 39, 44 – як респондент оцінює себе за цією ознакою; № 10, 19, 30, 37, 47 – як він оцінює партнера.

2. Взаєморозуміння між подружжям – № 4, 20, 31, 34, 36 – як респондент оцінює себе за цією ознакою; № 5, 8, 9, 16, 22 – як він оцінює партнера.

3. Схожість у поглядах подружжя – № 1, 17, 21, 32, 42.

4. Загальні символи сім'ї – № 3, 11, 15, 40, 46.

5. Легкість спілкування між подружжям – № 2, 14, 26, 27, 43.

6. Психотерапевтичність спілкування – № 12, 28, 29, 41, 45. В усіх запитаннях першій альтернативі приписується значення

«4», другій – «3», третій – «Г», четвертій – «1». За кожною зі шкал підраховується індекс, значення якого дорівнює середньому арифметичному значень, які входять до шкали запитань.

Нижче наводяться формули розрахунку кожного індексу:

1. а) $6-23+25-39+44$ – чим вищий бал, тим більш довірливий характер спілкування в сім'ї;
б) $10+19+30-37-47$.
2. а) $4+20+31+34-36$;
б) $5+8+9-16+20$ – чим більший бал, тим вище взаєморозуміння між подружжям.
3. $1+17-21+32+42$ – чим вищий бал, тим більш подібні погляди подружжя.
4. $3-11+15+40+46$ – чим вищий бал, тим більше підстав говорити про наявність «сімейної мови».
5. $-2+14+26-27+43$ – чим вищий бал, тим легше подружжю спілкуватись один з одним.
6. $12+28+29-41+45$ – чим більше значення індексу, тим «психотерапевтичніше» відбувається процес спілкування у сім'ї.

Методика «Типовий сімейний стан»

П – психолог

Р – респондент

1. Психолог: «Подумки поверніться додому, у сім'ю! Згадайте почуття, із яким ви відчиняєте двері додому! Згадайте почуття, із яким думаєте про домашні справи на роботі! Як ви відчуваєте себе у вихідні дні та ввечері? Згадайте все ваше сімейне життя! Як ви відчуваєте себе найчастіше? Позначте на шкалах!»

П: (дає бланк для відповідей). Р: (відзначає).

2. Психолог: (звертає увагу на рису респондента, найбільш виражену на шкалах): «Ви відзначили, що відчуваєте себе в сім'ї дуже ... (називається відповідна риса). Це, скоріше, приємне чи неприємне почуття? Прошу вас згадати декілька випадків із вашого сімейного життя, коли ви почували себе дуже ... (називається той же стан)».

3. Р (розповідає).

П: «Спробуйте ще раз оцінити свій стан удома на цих же шкалах! Усе залишається по-старому чи щось зміниться?» Р: (звичайно міняє оцінку з деяких шкал, якщо при цьому на перший план вийшов інший стан, то вся процедура повторюється від п. 2).

Обробка: бали зі шкал, помічених однаковим індексом, сумуються. Стан констатується, якщо сума оцінок із 4-х субшкал перевищує або дорівнює за У (загальна незадоволеність) – 26 балам; за Н (нервово-психічне напруження) – 27 балам; за Т (сімейна тривожність) – 26 балам.

1. Задоволеним	0	7 Незадоволеним	У
2. Спокійним	0	7 Стривоженим	Т
3. Розслабленим	0	7 Напруженим	Н
4. Радісним	0	7 Засмученим	У
5. Потрібним	0	7 Зайвим	Т
6. Відпочилим	0	7 Замученим	Н
7. Здоровим	0	7 Хворим	У
8. Сміливим	0	7 Несміливим	Т
9. Безтурботним	0	7 Стурбованим	Н
10. Хорошим	0	7 Поганим	У
11. Спритним	0	7 Незграбним	Т
12. Вільним	0	7 Зайнятим	Н

Т-; У-; Н-

Прізвище, ім'я, по батькові _____

Запитальник «Конструктивно-деструктивна сім'я» (КДС)

Запитальник уключає твердження про члена вашої сім'ї, який найбільше завдає вам турбот.

Твердження пронумеровані. Такі ж номери є в «Бланку запитальника КДС».

Читайте по черзі твердження запитальника. Якщо ви переважно згодні з ними, то на бланку обведіть кружком номер твердження. Якщо ви здебільшого не згодні, то закресліть цей номер. Якщо важко вибрати, то поставте на номері знак питання. Намагайтеся, щоб таких відповідей було не більше трьох.

У запитальнику немає «правильних» або «неправильних» тверджень. Відповідайте так, як є насправді, як ви думаєте. Пам'ятайте: ви відповідаєте про члена вашої сім'ї, який найбільше завдає вам турбот.

1. Упевнений, що допомогти йому (їй) можуть тільки найсуворіші заходи.

2. Коли дивлюся на нього (неї), думаю, що доля до мене несправедлива.

3. Я ніколи не знаю, що в нього (неї) на думці.

4. Іноді думаю: «Було б краще, якби він (вона) куди-небудь зник (зникла)».

5. Що б ми з ним (нею) не робили, він (вона) стає все гіршим (гіршою).

6. Оточуючі вважають мене винним (винною) у тому, що відбувається з ним (нею).

7. Нерідко він (вона) зникає і я не знаю, що з ним (нею).
8. Ніхто з оточуючих не хоче допомогти мені.
9. Він (вона) не зважає на мене,
10. Буває, що мені неприємно мати з ним (нею) справу.
11. Я ніколи не знаю, що вона (він) викине ще.
12. Він (вона) ставиться до мене вороже.
13. До нього (неї) неможливо знайти підхід.
14. Через нього (неї) в мене зіпсовані стосунки з багатьма людьми.
15. Він (вона) все приховує від мене.
16. Якби його (її) не було, моє життя було б щасливим та цікавим.
17. Навіть якщо він (вона) твердо вирішить стати кращим, я знаю: все одно він (вона) залишиться таким (такою), як був (була).
18. Мені соромно, коли говорять про нього (неї).
19. Він (вона) постійно обманює мене.
20. Його (її) виправлення (видування) дуже мало залежить від мене.

Бланк запитальника КДСДК

1	5	9	13	17	Вплив	5	2
2	6	10	14	18	Фрустрація	4	2
3	7	11	15	19	Інформація	5	1
4	8	12	16	20	Відчуження	3	0

Характер взаємодії подружжя в конфліктних ситуаціях

Шкала можливих реакцій на визначену ситуацію:

- а) категорично не згідна з тим, що чоловік робить і говорить у певній ситуації, активно заперечую йому й стою на своєму (-2);
- б) не згідна з тим, що чоловік робить і говорить у певній ситуації, демонструю своє незадоволення, але уникаю відкритого обговорення (-1);
- в) нічого не розпочинаю, не виказую свого ставлення, чекаю подальшого розвитку подій (0);
- г) у цілому згідна з тим, що чоловік робить і говорить, але не вважаю за необхідне відкрито виражати своє ставлення (1);
- г) повністю згідна з тим, що чоловік робить і говорить у певній ситуації, активно підтримую його й схвалюю (2).

Текст методики

(Працюючи з методикою, потрібно використовувати два різних варіанти для чоловіка та дружини, оскільки загальний варіант може викликати нерозуміння в респондента)

1. Ви запросили своїх родичів у гості: чоловік, знаючи про це, несподівано пізно повернувся додому. Вас це дуже засмутило й після відходу гостей ви висловлюєте чоловікові своє засмучення, а він не може зрозуміти причину незадоволеності. Ви...

2. Чоловік уже багато разів обіцяв вам зробити дещо в будинку (квартирі), але й досі ним нічого не зроблено. Ви...

3. Ви довго стояли в черзі у магазині; продавець постійно відволікався, хамив покупцям. Коли підійшла ваша черга, чоловік, на ваш погляд, дуже різко почав розмовляти з ним. Ви неприємно здивовані його тоном. Ви...

4. Уже пізно, дитині треба лягати спати, але їй не хочеться, а чоловік усе-таки намагається відправити її в ліжко. Ви втручаєтесь і дозволяєте дитині ще трішки погратися, кажучи, що завтра вихідний. Чоловік наполягає на своєму. Ви ...

5. Ви домовилися вихідний день провести разом удома. Але несподівано вам зателефонували батьки й запросили до себе. Ви раптово почали збиратися. Чоловік незадоволений, що ваші спільні плани порушили. Ви...

6. У чоловіка поганий настрій. Ви здогадуєтесь, що в нього неприємності на роботі, хоча він нічого не говорить. Ви намагаєтесь викликати його на розмову, але він уникає її. Ви...

7. Ви з чоловіком запрошені на день народження друга, грошей на подарунок не вистачає. Вам здається, що саме чоловік у цьому місяці витратив дуже багато. Ви...

8. Ваша подруга ділиться з вами та вашим чоловіком своїми проблемами та переживаннями. Одне із зауважень чоловіка, на ваш погляд, випадає із загального тону розмови та є образливим для співбесідниці. Ви...

9. Вам обом потрібно затриматися на роботі й немає кому побути з дитиною. Ви вважаєте, що ваші справи важливіші й це повинен зробити чоловік, але він не згідний. Ви...

10. Ви почали ремонт квартири. Несподівано з'ясувалося, що цей задум обійдеться дорожче, ніж ви планували. Чоловік із самого початку ставився скептично до ваших планів, а тепер дуже сердитий на вас за непередбачені витрати. Ви...

11. У Вас є улюблена справа. Чоловік радить залучити до цієї справи дитину. Ви ж вважаєте, що дитина буде вам заважати, а чоловік продовжує наполягати. Ви...

12. Ви намагаєтесь вийти з будинку в справах, а чоловік хоче з вами поговорити й незадоволений, що ви відмовляєтесь затриматися на декілька хвилин. Ви ...

13. Із юності у вас лишилося багато друзів-чоловіків. Ви із задоволенням спілкуєтесь із ними, вони заходять до вас у гості. У чоловіка ці візити викликають незадоволення. Ви...

14. Ви зайшли до чоловіка на роботу. Його не виявилось на місці, і поки ви його чекали, вам явно вдалося завоювати симпатію його колег-чоловіків. Вас здивувала негативна реакція чоловіка. Ви...

15. Вам здається, що чоловік періодично не на те витрачає гроші. Ось знову він купив непотрібну, на ваш погляд, річ, але чоловік вважає, що вона необхідна в домі. Ви...

16. Ви просите чоловіка допомогти дитині підготувати уроки, тому що самі гірше знайомі з цим предметом, а чоловік продовжує займатися своїми справами й відправляє дитину до вас, кажучи, що йому ніколи. Ви ...

17. Останнім часом на роботі ви багато спілкуєтесь з одним із ваших колег. Ви часто телефонуйте один одному, згадуєте про нього в розмові з чоловіком. Чоловікові це явно неприємно. Ви...

18. Ви випадково зустріли свою стару знайому, розговорилися з нею й вона вмовила вас зайти до неї додому. Ви були в неї цілий вечір і пізно повернулися додому. Чоловік хвилювався й коли ви повернулися, виказав вам своє незадоволення. Ви...

19. За декілька днів до зарплати знову виникла розмова про те, що грошей не вистачає. Чоловік вважає, що ви не достатньо працюєте для забезпечення сім'ї. Ви...

20. Ви провели вечір разом із новими друзями, які подобаються чоловікові, але вам не дуже симпатичні. На ваш погляд, із ними було нудувато, але ви намагалися цього не виказувати, а по дорозі додому чоловік раптово виявив незадоволення тим, як ви поводити себе з його друзями. Ви...

21. Ваш чоловік збирається до своїх старих друзів у гості. Вам хотілося б піти з ним, але він не пропонує вам цього. Ви...

22. У Вас є улюблене заняття, якому ви приділяєте вільний час. Чоловік не розділяє цього інтересу й навіть відкрито виражає своє незадоволення. Ви...

23. Чоловік покарав дитину, але вам здається, що учинок не настільки серйозний і ви починаєте гратися з дитиною, чоловік незадоволений цим. Ви...

24. В гостях у друзів вас познайомили з симпатичною жінкою. Ваш чоловік протягом усього вечора сидів із нею поряд, танцював і про щось жваво розмовляв. Вас це зачепило. Ви...

25. Ви збираєтеся провести неділю вдома, але виявилось, що чоловік пообіцяв друзям провідати їх. Вам дуже не хочеться йти. Ви...

26. Ви розповіли подрузі про ваші сімейні проблеми. Чоловік дізнався про це й був дуже незадоволений, оскільки вважав, що не слід розповідати всім і кожному про такі речі. Ви...

27. Чоловік давно просив вас зашити штани. «Сьогодні він хотів одягнути їх, але вони виявилися не зашитими. Він висловлює своє незадоволення, незважаючи на те, що знає: вам було ніколи. Ви...

28. Знайомий вашої сім'ї вже не вперше підвів вас і ви вважаєте, що йому потрібно відверто висловити своє незадоволення. Чоловік каже, що не потрібно надавати цьому великого значення. Ви...

29. У Вас поганий настрій і вам хочеться поділитися з чоловіком своїми переживаннями й сумнівами. Ви намагаєтеся заговорити з ним, але він не помічає вашого стану й відповідає, що поговорити можна пізніше, а зараз йому ніколи. Ви...

30. Приятель чоловіка подзвонив і попросив вас передати щось йому, як тільки той повернеться додому. У вас було багато справ, і ви згадали про це тільки пізно ввечері. Чоловік був дуже незадоволений і різко сказав, що ваша необов'язковість уже не вперше ставить його в незручне становище. Ви...

31. Увечері ви збираєтеся разом із чоловіком подивитися телевізор, однак ваші інтереси не збігаються: вам хочеться дивитися передачі по різних каналах. Кожен із вас наполягає на своєму. Ви...

32. Ви обговорюєте з друзями плани спільної відпустки. Чоловік несподівано починає виступати проти вашої пропозиції. Ви...

Усі ситуації групуються у вісім блоків:

1. Ставлення до родичів та друзів – № 1, 5, 8, 20.
2. Виховання дітей – № 4, 11, 16, 23.
3. Прояв автономії одним із подружжя – №6, 18, 21, 22.
4. Порухення рольових очікувань – № 2, 12, 27, 29.
5. Неузгодженість норм поведінки – № 3, 26, 28, 30.
6. Прояв домінування одним із подружжя – № 9, 25, 31, 32.
7. Прояв ревностів – № 13, 14, 17, 24.
8. Розбіжності в ставленні до грошей – № 7, 10, і 5, 19.

Крім того, ситуації можуть бути розділені на дві групи за основою «винуватого в конфлікті». Слово «вина» ми беремо в лапки, оскільки йдеться не про реальну винуватість (яку взагалі важко виявити), а про привід до сварки. У ситуаціях № 4, 5, 9, 10, 11, 13, 14,

17, 19, 22, 23, 26, 27, 30, 31 більше у виникненні конфлікту «винен» респондент, а в ситуаціях № 1, 2, 3, 6, 7, 8, 12, 15, 16, 20, 21, 24, 25, 28, 29, 32 такий привід подав чоловік (дружина).

Результати методики отримують методом розрахунку загального індексу (середнє арифметичне відповідей за всіма ситуаціями), а також окремих індексів за блоками (середнє арифметичне з кожного блоку).

Значення індексів змінюються від -2 до 2. Негативне значення індексів свідчить про негативну реакцію респондента в конфліктних ситуаціях, позитивні – про позитивні реакції. Значення, близькі до 1 або до -1, підкреслюють пасивний характер поведінки під час сімейних непорозумінь, а близькі до 2 чи до -2 – про активну позицію в певних ситуаціях.

Отримані дані дають можливість стверджувати й про загальний рівень конфліктності в парі. Чим ближче значення загального індексу до -2, тим більш конфліктний характер має взаємодія подружжя.

Тест-запитальник задоволеності шлюбом (В. В. Столін, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко)

Тест-запитальник запропонований для експрес-діагностики ступеня задоволеності-незадоволеності шлюбом, а також ступеня узгодженості-неузгодженості задоволеності шлюбом у конкретній подружній парі. Запитальник можна застосовувати індивідуально в консультативній практиці та масово для виявлення задоволеності шлюбом у тій чи іншій соціальній групі.

Це – одномірна шкала з 24-х тверджень, які належать до різноманітних сфер: сприйняття себе та партнера, думки, оцінки, установки тощо. Кожному твердженню відповідають три варіанти відповіді: а) правильно, б) важко сказати, в) неправильно.

Інструкція досліджуваному: «Уважно читайте кожне твердження й обирайте один із трьох варіантів відповідей. Намагайтесь уникати відповіді „важко сказати”, “затрудняюсь відповісти” тощо».

Текст запитальника

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

- а) правильно;
- б) неправильно;
- в) не впевнений.

2. Ваші сімейні відносини дають вам:

- а) швидше занепокоєння й страждання;
- б) тяжко відповісти;
- в) швидше радість і задоволення.

3. Рідні та друзі оцінюють ваш шлюб:

- а) як щасливий;
- б) щось середнє;
- в) як нещасливий.

4. Якби ви могли, то:

- а) багато чого змінили в характері дружини (чоловіка);
- б) важко сказати;
- в) ви не стали б нічого змінювати.

5. Одна з проблем сучасного шлюбу в тому, що все «приїдається», у тому числі й сексуальні відносини:

- а) правильно;
- б) важко сказати;
- в) неправильно.

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

- а) що ви нещасніший від інших;
- б) важко сказати;
- в) що ви щасливіший за інших.

7. Життя без сім'ї, близької людини – дуже дорога ціна за повну самотійність:

- а) правильно;
- б) важко сказати;
- в) неправильно.

8. Ви вважаєте, що без вас життя вашої дружини (чоловіка) було б неповноцінним:

- а) так, вважаю;

- б) важко сказати;
- в) ні, не вважаю.

9. У більшості людей якюсь мірою не справджуються сподівання стосовно шлюбу:

- а) правильно;
- б) важко сказати;
- в) неправильно.

10. Тільки більшість різних обставин заважають вам подумати про розлучення:

- а) правильно;
- б) не можу сказати;
- в) неправильно.

11. Якби повернувся час, коли ви вступали в шлюб, то вашим чоловіком (жінкою) міг би стати:

- а) хто завгодно, тільки не теперішній чоловік (жінка);
- б) важко сказати;
- в) можливо, саме теперішній чоловік (жінка).

12. Ви гордитесь, що саме така людина, як ваш чоловік (жінка), – поруч із вами:

- а) правильно;
- б) важко сказати;
- в) неправильно.

13. На жаль, недоліки вашого чоловіка (жінки) часто переважають його достоїнства:

- а) правильно;
- б) важко сказати;
- в) неправильно.

14. Основна перешкода для щасливого сімейного життя полягає у:

- а) швидше всього в характері вашого чоловіка (жінки);
- б) важко сказати;
- в) швидше у вас самих.

15. Почуття, із якими ви вступали в шлюб:

- а) посилилися;
- б) важко сказати;
- в) ослабли.

16. Шлюб притуплює творчі можливості людини:

- а) правильно;
- б) важко сказати;
- в) неправильно.

17. Можна сказати, що ваш чоловік (дружина) має такі достоїнства, які компенсують його недоліки:

- а) згоден;
- б) щось середнє;
- в) ні, не згоден.

18. На жаль, у вашому шлюбі не все благополучно з емоційною підтримкою один одного:

- а) правильно;
- б) важко сказати;
- в) неправильно.

19. Вам здається, що ваш чоловік (дружина) часто робить дурниці, говорить недоречно й жартує:

- а) правильно;
- б) важко сказати;
- в) неправильно.

20. Життя в сім'ї, як вам здається, не залежить від вашої волі:

- а) правильно;
- б) важко сказати;
- в) неправильно.

21. Ваші сімейні відносини не внесли в життя того порядку й організованості, яких ви чекали:

- а) правильно;
- б) важко сказати;
- в) неправильно.

22. Неправі ті, хто вважає, що саме в сім'ях людина менше всього може розраховувати на повагу:

- а) згоден;
- б) важко сказати;
- в) незгоден.

23. Зазвичай, присутність вашого чоловіка (жінки) дає вам радість:

- а) правильно;
- б) важко сказати;
- в) неправильно.

24. Чесно кажучи, у вашому сімейному житті нема й не було жодного світлого моменту:

- а) правильно;
- б) важко сказати;
- в) неправильно.

Ключ

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

Порядок підрахунку. Якщо обраний досліджуваним варіант відповіді (а, б чи в) збігається з наведеними в ключі, то нараховується 2 бали; якщо проміжний (б) – то 1 бал; за відповідь, що не збігається з наведеними, – 0 балів.

Далі підраховується сумарний бал з усіх відповідей. Можливий діапазон тестового балу – від 0 до 48 балів. Високий бал свідчить про задоволеність шлюбом.

Уся вісь сумарних балів тесту розбивається на сім категорій:

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

Запитальник «Шкала кохання й симпатії» (З. Рубін)

Інструкція: «Оцініть, будь ласка, ступінь своєї згоди з кожним із наведених нижче суджень, що стосуються ваших відносин із дружиною (чоловіком). Використовуйте при цьому запропоновані варіанти відповідей.

1. Мені було б дуже важко, якби довелося жити без нього (неї):
- а) це так;

- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

2. Коли ми разом, у нас завжди схожий настрій:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

3. Я можу сказати, що він (вона) належить тільки мені:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

4. Він (вона) дуже розумна людина:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

5. Для нього (неї) я готова(ий) абсолютно на все:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

6. У більшості випадків він (вона) подобається майже зразу ж після знайомства:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

7. Коли мені погано, то хочеться поділитися тільки з ним (нею):

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

8. Я думаю, що ми з нею (ним) внутрішньо схожі один на одного:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

9. Я відчуваю себе відповідальним за те, щоб йому (їй) було добре:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

10. Мені хотілось би бути схожим на нього (неї):

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

11. Мені приємно відчувати, що він (вона) довіряє мені більше, ніж інші:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

12. Він – один із найпривабливіших чоловіків (вона – одна з найпривабливіших жінок), котрих я знаю:

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

13. Мені було б дуже важко, якби довелося жити без нього (неї):

- а) це так;
- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

14. Я впевнена(ий), що він (вона) добре до мене ставиться:

- а) це так;

- б) можливо, це так;
- в) навряд чи це так;
- г) це зовсім не так.

Ключ

Шкала кохання: запитання №1, 3, 5, 7, 9, 11, 13.

Шкала симпатії: запитання № 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14.

Результати тесту підраховуються втнїїв сумування відповідей за кожним твердженням пf їх усереднення. При цьому першій альтернативі приписується – 4; другій – 3; третій – 2; четвертій – 1. Значення з кожного пункту входить у сумарний бал без коефіцієнта, тобто вагомість усіх тверджень однакова. Результати за шкалами кохання та симпатії рахуються окремо. Сумарний бал може варіювати від 1 до 4. Можливий також підрахунок сумарного балу за двома шкалами, це буде характеризувати загальний рівень емоційних відносин у діаді. Сумарний бал може варіювати від 2 до 8. Час заповнення тесту – 5–7 хвилин.

Опитувальник для визначення співузалеженення (коалкоголізму)

№ пор.	Питання	Відповідь (так, ні)
1	2	3
1	Чи ви непокоїлися з приводу кількості спиртного, випитого вашим чоловіком?	
2	Чи є у вашій сім'ї фінансові проблеми, пов'язані з пияцтвом чоловіка?	
3	Чи брехали ви колись для того, щоб приховати пияцтво чоловіка?	
4	Чи думаєте ви, що для вашого чоловіка пиятика більше значить, ніж ви?	
5	Чи вважаєте ви, що причиною пияцтва вашого чоловіка оточення (друзі, співробітники, родичі)?	
6	Чи запізнювався ваш чоловік додому через пиятику?	
7	Чи погрожували ви коли-небудь розлученням своєму чоловікові, якщо він не припинить зловживати спиртним?	

Продовження таблиці

8	Чи намагаєтеся ви відчути запах спиртного в разі пізнього повернення вашого чоловіка додому?	
9	Чи доводилося вам уникати суперечок з чоловіком через побоювання викликати в нього бажання випити – «розрядитися» після сварки?	
10	Чи бувало вам соромно через непомірне пияцтво вашого чоловіка?	
11	Чи не здається вам, що пиятика вашого чоловіка псує ваше сімейне життя?	
12	Чи бували випадки, коли ви хотіли викликати міліцію, щоб «привести до порядку» п'яного чоловіка?	
13	Чи доводилося вам шукати вдома заховане спиртне?	
14	Чи думаєте ви, якщо чоловік має до вас почуття кохання, то він буде пити менше?	
15	Чи доводилося вам відмовлятися від запрошень у гості через страх, що ваш чоловік нап'ється?	
16	Чи є у вас почуття провини через те, що ви не можете контролювати пияцтво вашого чоловіка?	
17	Чи вважаєте ви, що проблем у сім'ї не буде, якщо ваш чоловік припинить зловживати спиртним?	
18	Чи погрожували ви коли-небудь самогубством своєму чоловікові через його пияцтво?	
19	Чи траплялося, щоб ви зривали злість на комусь іншому, бо були засмучені пияцтвом чоловіка?	
20	Чи викликали у вас коли-небудь роздратування такі слова чоловіка, як «пробач мені, це останній раз» або «я кохаю тебе, не будемо сваритися»?	
21	Чи було, що чоловік обіцяв не пити, але не пив лише кілька днів?	
22	Чи дратує вашого чоловіка, коли ви чи інші близькі люди (друзі, родичі) говорять, що йому треба пити менше?	
23	Чи було таке, що для того, щоб почувати себе нормально вранці, вашому чоловіку було потрібно похмелитися?	
24	Чи були у вашого чоловіка неприємності через пияцтво?	

25	Чи намагається ваш чоловік мати зайву порцію спиртного на вечірках, пікніках тощо, бо йому здається, що він випив мало?	
26	Чи вважає ваш чоловік, що він може кинути пити, тільки-но цього захоче?	
27	Чи траплялося вашому чоловікові прогулювати роботу, бо він був п'яний або не міг підвестися з похмілля?	
28	Чи був хоча б один випадок, коли ваш чоловік не міг згадати, що з ним було в стані сп'яніння?	
29	Чи є у вас таке відчуття, що ніхто на світі не розуміє ваших труднощів з чоловіком?	
30	Згадуючи своє дитинство, чи ви можете сказати, що принаймні один із ваших батьків зловживав алкоголем?	

Обробка

1. Якщо ви відповіли «так» хоча б на п'ять питань, то вам треба серйозно замислитися над проблемою алкоголю у вашій сім'ї. Протягом місяця записуйте, скільки разів чоловік уживав спиртне та в якій кількості (хоча б приблизно, вважаючи на стан сп'яніння). Проаналізувавши ці записи, можна визначити рівень зловживання алкоголем вашого чоловіка.

2. Якщо ви відповіли «так» на 10–15 питань, то ви і ваша сім'я узалежнені від алкоголю.

3. Якщо ви відповіли «так» на 25 питань або більше, то без медичної й психологічної допомоги ваша сім'я навряд чи зможе позбутись узалежнення від алкоголю та коалкоголізму.

Досить ефективними в роботі психолога-консультанта є проєктивні методики, в основі яких лежать невербальні стимули, картинки, портрети, кольорові еталони, неструктуровані плями та ін. За допомогою проєктивних досліджень можна виявити глибинні неусвідомлені переживання особистості, отримати достовірні уявлення про систему її відношень, життєві установки, емоційні стани.

До найбільш уживаних проєктивних тестів, які застосовуються в клінічній психології, належать метод Роршаха, тематичний аперцептивний тест ТАТ, малюнковий аперцептивний тест РАТ, тест Люшера, метод малюнкової фрустрації С. Розенцвейга.

Результати аналізів цього типу методик є досить інформативними в діагностичній роботі практичного психолога, оскільки дають можливість вивчити особистість у цілому – дослідити мотиви, тенденції й особливості стосунків у різних сферах її життєдіяльності.

Але варто підкреслити, що проєктивна методика – це дуже витончена й водночас надзвичайно складна в експлуатації техніка, яка вимагає ретельного ознайомлення та досконалого оволодіння її прийомами. З урахуванням вищесказаного, застосування методів цього типу на практиці має бути особливо обережним, обґрунтованим і підкріплюватись іншими, більш надійними й достовірними процедурами (вивчення життєвого шляху особистості, спостереження, бесіда та ін.).

Метод Роршаха (H. Rorschach, 1921) – проєктивний метод, який дає змогу на основі тлумачення людиною випадкових зображень, «плям», дослідити особистісні особливості обстежуваного.

Детальний опис методики та її проведення не подається, оскільки найкраще він представлений у відповідній інструкції до використання тесту.

Слід відзначити, що метод Роршаха належить до найбільш складних прийомів дослідження особистості. Застосування його можливе лише після певного навчання психолога специфіки використання методики, тривалого практичного досвіду роботи та солідних теоретичних знань у галузі психології особистості.

Тематичний аперцептивний тест (ТАТ) (запропонований А. Murrey і С. Morgan) – проєктивний метод, стимульний матеріал

якого складається з 29 картин й однієї білої карти, яку пред'являють досліджуваному для того, щоб він уявив на ній будь-яку картину.

Досліджуваний повинен за кожною з картин скласти невелику зв'язну розповідь. Психолог пояснює, що досліджується його здатність до фантазування чи схильність до літературної творчості.

Передбачається, що досліджуваний у придуманих ним розповідях приписуватиме персонажам свої почуття, переживання й відносини, тобто розповідатиме сам про себе чи наділятиме видуманих персонажів своїми знаннями, приписуватиме їм свої почуття й переживання.

Найбільше застосування ТАТ знаходить у клініці неврозів та інших пограничних станів для виявлення афективних конфліктів. При цьому особливий інтерес для психолога можуть представляти такі особливості афективної сфери особистості, як визначення провідних мотивів, стосунків, цінностей, виявлення афективних конфліктів, характеристика низки індивідуально-особистісних особливостей (імпульсивність – підконтрольність, емоційна стійкість – лабільність, емоційна зрілість – інфантильність), самооцінка обстежуваного (співвідношення між «Я» ідеальним та реальним, степінь прийняття себе).

Із допомогою цього методу також можна отримати певні особистісні характеристики при афективних психозах, алкогольній деградації особистості, при дослідженні афективної сфери хворих на шизофренію.

Для дітей молодшого віку (від трьох до 10 років) застосовують *тест САТ*, який є варіантом ТАТ. Тут, замість 29 картин, використовуються 10 малюнків невизначеного змісту, на яких зображені тварини.

Дитині кажуть: «Я покажу тобі картинки, за кожною з них треба придумати розповідь. Розкажи, що намальовано на картинці, що було раніше з тваринами, які тут зображені, що буде з ними потім. Скажи, про що думають тварини, весело їм чи сумно».

Розповіді досліджуваних записуються дослівно, фіксується латентний час і час, затрачений на придумування розповіді. Потрібно також ураховувати дані спостережень за мімікою, жестами, інтонаціями й іншими проявами дитини.

Інтерпретація отриманих даних проводиться психологом, який пройшов курс навчання роботи з методикою (В. М. Блейхер, Л. Ф. Бурлачук, 1978; Л. Ф. Бурлачук, 1979; Е. Т. Соколова, 1985).

Малюнковий апперцептивний тест(рос. РАТ)

РАТ – це більш компактний модифікований варіант тематичного апперцептивного тесту (ТАТ) Г. Мюррея. Він займає менше часу на дослідження й більш пристосований до умов роботи практичного психолога. І головне – для нього розроблено зовсім новий стимульний матеріал, що являє собою вісім контурних малюнків, на яких зображено дві, рідше – три людини; кожен персонаж зображений в умовній манері: ні вік, ні стать, ні соціальний статус за малюнком визначити не можна. Водночас пози, експресія жестів, особливості розташування фігурок дають підставу судити про те, що на кожному з малюнків зображена ситуація, імовірно конфліктна, і в деякій мірі два персонажі задіяні в складних міжособистісних стосунках. При цьому там, де є третій учасник або спостерігач подій, його позиція може бути витлумачена як індіферентна, активна або страждальна.

Ця методика наділена широким спектром діагностичних можливостей. У силу великої лаконічності й простоти вона знайшла застосування під час дослідження школярів та молоді в контексті профорієнтаційних проблем, у сімейному консультуванні, у соціально-психологічній допомозі пресуицидентам, при вивченні виробничих, спортивних і воєнізованих колективів, а також у клініці неврозів.

Досліджуваному (або групі досліджуваних) дається завдання послідовно, згідно з нумерацією, розглядати кожну картинку, при цьому постаратися дати волю фантазії й скласти за кожною з них невелику розповідь, у якій будуть відображені відповіді на наступні питання:

1. Що відбувається в цей момент?
2. Хто ці люди?
3. Про що вони думають і що відчувають?
4. Що призвело до цієї ситуації й чим вона закінчиться?

Висловлюється також прохання не використовувати відомі сюжети, узяті з книг, театральних постановок або кінофільмів, а придумати своє. Підкреслюється, що об'єктом уваги експериментатора є уява досліджуваного, вміння видумувати, багатство фантазії. Зазвичай, досліджуваному дається подвійний аркуш паперу із зошита, на якому найчастіше вільно розміщуються вісім коротких розповідей, що містять відповіді на всі поставлені питання; щоб у досліджуваного не було відчуття обмеження, можна дати два таких листки. Час також не обмежується, однак експериментатор покваліює досліджуваних, щоб отримати більш безпосередні відповіді. Окрім аналізу сюжетів, їх

змістовної сторони, експериментатору надається можливість проаналізувати почерк досліджуваного, стиль письма, манеру викладу, культуру мови, словниковий запас, що також має велике значення для оцінки особистості в цілому.

Захисні тенденції можуть проявлятися у вигляді декількох одноманітних сюжетів, де відсутній конфлікт: може йтися про танці або гімнастичні вправи, заняття йогою.

Картинка 1 провокує створення сюжетів, у яких виявляється ставлення досліджуваного до проблеми влади й приниження. Щоб зрозуміти, із ким із персонажів ідентифікує себе досліджуваний, слід звернути увагу, кому з них в оповіданні він приділяє більшу увагу та приписує сильніші почуття, наводить доводи, які виправдовують позицію, нестандартні думки або вислови. Розмір оповідання також значною мірою залежить від емоційної значущості того чи іншого сюжету.

Картинка 2, 5 та 7 більше пов'язані з конфліктними ситуаціями (наприклад сімейними), де складні стосунки між двома людьми переживаються кимось третім (наприклад, дитиною), хто не може рішуче змінити ситуацію. При цьому позиція цієї третьої особи проявиться на відповідному малюнку ідентифікацією й може виглядати як індіферентна (картинка 2), пасивна втеча від утручання (картинка 5), миротворчі тенденції або інша спроба втручання (картинка 7).

Якщо **картинка 3** частіше провокує виявлення конфлікту у сфері особистісних, інтимних відносин, то **картинка 4** може розглядатися як аналогічна ситуація одними і як службовий конфлікт – іншими, оскільки в першому випадку фігурує ослін (символ поетичних зустрічей), а в другому – стілець. На цих картинках також проявляються сюжети з висвітленням проблеми самотності, покинутості, фрустрованої афіліативної потреби, незрозумілості й неприйняття в колективі.

Картинка 2 частіше за інші викликає емоційний відгук у нестійких осіб, нагадує про безглузді сплески некерованих емоцій, у той час як із приводу **картинки 5** більше будуються сюжети, у яких фігурує дуель думок, суперечка, прагнення звинуватити іншого й виправдати себе. Аргументація досліджуваними своєї правоти та переживання образи (коли ці теми для них значимі) в сюжетах до **картинки 7** нерідко вирішується взаємною агресією персонажів. Тут важливо, чи переважає в героя, із яким ідентифікує себе досліджуваний, зовнішньо звинувачувана (екстрапунітивна) позиція або схильність до припи-

сування самому собі провини за конфлікт, що виник (інтропунітивна позиція).

Картинка 6 провокує вираження агресивних реакцій досліджуваного у відповідь на несправедливість, що суб'єктивно переживається, або, якщо він ідентифікує себе з переможеною людиною, виявляється жертвність позиції, приниженість.

Картинка 8 виявляє проблему відторгнення індивіда об'єктом афіліативної прив'язаності або втечі від набридливого переслідування особистості, що відторгається. Ознакою ідентифікації себе з тим чи іншим героєм розповіді є тенденція приписувати сюжетно розроблені переживання й думки саме тому персонажу, який у розповіді належить до ідентичної з досліджуваним статі. Цікаво відзначити, що з однаковою переконаністю один і той самий малюнковий образ розпізнається одним досліджуваним як чоловік, іншим – як жінка, при цьому в кожного є повна впевненість, що це не може викликати ніяких сумнівів.

Міжособистісний конфлікт, що звучить фактично в кожній картинці, не лише дає змогу визначити зону порушень відносин з оточуючими, що переживається досліджуваним, але не рідко висвітлює складний внутрішньо особистісний конфлікт.

РАТ дозволяє також в складних сімейних ситуаціях виявляти проблеми підліткового віку.

Отже, психологічне дослідження з використанням РАТ сприяє більш цілеспрямованому вибору психокорекційного підходу не лише з орієнтацією на змістовну сторону й сферу переживань досліджуваного, а й з апеляцією до певного мовного та інтелектуально-культурного рівня особистості людини, яку консультує психолог.

Метод малюнкової фрустрації С. Розенцвейга

Ця методика адаптована Н. В. Тарабриною (1973) і служить для вивчення особливого аспекту особистості – реакцій на фрустрацію. У якості стимульного матеріалу використовують малюнки, на яких зображено конфліктні ситуації, що виникають найчастіше, ситуації, які можуть фруструвати особистість. Стать, вік та сфера діяльності не є вирішальними для виникнення цих ситуацій.

Метод дослідження фрустрації особливо відіграє важливу роль в патопсихологічних обстеженнях. Вивчення фрустраційних реакцій

дає змогу зрозуміти походження неврозів, сприяти правильній організації психотерапії. Ефективним є застосування методики для диференційної діагностики неврозів і неврозоподібних станів.

Метод незакінчених речень

Існує безліч його варіантів. В одному з них (А. Ф. Рауне й А. Rohde) обстежуваному пропонується 66 незакінчених речень, які він повинен доповнити. Інструкція утримує вказівку про необхідність робити це якнайшвидше, без обдумування, не пропускаючи жодного із запропонованих речень. За результатами аналізів й інтерпретацій отриманих даних можна зробити висновок про особливості ставлення обстежуваного до оточення, представників своєї чи протилежної статі, друзів, людей узагалі, яким є його ставлення до самого себе, свого майбутнього, здоров'я, грошей, закону тощо. При цьому можуть бути виявлені наявність іпохондрії, думок про самогубство, надмірна вразливість. Метод незакінчених речень досить простий і нескладний в інтерпретації.

За допомогою методики «Незакінчених речень», запропонованої О. Ю. Коржовою, можна виявити конкретний зміст надій і тривог, пов'язаних з майбутнім.

Орієнтовний перелік «Незакінчених речень», що характеризують майбутнє.

Інструкція: Постарайтеся швидко закінчити кожне речення. Довго не роздумуйте, перша думка і є найбільш правильною.

Майбутнє здається мені _____.

Скоро я почну _____.

Моя мрія _____.

Щоб бути щасливим _____.

Я був (була) би щасливим(ою), якби вдалось _____.

Я ніколи не мрію _____.

Хотілось би через 20 років _____.

Мої плани _____.

Якби я був (була) сьогодні трохи старшим _____.

Методика «Лінія сімейного життя»

Методика «Лінія сімейного життя» – це розроблена Е. В. Козловською модифікація нашої методики «Лінія життя», що призначена для дослідження суб'єктивної картини життєвого шляху сім'ї та психологічного часу особистості. Застосування методики «Лінія сімейного життя» дає змогу визначити такі параметри, як:

- узгодженість образу сім'ї в подружжя;
- сила емоційного реагування на події сімейного життя;
- здатність до цілепокладання та прогнозування свого сімейного життя.

Кожному з подружжя пропонують на окремому аркуші зобразити графік, де на осі «Х» мають бути позначені події, що істотно вплинули на стосунки в сім'ї та на її стан (знайомство, весілля тощо) або можуть бути в майбутньому (народження дитини, переїзд тощо). На осі «У» має бути зазначена сила емоційного реагування на зазначені події в діапазоні від -10 до +10 балів. На тому самому аркуші респондент пише від 3 до 5 асоціацій до слова «сім'я».

Основним матеріалом аналізу, по-перше, є сам графік респондента (кількість подій, їх емоційна значущість, хронологічна послідовність). По-друге, порівнюються графіки та відповіді-асоціації партнерів, визначається, наскільки вони схожі або суперечать одне одному.

Усі події, описані респондентами, діляться на кілька категорій: пов'язані із власною самореалізацією; пов'язані із самореалізацією партнера; поява дітей; придбання матеріальних благ або збагачення; конкретні значущі події або обставини (весілля, криза середнього віку, порушення сімейних стосунків тощо). Важливим є збіг за категоріями, а в разі конкретних значущих подій та обставин – зазначення якомога більшої кількості однакових подій. Окрім того, ураховується ступінь схожості емоційних реакцій на події.

Асоціації також можна поділити на декілька категорій: оселя (домашнє тепло й затишок), члени сім'ї, почуття (негативні або позитивні), духовні ідеали.

Якщо в партнерів названі події, реагування на них та асоціації (особливо за категоріями «оселя» й «духовні ідеали») збігаються на 80–100 %, то це – високий ступінь збігу. Середній ступінь – збігаються не всі категорії (на 50–70 %), низький – асоціативний ряд,

кількість та якість події не збігаються взагалі або мають дуже мало спільного (0–40 %).

Здатність партнерів до цілепокладання й прогнозування оцінюється за кількістю та змістом передбачуваних подій у майбутньому, а також за тим, як вони залежать від подій минулого та сьогодення, чи пов'язані із сім'єю. Оцінюється також прогноз стосунків на майбутнє: наскільки далекоглядна перспектива, позитивний чи негативний прогноз.

Сила емоційного реагування визначається за величиною діапазону між крайніми балами: що вона більша, то вищою є сила емоційного реагування.

Метод малюнка

Емпіричні дослідження в галузі практичної психології свідчать про те, що заслуговує на увагу в практиці консультативної роботи психолога використання ***методу малюнка***.

Застосування малюнка може допомогти психологу в діагностиці, збагативши комунікацію й соціальний репертуар особистості. Цей метод особливо результативний у роботі з пацієнтами, у яких часто виникають проблеми із самовираженням за допомогою слів. Самовираження за допомогою малюнка більш символічне та менш специфічне, ніж слова. Під час малювання активізуються спогади й фантазії, пов'язані з неусвідомленими смислами. Пацієнт може вести комунікацію не напряду, не усвідомлюючи, що намальований ним будинок насправді не є місцем, де він живе. Такий захист від безпосередньої конфронтації з емоційно насиченою інформацією викликає при вираженні почуттів менше хвилювання, зменшуючи вірогідність появи захисної позиції.

Малюнок є прекрасною методикою оцінки психофізичного стану пацієнта й шансом для вираження його проблем і конфліктів. Особистість із сильним захисним характером здебільшого відображає відсутність спонтанності в малюнках. Депресію пов'язують із такими рисами малюнка, як уникання кольорів, багато порожнього простору, різноманітні обмеження, дезорганізація, незавершеність, відсутність смислу й виконання при найменшій затраті зусиль. ***Малюнок*** – це форма, у якій проявляють себе страхи, бажання та фантазії. Він також

допомагає отримати контроль над фрустраціями й імпульсами, які проявляються в процесі розвитку комунікативних здібностей.

Малюнок не забирає багато часу, найчастіше доповнює такі проєктивні методики, як тест Роршаха і ТАТ. Малюнок звільняє спонтанність у маленьких дітей, а загальмованим дорослим допомагає подолати перешкоди у власному розвитку.

Малюнок також має здатність полегшувати в клієнтів ідентифікацію мотивів, які повторюються в їхній поведінці, і звертати увагу на проблеми.

Також малюнок здатний викликати катарсис: агресивні й ворожі почуття перетворюються в більш прийнятні способи самовираження. Діти та дорослі, які погано контролюють свої спалахи емоцій, можуть завдяки цьому відкрити для себе альтернативні стратегії, яких не помічали раніше.

При інтерпретації малюнків клініцисту слід звертати увагу на використання кольорів, якщо вони складають елемент малюнка. Наприклад, надмірне використання червоного кольору часто пов'язане з агресією. Систематичне використання переважно темних кольорів вважається ознакою депресії. Надмірна кількість різних строкатих кольорів свідчить про маніакальні тенденції. Якщо ж на малюнках з'являються світлі ледь помітні тони – існує вірогідність того, що їхній автор намагається приховати свої істинні почуття.

Малюнок цінний також тим, що ініціюється й контролюється самим пацієнтом, чим зміцнює його *его*. Завершена робота над малюнком, як і сам процес, дає клієнтам почуття розвитку та досягнення мети, будучи умовою особистого задоволення й переконання у власній значущості.

У практиці роботи клінічного психолога найпопулярнішими техніками малюнка, що дають діагностичну інформацію, є такі:

Малюнковий тест Гуденау-Харріса

Малюнковий тест Гуденау-Харріса (Harriss, 1963), більш відомий як ***тест «Намалюй людину»***, застосовується переважно психологами та педіатрами, оскільки за його допомогою можна швидко визначити інтелектуальні здібності дітей шкільного віку. Серед інших тестів, які використовують для вимірювання інтелекту,

він виділяється оригінальною концепцією, легкістю застосування. Використовується при обстеженні дітей із дефектами слуху, неврологічними проблемами, неадаптованими, та з порушеннями характеру.

Намалюй людину під дощем

Цікавою версією описаного *тесту є завдання «Намалюй людину під дощем»* (Hammer, 1967). Ця проста модифікація основної інструкції дає надзвичайно багатий клінічний матеріал.

Цей метод особливо корисний для діагноста, який цікавиться силою *его* пацієнта. Застосування цієї процедури разом з іншими тестами дає змогу консультантові відповісти на такі питання: «Яким чином обстежуваний відреагує на ситуацію стресу?», «Які власні ресурси він має, щоб функціонувати в середовищі, яке викликає неспокій?», «Чи може обстежуваний успішно планувати свою поведінку в ситуаціях, що викликають неспокій?» і «Які види захисту (напр.: заперечення, уникнення) він використовує в складних для нього ситуаціях?».

Інструкція проведення в класичному варіанті проста: чистий аркуш паперу ділиться навпіл, з однієї сторони діагностованому пропонується намалювати людину, з іншої – людину під дощем. Кожен малюнок має бути названим. Під малюнком «Людина під дощем» діагностованому пропонується описати настрій людини, почуття та ставлення до дощу.

Зіставлення обох малюнків дає змогу визначити, як людина реагує на стресові, неблагоприємні ситуації, що вона відчуває при труднощах. У процесі тестування важливо спостерігати за ходом малювання й звертати увагу на всі репліки досліджуваного. Для отримання більш достовірної інформації потрібно провести додаткове інтерв'ю з тестуючим.

Коли малюнок завершено, потрібно сприйняти його повністю. Слід «увійти» в малюнок і відчути, у якому настрої перебуває персонаж, чи відчуває він себе безпомічним, чи, навпаки, відчуває в собі внутрішні ресурси для боротьби з труднощами, а можливо, спокійно й адекватно сприймає труднощі, вважаючи їх життєвим явищем.

Інтерпретація

У малюнку «Людина під дощем», порівняно з малюнком «Людина», як правило, виявляються суттєві відмінності.

Важливо подивитися, як змінилася експозиція. Так, наприклад, якщо людина зображена «уходящою», то це може бути пов'язано з тенденцією до виходу з тяжких життєвих ситуацій, до уникнення неприємностей.

Положення фігури в профіль або спиною вказує на прагнення позбавитися від оточення, до самозахисту.

Зображення, розміщене внизу листа, може свідчити про наявність депресивних тенденцій, почуття незахищеності.

У всьому іншому при інтерпретації слід опиратися на методику «Людина» (Jolles, 1971)

Наприклад, зображення, зміщене вліво, можливо, пов'язане з наявністю імпульсивності в поведінці, орієнтацією на минуле, із залежністю від матері. Зображення, зміщене вправо, вказує на наявність орієнтації на оточення й, можливо, залежність від батька.

Трансформація фігури

Збільшення розмірів фігури інколи трапляється у підлітків, яких неприємності мобілізують, роблять більш сильними та впевненими.

Зменшені фігури бувають тоді, коли досліджуваний прагне захисту, хоче перекласти відповідальність за своє життя на інших.

Діти, які малюють маленькі фігури, зазвичай соромляться проявляти свої почуття й мають тенденцію до витриманості та деякої заторможеності при взаємодії з людьми. Вони схильні до депресивних станів у результаті стресу.

Зображення людини протилежної статі вказує на певний тип реагування в складних ситуаціях. Функція одягу – «формування захисту від стихії». Багато одягу вказує на потребу в додатковому захисті. Відсутність одягу пов'язана з ігноруванням певних стереотипів у поведінці, з імпульсивністю.

Атрибути дощу

Дощ – перешкода, небажана дія, що змушує людину закритися в собі, сховатися. Характер його зображення пов'язаний із тим, як людиною сприймається важка ситуація: рідкі краплі – як тимчасова, переборна; тяжкі, зафарбовані краплі чи лінії – важка й постійна.

Потрібно визначити, звідки йде дощ (справа чи зліва від людини) і яка частина фігури піддається дії в найбільшій мірі. Інтерпретація проводиться відповідно до приписуваних значень правої та лівої сторін аркуша чи фігури людини.

Хмари – символ очікування неприємностей. Важливо звертати увагу на кількість хмаринок, їх щільність, розмір, положення. У депресивному стані зображуються важкі грозові хмари, що займають усе небо.

Калюжі, багнюка символічно відображають наслідки тривожної ситуації, ті переживання, які залишаються після «дощу». Потрібно звернути увагу на манеру відображення калюж (форму, глибину, бризки). Важливо відзначити, як розміщені калюжі відносно фігури людини (розміщені вони перед чи за фігурою, навколо людини чи вона стоїть в калюжі).

Додаткові деталі

Усі додаткові деталі (будинки, дерева, лавки, машини) чи предмети, які людина тримає в руках (сумочка, квіти, книжки), розглядаються як відображення потреби в додатковій зовнішній опорі, у підтримці, прагненні піти від розв'язання проблем через переключення й замінюючу діяльність.

Більш повна розшифровка деталей ґрунтується на символічному значенні представлених образів.

Наприклад, блискавка може символізувати початок нового циклу в розвитку й драматичні зміни в житті людини. Веселка, що часто з'являється після грози, передуює появі сонця, символізує мрію про нездійснений потяг до досконалості.

Парасолька являє собою символічне зображення психічного захисту від несприятливих зовнішніх дій. Із точки зору трактування образів, парасолька може розглядатися як зображення зв'язку з матір'ю й батьком, які символічно представлені в образі парасольки: купол – мати, а ручка – батько. Парасолька може захищати чи не захищати від непогоди, обмежувати поле зору персонажа, а може й бути відсутньою.

Так, наприклад, велика парасолька-гриб може свідчити про сильну залежність від матері, яка вирішує всі важкі ситуації за людину. Розмір і розміщення парасольки щодо до фігури вказують на інтенсивність дії механізмів психічного захисту.

Відсутність суттєвих деталей може свідчити про сферу конфлікту й бути наслідком витіснення як захисного механізму психіки. Так, наприклад, відсутність парасольки на малюнку може вказувати на відмову в підтримці з боку батьків у важкій ситуації.

Колір у малюнках

Малюнки можна виконувати як простим олівцем, так і кольоровим. Важливо пам'ятати, що точна інтерпретація кольорового рішення не може бути зроблена, якщо в досліджуваного немає всього набору кольорових олівців.

Кольори можуть символізувати певні почуття, настрій і ставлення людини. Вони також можуть відображати спектр різних реакцій і сфер конфліктів.

Добре адаптована й емоційно не обділена дитина зазвичай використовує від двох до п'яти кольорів. Сім-вісім кольорів свідчать про високу лабільність, використання одного кольору – про можливу боязнь емоціонального збудження.

Тест «Намалюй сім'ю»

Так звана техніка малювання сім'ї (Harris, 1963) дає можливість використовувати потреби близьких людей як проєктивних маркерів особистості обстежуваного.

Популярність цієї методики викликана особливим інтересом спеціалістів до структури сім'ї та сімейної терапії. Вона не потребує багато часу, але дає клініцистові безліч даних. Отримана картинка здебільшого відображає ставлення пацієнта до членів його сім'ї й те, якими він бачить їхні ролі. Сімейні стосунки часто можна розпізнати за пропорціями портретів і за їх розміщенням. Якщо пацієнт не поміщає себе на малюнку сім'ї, то це може свідчити про почуття відчуженості. Це особливо помітно в малюнках сім'ї, виконаних прийомними дітьми, особливо в період дозрівання, коли питання власної ідентичності стає особливо важливим.

Корисною в роботі психолога модифікацією малюнка сім'ї є **«Кінетичний малюнок сім'ї»** (BurnsuKaufman, 1970). Але якщо при виконанні тесту «Намалюй сім'ю» дається інструкція «Намалюй портрет всієї твоєї сім'ї», то при виконанні «Кінетичного малюнка сім'ї» до інструкції додається рекомендація: «Зробіть дещо (деяку

дію) разом». У цій реакції психолог відзначає, що обстежуваний повинен урахувати себе, до того ж «кінетичний» варіант застосовується здебільшого лише тоді, коли пацієнт уже виконав перший сімейний малюнок.

Хоч ця методика, як правило, застосовується в роботі з дітьми, вона також є результативною й при використанні в роботі з дорослими: занурює в спогади дитинства, змушуючи згадувати минулий досвід і сімейні взаємини.

Дім – дерево – людина

Техніка «Дім – дерево – людина» (Остер, Гоулд, 2000) використовується для того, щоб допомогти терапевтові зібрати дані про міру інтеграції особистості, зрілості та її дієвості. Заслуговує на увагу те, що малюнок цих трьох об'єктів дає емоційно заторможеним людям велику свободу вираження.

Колірний тест відносин

Колірний тест відносин (КТВ), розроблений А. М. Еткіндом, – невербальний компактний діагностичний метод, що відображає як свідомі, так і частково несвідомі рівні відносин людини.

Методичною основою цього методу є колірно-асоціативний експеримент, ідея та процедура якого розроблені автором. Вони ґрунтуються на уявленні про те, що вагомі характеристики невербальних компонентів відносин до значимих інших і до самого себе відбиваються в кольорових асоціаціях до них. Кольорова сенсорика тісно пов'язана з емоційним життям людини. Цей зв'язок, підтверджений у багатьох експериментально-психологічних дослідженнях, давно використовується в низці психодіагностичних методів.

Так, незадоволеність значущих потреб, неможливість реалізувати домінуючі прагнення викликають фрустрацію, роздратування, негативні емоції, спрямовані на запобігання або подолання перешкод. Зі свого боку, задоволеність мотиву, позитивні очікування викликають у людини зацікавлення, радість, здивування, тобто позитивні емоції.

Отже, за допомогою стандартизованої процедури обстеження можна отримати інформацію про внутрішню значущість стимулів, ієрархію

мотиваційної сфери, а також про пов'язані з ними очікування, конфлікти.

Передбачається, що у виборі кольору відображається емоційне ставлення до осіб, які складають безпосереднє оточення обстежуваного, а також поняття, що мають для нього суттєве значення.

Аналізується не лише вибраний колір, але і його місце в системі кожного з рядів, сконструйованих обстежуваним у ході виконання тесту.

Як стимульний матеріал до тесту використовують вісім основних кольорів тесту Люшера. Для забезпечення чистоти результатів потрібно використовувати стандартний набір кольорів.

Процедура обстеження

1. Психолог складає список понять, які мають для випробуваного певне значення. Для більш зручного використання методу можливе складання бланків із набором понять.

Бланк відповідей*

Прізвище, ініціали _____

Дата _____

Поняття	Номер кольору	Поняття	Номер кольору
Моя робота		Гроші	
Моє майбутнє		Авторитет	
Моє здоров'я		Кар'єра	
Я		Друзі	
Я ідеальний		Лікарі	
Моя сім'я		Влада	

Результат тесту Люшера (розкладання кольорів)

Позиція	1	2	3	4	5	6	7	8

Список понять-стимулів краще складати за результатами індивідуальної бесіди з досліджуваним відповідно до мети дослідження.

* Скорочений варіант КТВ

2. Кольорова асоціативна розкладка.

Перед досліджуваним розкладаються кольори Люшера у випадковому порядку й дається така *інструкція*: «Вам потрібно підібрати до кожного з понять (поняття послідовно пред'являються психологом) кольори, але не за випадковими ознаками, а за власними відчуттями того, із яким кольором у Вас особисто асоціюється це поняття. Вибрані кольори можуть повторюватись».

Психолог навпроти кожного поняття записує номер кольору, який вибрав обстежуваний, виходячи з такого кодування кольорів: синій – 1; зелений – 2; червоний – 3; жовтий – 4; фіолетовий – 5; коричневий – 6; чорний – 7; сірий – 0.

КТВ має два варіанти проведення, які відрізняються за способом отримання кольорових асоціацій. У скороченому варіанті досліджуваному потрібно підібрати до кожного поняття тільки один колір із восьми. У повному варіанті всі вісім кольорів рангуються від найбільш підхожого до найменш підхожого відносно кожного поняття.

Приклад бланку відповідей за повним варіантом:

Поняття									
Я									
Моє майбутнє									
Моє здоров'я									
Лікарі									

3. Розкладання кольорів Люшера.

Досліджуваному пропонується розкласти кольори Люшера від «найбільш приємного, підхожого» до «найменш приємного, невідхожого». Психолог фіксує розкладки кольорів за вищевказаним кодуванням.

Інтерпретація даних

Якщо з деякою особою чи поняттям асоціюються кольори, що займають перші місця за перевагою, значить, до цієї особи чи поняття досліджуваний ставиться позитивно: емоційно сприймає його, задоволений відповідним ставленням. І, навпаки, якщо з ним асоціюються кольори, що займають останні місця при розкладанні за перевагою, досліджуваний до них ставиться негативно, емоційно відторгає.

У короткому варіанті КТВ валентність (відповідність) вимірюється рангом кольору, із яким асоціюється певне поняття в індивідуальному розкладанні кольорів у порядку переважності й може змінюватися від 1 до 8.

У повному варіанті тесту – коефіцієнт рангової кореляції Спірмена між асоціативним рангуванням кольорів у порядку відповідності цього поняття та індивідуальним розкладанням кольорів у порядку переважності може змінюватися від – 1,0 до 1,0.

Дослідження самооцінки (за допомогою методики Дембо-Рубінштейн)

У методиці Дембо-Рубінштейн обстежуваному надається можливість визначити свій стан за запропонованими шкалами з урахуванням низки нюансів, що відображають степінь вираженості тієї чи іншої особистісної властивості.

Методика досить проста у використанні. На аркуші паперу проводиться вертикальна риска, про яку обстежуваному кажуть, що вона означає щастя, причому верхній полюс відповідає станові повного щастя, а нижній займають найбільш нещасливі люди. Обстежуваного просять позначити на цій лінії рисою чи кружком своє місце. Такі ж вертикальні лінії проводяться й для вираження самооцінки клієнта за шкалами здоров'я, успішності, характеру тощо.

Після цього приступають до бесіди, у якій з'ясовують його уявлення про щастя та нещастя, здоров'я та нездоров'я, добрий і поганий характер та ін. З'ясовується, чому клієнт зробив відмітку в певному місці шкали для позначення своїх особливостей. Наприклад, що спонукало його поставити відмітку в заданому місці шкали здоров'я, він вважає себе здоровим чи хворим, якщо хворим, то на яке захворювання, кого він вважає хворим.

Залежно від конкретного завдання, яке стоїть перед психологом, у методику можна вводити й інші шкали. Так, при обстеженні хворих на алкоголізм, доцільно ввести шкали настрою, сімейного благополуччя та службових досягнень. При обстеженні клієнтів у депресивному стані вводяться шкали настрою, уявлення про майбутнє (оптимістичне чи песимістичне), тривоги, упевненості в собі тощо.

В аналізі отриманих результатів основну увагу слід приділити не стільки дослідженню на шкалах, скільки обговоренню цих відміток.

Тест смисложиттєвих орієнтацій (ТСО)

Тест смисложиттєвих орієнтацій є адаптованою версією тесту «Ціль у житті» (Purpose-in-Life Test, PIL) Джеймса Крамбо і Леонарда Махелика. Методику розроблено авторами на основі теорії прагнення до змісту й логотерапії Віктора Франкла (Франкл, 1990). Вона переслідувала ціль емпіричної валідизації низки представлень із цієї теорії, зокрема представлень про екзистенціальний вакуум і ноогенні неврози. Суть цих уявлень полягає в тому, що невдача в пошуку людиною змісту свого життя (екзистенціальна фрустрація) і відчуття втрати, що випливає з її змісту (екзистенціальний вакуум), є причиною особливого класу щиросердечних захворювань – ноогенних неврозів, які відрізняються від раніше описаних їх видів. Спочатку автори прагнули показати: а) що методика вимірює саме ступінь «екзистенціального вакууму» у термінах Франкла; б) що останнє характерно для психічно хворих і в) що він не тотожний просто психічній патології (Crambaugh, Mahotick, 1964, p. 201). «Ціль у житті», що діагностує методика, автори визначають як переживання індивідом онтологічної значимості життя (там само).

Оригінальна методика в її остаточному варіанті складається з 20 шкал, кожна з яких являє собою твердження із закінченням, що роздвоюється: два протилежних варіанти закінчення задають полюси оціночної шкали, між якими можливі сім градацій переваги.

Обстеженим пропонується вибрати найбільш придатну із семи градацій і підкреслити чи обвести відповідну цифру. Обробка результатів зводиться до підсумовування числових значень для всіх 20 шкал і перекладу сумарного балу в стандартні значення (процентилі). Висхідна послідовність градацій (від 1 до 7) чергується у випадковому порядку зі спадної (від 7 до 1), причому максимальний бал (7) завжди відповідає полюсу наявності мети в житті, а мінімальний бал (1) – полюсу її відсутності.

Поряд з описаною вище формалізованою частиною А тест Крамбо і Махелика містить також частини В і С. Частина В складається з 13 незакінчених пропозицій, що стосується теми змісту й безглуздості життя, а в частині С обстежуваному пропонується викласти коротко, але конкретно, його устремління й цілі в житті, а також розповісти, наскільки успішно ці бажання й мета реалізуються. Автори тесту підкреслюють, що частини В і С не потрібні для більшості досліджень, однак дуже корисні під час індивідуальної роботи в клініці за умови, що їх оцінює психіатр, клінічний чи консультуючий психолог (Crambaugh, Maholick, 1981).

Інструкція: Вам запропоновані пари протилежних тверджень. Ваше завдання – вибрати одне з двох тверджень, яке, на вашу думку, більше відповідає дійсності, і відзначити одну з цифр 1, 2, 3, залежно від того, наскільки ви впевнені у виборі (чи 0, якщо два твердження, на вашу думку, однаково правильні).

1. Зазвичай мені дуже нудно.	3 2 1 0 1 2 3	Зазвичай я повний енергій.
2. Життя здається мені завжди хвилюючим і захоплюючим.	3 2 1 0 1 2 3	Життя здається мені зовсім спокійним і рутинним.
3. У житті я не маю визначених цілей і намірів.	3 2 1 0 1 2 3	У житті я маю дуже ясні цілі й наміри.
4. Моє життя уявляється мені вкрай безглуздим і безцільним.	3 2 1 0 1 2 3	Моє життя уявляється мені цілком осмисленим і цілеспрямованим.
5. Кожен день здається мені завжди новим і несхожим на інші.	3 2 1 0 1 2 3	Кожен день здається мені цілком схожим на всі інші.
6. Коли я піду на пенсію, я займуся цікавими речами, якими завжди мріяв зайнятися.	3 2 1 0 1 2 3	Коли я піду на пенсію, я постараюся не обтяжувати себе ніякими турботами.
7. Моє життя склалося саме так, як я мріяв	3 2 1 0 1 2 3	Моє життя склалося зовсім не так, як я мріяв
8. Я не домігся успіхів у здійсненні своїх життєвих планів.	3 2 1 0 1 2 3	Я здійснив багато чого з того, що було мною заплановане в житті.
9. Моє життя порожнє й нецікаве.	3 2 1 0 1 2 3	Моє життя наповнене цікавими справами.
10. Якби мені довелося підбивати сьогодні підсумок мого життя, то я б сказав, що воно було цілком осмисленим.	3 2 1 0 1 2 3	Якби мені довелося сьогодні підбивати підсумок мого життя, то я б сказав, що воно не мало змісту.
11. Якби я міг вибирати, то я б побудував своє життя зовсім інакше.	3 2 1 0 1 2 3	Якби я міг вибирати, то я б прожив життя ще раз так само, як живу зараз.

12. Коли я дивлюся на навколишній світ, він часто приводить мене в розгубленість і занепокоєння.	3 2 1 0 1 2 3	Коли я дивлюся на навколишній світ, він зовсім не викликає в мене занепокоєння й розгубленості.
13. Я людина дуже обов'язкова.	3 2 1 0 1 2 3	Я людина зовсім не обов'язкова.
14. Я думаю, що людина має можливість здійснити свій життєвий вибір за своїм бажанням.	3 2 1 0 1 2 3	Я думаю, що людина позбавлена можливості вибирати через вплив природних здібностей та обставин.
15. Я можу назвати себе цілеспрямованою людиною.	3 2 1 0 1 2 3	Я не можу назвати себе цілеспрямованою людиною.
16. У житті я ще не знайшов свого покликання й чітких цілей.	3 2 1 0 1 2 3	У житті я знайшов своє покликання до мети.
17. Мої життєві погляди ще не визначилися.	3 2 1 0 1 2 3	Мої життєві погляди цілком визначилися.
18. Я вважаю, що мені вдалося знайти покликання й цікаві цілі в житті.	3 2 1 0 1 2 3	Я навряд чи здатний знайти покликання й цікаві цілі в житті.
19. Моє життя в моїх руках, і я сам керую ним.	3 2 1 0 1 2 3	Моє життя не підвладне мені й воно керується зовнішніми подіями.
20. Мої повсякденні справи приносять мені задоволення.	3 2 1 0 1 2 3	Мої повсякденні справи приносять мені суцільні неприємності та переживання.

Ключі шкал тесту СЖО

Для підрахунку балів потрібно перевести відзначені випробуванним позиції на симетричній шкалі 3 2 1 0 1 2 3 в оцінки по висхідній чи спадній асиметричній шкалі за таким правилом:

– у висхідну шкалу 1234567 переводяться пункти 1, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 16, 17.

– У спадну шкалу 7654321 переводяться пункти 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 19, 20. От приклад перекладу відповідей на перші п'ять пунктів тесту оцінки по асиметричних шкалах:

1. 3 2 1 0 1 2 3 -> 3
2. 3 2 1 0 1 2 3 -> 1
3. 3 2 1 0 1 2 3 -> 4
4. 3 2 1 0 1 2 3 -> 5
5. 3 2 1 0 1 2 3 -> 2.

Після цього сумуються бали асиметричних шкал, що відповідають позиціям, відзначеним випробуванням.

Загальний показник ОЖ – усі 20 пунктів тесту;

Субшкала 1 (цілі) – пп. 3, 4, 10, 16, 17, 18.

Субшкала 2 (процес) – пп. 1, 2, 4, 5, 7, 9.

Субшкала 3 (результат) – пп. 8, 9, 10, 12, 20.

Субшкала 4 (локус контролю – Я) – пп. 1, 15, 16, 19.

Субшкала 5 (локус контролю – життя) – пп. 7, 10, 11, 14, 18, 19.

Норми, необхідні для оцінки результатів, наведені в таблиці.

Таблиця

Середні й стандартні відхилення субшкал і загального показника ОЖ N

Шкала	Чоловіки		Жінки	
	X	σ	X	σ
1. Мета	32,90	5,92	29,38	6,24
2. Процес	31,09	4,44	28,80	6,14
3. Результат	25,46	4,30	23,30	4,95
4. ЛК-Я	21,13	3,85	18,58	4,30
5. ЛК-життя	30,14	5,80	28,70	6,10
Загальний показник ОЖ	103,10	15,03	95,76	16,54

Інтерпретація субшкал:

1. *Цілі в житті.* Бали за цією шкалою характеризують наявність чи відсутність у житті обстежуваного цілей у майбутньому, що додають життю свідомості, спрямованості й тимчасової перспективи. Нижчі бали за цією шкалою навіть при загальному високому рівні ОЖ будуть належати людині, котра живе сьогоднішнім чи вчорашнім днем. Разом із тим високі бали за цією шкалою можуть характеризувати не тільки цілеспрямовану людину, але й прожектера, плани якої не мають реальної опори в сьогоденні та не підкріплюються особистою відповідальністю за їх реалізацію. Ці два випадки нескладно розрізнити, з огляду на показники за іншими шкалами СЖО.

2. *Процес життя веде інтерес та емоційну насиченість життя.* Зміст цієї шкали збігається з відомою теорією про те, що єдиний сенс життя полягає в тому, щоб жити. Цей показник свідчить про те, чи сприймає випробуваний сам процес свого життя як цікавий, емоційно насичений і наповнений змістом. Високі бали за цією шкалою й низькі за іншими будуть характеризувати гедоніста, котрий живе сьогоднішнім днем. Низькі бали, за цією шкалою – ознака незадоволеності своїм життям у сьогоднішній; при цьому, однак, їй можуть додавати повноцінного змісту спогади про минуле чи націленість у майбутнє.

3. *Результативність життя чи задоволеність самореалізацією.* Бали до цієї шкали відбивають оцінку пройденого відрізка життя, відчуття того, наскільки продуктивною й осмисленою була прожита її частина. Високі бали за цією шкалою та низькі за іншими будуть характеризувати людину, котра доживає своє життя, у якій все в минулому, але минуле здатне додати зміст залишку життя. Низькі бали – незадоволеність прожитою частиною життя.

4. *Локус контролю-Я (Я-хазяїн життя).* Високі бали відповідають уявленню про себе, як про сильну особистість, яка володіє достатньою волею вибору, щоб побудувати своє життя відповідно до своїх цілей та уявлень про його зміст. Низькі бали – невіра у свої сили контролювати події власного життя.

5. *Локус контролю – життя чи керованість життям.* При високих балах – переконання в тому, що людині дано контролювати своє життя, вільно приймати рішення та втілювати їх у життя. Низькі бали – фаталізм, переконаність у тому, що життя людини непідвласне свідомому контролю, що воля вибору ілюзорна, і безглуздо щонебудь загадувати на майбутнє.



Центр сімейної психології «Щаслива сім'я»

Настав час нового усвідомлення сімейних цінностей. Інволюція стосунків призвела до того, що СІМ'Я перестала відігравати ту важливу роль, для якої вона створювалась. На жаль, сьогодні доводиться чути від багатьох, що сім'я взагалі непотрібна. Тому шукають інші форми взаємин між чоловіком і жінкою. Часто це обумовлено тим фактом, що *щасливих сімей* – лише декілька відсотків від загальної кількості. І ніякі державні, суспільні й релігійні програми не можуть змінити цю тенденцію.

Із метою поліпшення сімейного благополуччя та створення *щасливої сім'ї* за допомогою просвітницької й освітньої діяльності та консультативно-тренінгової роботи, а також надання теоретичної інформації в межах загальної, вікової й практичної психології створено Центр сімейної психології «Щаслива сім'я».

Завданням Центру «Щаслива сім'я» є :

- надання відповідних знань зі створення щасливих сімей;
- допомога учасникам у набутті відповідних знань зі створення щасливих сімей;
- проведення просвітницької та освітньої діяльності серед населення з питань призначення чоловіка й жінки, сім'ї, роду; розкриття та розвиток любові й створення щасливої сім'ї;
- створення в суспільстві умов для природного та гармонійного народження й розвитку здорових дітей у дружних щасливих сім'ях;
- налагодження та розвиток культурних, освітніх і суспільних зв'язків із вітчизняними й зарубіжними партнерами;

– проведення конференцій, презентацій, семінарів, тренінгів, майстер-класів, зустрічей, фестивалів, інших заходів, що сприятимуть розвитку міжособистісних і сімейних взаємин;

– ініціювання й участь у розробці цільових державних програм і проектів, спрямованих на створення та розвиток щасливої сім'ї;

– ініціювання клопотання перед МОН України щодо доцільності уведення навчальної дисципліни «Психологія» в програму загальноосвітніх шкіл.

Проведення лекторіїв і консультацій, підвищення кваліфікації здійснюється спеціально розробленими індивідуальними й груповими програмами з урахуванням інтересів та побажань громадян.

Створення Центру й участь у його роботі надасть унікальну можливість самостійно за короткий проміжок часу отримати ґрунтовні, перевірені досвідом знання про створення сім'ї та сімейне щастя.

Проект діяльності Центру складається з двох паралельних напрямів:

– отримання теоретичних знань і глибоке їх «проживання» в процесі розвивального спілкування учасників групи між собою та викладацько-тренінговою командою;

– застосування отриманих знань у практичній роботі й реальному житті.





Центр сімейної психології «Щаслива сім'я»

Базові програми освітньо-просвітницької діяльності:

– **Сімейна абетка:** основні питання сімейних і родових взаємин. Особливості побудови щасливих сімейних стосунків. Психологія чоловіка й жінки. Суть і цінність пари, її взаємодія. Усвідомлення значущості сім'ї та взаємин чоловіка й жінки, їхні сили та можливості впливу на життєві процеси в сім'ї й суспільстві в цілому.

– **Сексуальна абетка:** психологія сексуальності: особливості психологічних проявів та детермінант сексуальності; сексуальна поведінка та сексуальні стереотипи чоловіків і жінок; функції й компоненти сексуальності. Усвідомлення використання сексуальних енергій у розвитку сім'ї.

– **Усвідомлення батьківства:** усвідомлене запліднення, виношування, народження та виховання дітей, гармонізація батьківсько-дитячих стосунків, формування адекватного батьківства, прийняття образу «Я-мати», розкриття власного «Я», розвиток хороших рис і манер дитини, її творчих здібностей, талантів, обдарованості.

– **Друга половина життя:** ефективне використання соціальної активності людей зрілого віку, просвітницька робота з питань фізичного й психічного здоров'я, пошуку смислу життя: розвиток світогляду людей старшого покоління в дусі нового часу; усвідомлення досвіду прожитого життя; зміна ставлення до себе та життя, надання практичної допомоги в набутті активної життєвої позиції й зміні фізичного та психоемоційного стану.

– **Школа наречених:** формування адекватних шлюбно-сімейних орієнтацій молоді, вивчення індивідуальних особистісних характеристик, що стосуються сімейної сфери, з урахуванням вікових особливостей у ставленні до подружнього життя, виконання сімейних ролей та розвиток особистісно-сімейних якостей майбутнього сім'янина.

Форми роботи:

– **тренінги** для здоров'я тіла й душі. Обговорення та спілкування на задані теми після прослуханих лекцій; формування простору однодумців, друзів, розвиток люблячих, добрих, шанобливих взаємин;

– **бесіди:** світогляд і психологія. Усвідомлення досвіду прожитого життя. Система життєвих цінностей людини. Смысл життя – творити щасливе життя, розвивати кращі свої якості. Здоров'я й довголіття як прояв гармонії душі, тіла та свідомості. Хвороба – мова природи, стимул до розвитку свідомості людини;

– **індивідуальні консультації** з питань шлюбно-сімейних взаємин, батьківсько-дитячих стосунків, особистісного розвитку, міжособистісного спілкування тощо.

Для зв'язку:

www.ppsls.blogspot.com

E-mail: fedor.indira@gmail.com

066-318-40-20

093-649-55-54





Центр сімейної психології «Щаслива сім'я»

Центр сімейної психології «Щаслива сім'я» проводить набір на курси підвищення кваліфікації кадрів та психологічної компетенції за напрямом «Сімейна психологія та психотерапія».

Запрошуються студенти старших курсів гуманітарних спеціальностей і практикуючі фахівці.

Для зв'язку:

www.ppsls.blogspot.com

E-mail: fedor.indira@gmail.com

066-318-40-20

093-649-55-54



Для нотаток

Навчальне видання

Федоренко Раїса Петрівна

Психологія сім'ї

Навчальний посібник

Редактор і коректор *Г. О. Дробот*
Технічний редактор *І. В. Захарчук*

Формат 60x84 ¹/₁₆. Обсяг 21,16 ум. друк. арк., 21,01 обл.-вид. арк.
Наклад 300 пр. Зам. 76. Редакція, видавець і виготовлювач – Вежа-Друк
(м. Луцьк, вул. Бойка, 1, тел. (0332) 29-90-65).
Свідоцтво Держ. комітету телебачення та радіомовлення України
ДК № 4607 від 30.08.2013 р.