

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ВНУТРІШНІХ СПРАВ**

*Факультету № 6  
Кафедра соціології та психології*

**ТЕКСТ ЛЕКЦІЇ**

навчальної дисципліни «Психологія сімейних стосунків»  
вибіркових компонент  
освітньої програми першого (бакалаврського) рівня вищої освіти  
*053 Психологія (практична психологія )*

**Тема №3** *Проблема стабільності шлюбу та сім'ї*

**Харків 2023**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методичною радою  
Харківського національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол від 30.08.2023 № 7

**СХВАЛЕНО**

Вченою радою факультету № 6  
Протокол від 25.08.2023 № 7

**ПОГОДЖЕНО**

Секцією Науково-методичної ради  
ХНУВС з гуманітарних та соціально-  
економічних дисциплін  
Протокол від 29.08.2023 № 7

Розглянуто на засіданні кафедри соціології та психології (від 15.08.2023 р. №8 )

**Розробник:**

Доцент кафедри соціології та психології Харківського національного університету внутрішніх справ, кандидат психологічних наук, доцент Греса Н.В.

**Рецензенти:**

1. Провідний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності Національної гвардії України науково-дослідного центру службово-бойової діяльності Національної гвардії України, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник Мацегора Я. В.
2. Доцент кафедри соціології та психології факультету №6 Харківського національного університету внутрішніх справ, кандидат психологічних наук, доцент, Шиліна А.А.

## План лекції

1. Поняття «шлюб»
2. Мотивація взяття шлюбу та критерії вибору шлюбного партнера.
3. Подружня сумісність як основа стабільності сім'ї. Рівні подружньої сумісності.
4. Подружня адаптація до сімейного життя.
5. Психологічне здоров'я сім'ї: сутність і рівні.

## Рекомендована література:

### Основна

1. Опорний конспект лекцій з курсу «Психологія сім'ї» для студентів напряму підготовки 6.030103 «Практична психологія». Мукачєво: Вид-во МДУ, 2016р. 94с. Режим доступа: <http://dspace.msu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/720/1/%D0%9C%D0%B0%D1%80%D1%86%D0%B5%D0%BD%D1%8E%D0%BA%20%D0%9C.%D0%9E.%20%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%20%D1%81%D1%96%D0%BC%27%D1%97.pdf>
2. Помиткіна Л.В. Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Л.В. Помиткіна, В.В. Злагодух, Н.С. Хімченко Н.І.– К.: Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с. Режим доступа: [http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina\\_Liubov/Psykholohiia\\_simji.pdf](http://shron1.chtyvo.org.ua/Pomytkina_Liubov/Psykholohiia_simji.pdf)
3. Психологія сім'ї: навч. посібник / [Поліщук В.М., Ільїна Н.М., Поліщук С.А., Мисник С.О., Савченко Ю.Ю. та ін.]; за заг. ред.В.М. Поліщука. [2-е вид.]. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2008. 282 с.
4. Радчук Г.К., Тіунова О.В. Сімейне виховання. Освітній тренінг для батьків: навчально-методичний посібник. Тернопіль Навч. книга. Богдан, 2010. 120с. Режим доступа: <https://bohdan-books.com/upload/iblock/7c0/7c04b9302071ac775c93aaf17c1e4acb.pdf>
5. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. / О. А. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с. Режим доступа:[http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O\\_Stoliarchuk\\_PSS\\_I\\_L.pdf](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19502/1/O_Stoliarchuk_PSS_I_L.pdf)
6. Ушакова І.М. Психологія сім'ї. Конспект лекцій. НУЦЗУ. 2017. Режим доступа:[http://univer.nuczu.edu.ua/tmp\\_metod/2067/Konspekt\\_lekcij\\_PsS.pdf](http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/2067/Konspekt_lekcij_PsS.pdf)

### Додаткова

1. Бондарчук О.І. Психологія сім'ї: Курс лекцій. – К.: МАУП, 2001.-96 с.
2. Дружинин В.Н. Психологія семьи. СПб. : Питер, 2007. - 176 с.
3. Кравець В. Психологія сімейного життя: В 2-х ч. Тернопіль, 1995. 695 с.
4. Психологія сімейних взаємин: нав.посіб./[М.С. Корольчук, ПП. Криворучко, В.І. Осьодло та ін.]; заг.ред.М.С. Корольчука. К.:Ніка-Центр, 2010.296 с.

5. Седих К.В. Психологія сім'ї : навч. посіб.. К.:ВЦ«Академія»,2015. 192 с.

#### Інформаційні ресурси в Інтернеті

1. Пошукова система Google Scholar <http://scholar.google.com/>
2. Пошукова система Springer <https://link.springer.com/>
3. Пошукова система Google books <https://books.google.com/>
4. Пошукова система WorldWideScience.org <https://worldwidescience.org/>
5. Пошукова система DOAJ <https://www.doaj.org/>
6. Пошукова система DOAB <https://www.doabooks.org/>
7. Пошукова система SpringerOpen <https://www.springeropen.com/>
8. Електронна бібліотека Наукова періодика України <http://www.irbis-nbuv.gov.ua/>
9. Moodle — Національний університет «Острозька академія» <https://moodle.oa.edu.ua/login/index.php>

#### Текст лекції

Шлюб не реалізація казкової приказки "...і стали вони жить-поживать та добра наживати", все відбувається значно складніше. Шлюб вимагає від подружжя не лише любові, але і терпимості і взаєморозуміння, саме при такому поєднанні він має високі шанси стати успішним. Але найголовнішим чинником вдалого шлюбу є правильний вибір супутника життя. Люди з схожими установками, поглядами, що мають загальні цінності, що відносяться до однієї соціальної групи, мають менше приводів для конфліктів і більше шансів зберегти свій брак. Адже початковою основою благополучного психологічного клімату є подружжя сумісність. Питанням вибору шлюбного партнера, умовам стабільності браку і буде присвячена лекція.

У буденній свідомості поняття «шлюб» і «сім'я» можуть ототожнюватися, але в науці прийнято їх розмежовувати. У терміні «шлюб» знаходять відображення соціально-правові аспекти сімейно-споріднених стосунків. Шлюб є громадським інститутом, що регулює стосунки між людьми. Чоловік і жінка виступають в ньому і як особистості, і як громадяни держави. Соціальний характер шлюбу проявляється в публічній формі його укладення, в контрольованому суспільством виборі шлюбних партнерів, в спадкоємстві сімейного майна. У українській мові шлюбний союз називається "шлюб", що походить від давньослов'янського "сілюб", що означає "урочисту обіцянку"("сілюбитись" - домовлятися).

Великий фахівець в області соціології сім'ї А. Г. Харчев розумів шлюб як соціальну форму, що історично міняється, відношенні між чоловіком і жінкою, за допомогою якої суспільство упорядковує і санкціонує їх статеве життя і встановлює їх подружні, батьківські права, обов'язки. С. І. Голод звертає увагу на те, що шлюб є в цілому історично різноманітним механізмом соціального регулювання (табу, звичай, традиція, релігія, право, моральність) сексуальних стосунків між чоловіком і жінкою, яке спрямоване на підтримку безперервності життя. Соціальне призначення шлюбу —

відтворення. Звідси слідує виведення, що одностатеві шлюби — нонсенс, а гомосексуальні зв'язки — реальність. В той же час, в конкретних умовах соціальна мета шлюбу може і не реалізуватися. Значення шлюбу в повсякденному житті людей може закріплюватися його церковним таїнством. Подружні стосунки освячуються церквою, що означає їх нерозривність, постійність, довговічність.

Нині у більшості випадків шлюб виступає як добровільний союз чоловіка і жінки, заснований на взаємній схильності і особистій домовленості, оформлений у встановленому законом порядку, спрямований на створення і збереження сім'ї. Завдяки правовій охороні шлюбу і кровноспоріднених стосунків забезпечується соціальна захищеність особистості. Але далеко не усі пари прибігають до юридичного оформлення шлюбу. Разом зі свободою укладення шлюбу, може існувати і свобода його розірвання, що виражається в розлученні. Тому до області шлюбної поведінки відносяться і дії партнерів, що призводять до сепарації (т. е. поступовому відчуженню подружжя один від одного) і розлучення.

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 встановлено 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. Отже, держава, ураховуючи вплив сім'ї на відносини в суспільстві, на характер соціальних процесів, що відбуваються в ньому, захищає й інтереси всього суспільства. У сучасному світі спостерігається

значна варіативна моделей шлюбних стосунків, формуються шлюби, що є альтернативами класичної моногамії.

**Поняття «сім'я»** призначено для характеристики складної системи взаємовідносин подружжя, їх 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. 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». 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.

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 ототожнення 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».

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».

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.

**Мотивація взяття шлюбу та критерії вибору шлюбного партнера.** Упродовж багатьох років психологи намагаються зрозуміти, чому людина вступає у шлюбні відносини, яким чином люди вибирають шлюбного партнера, і не можуть дати остаточну відповідь.

**Мотиви вступу до шлюбу.** При виборі партнера для сімейних відносин і при створенні сім'ї людина може керуватися одним чи декількома мотивами. **Виділяють наступні мотиви:**

- любов,
- бажання мати постійного сексуального партнера,
- спільність поглядів і інтересів,
- рішення побутових проблем і інше.

**Мотивація укладення шлюбу включає чотири основні мотиви:**

- інтимно-особистісний (прагнення виявити бажаного партнера для любові);
- морально-психологічний (бажання виявити духовно близького супутника життя);
- сімейно-батьківський (орієнтація на народження і виховання дітей);
- господарчо-побутовий (орієнтація на налагоджений побут і ведення домашнього господарства). Ієрархія цих мотивів визначає критерії вибору шлюбних партнерів.

Також деякі дослідники серед шлюбних мотивів дослідники виділяють три великі групи. По-перше, емоційно-етичні мотиви – це кохання і спільність інтересів. По-друге, мотиви самореалізації, до яких відносяться: народження дітей, можливість тривалого спілкування з іншою людиною, самопізнання, пізнання іншої людини і т.п. Мотиви даної групи можуть бути як свідомими, так і несвідомими. По-третє, мотиви обов'язку: народження дітей, прагнення легалізувати інтимні міжособистісні стосунки, порядність, коли шлюб стимулюється думкою найближчого оточення і відповідальністю перед близькими людьми та інші. Ці мотиви можуть бути як свідомими, так і несвідомими.

Іноді виділяють ще одну групу шлюбних мотивів – мотиви дефіциту. До них включаються виділені дослідниками такі несвідомі мотиви як приклад друзів; уражене самолюбство, що стимулює азарт і жадобу перемоги будь-якою ціною; відчуття власної неповноцінності разом з установкою вдячності і відчуттям реалізації «останнього шансу»; жалість, вона ж у варіантах провини, обов'язку, коли одруження сприймається як власний подвиг і дозволяє грати на сцені життя дуже благородну роль; користь, коли завдяки такому шлюбові людина отримує психологічну чи матеріальну вигоду; помста, коли вибір партнера і одруження здійснюються, щоб

помститися тому, хто образив; страх самотності, коли шлюбний союз виступає в ролі спасіння від своїх проблем, від самого себе, від страху перед майбутнім.

Дані мотиваційні модифікації можуть і повинні бути усвідомленими, і тоді, за умови, що люди можуть бути чесні самі з собою, їх наміри серйозні, відповідальність за сімейне життя приймається в повному обсязі, є шанс, що шлюб, створений на цих основах, буде успішним.

Згідно іншої класифікації можна виділити такі типи шлюбних мотивів:

1. *Шлюб на основі кохання.* Такі стосунки частіше за все є довготривалими, рівень задоволеністю ними є значно вищим, ніж в інших випадках.
2. *Шлюб на основі контрактної системи,* коли партнери чітко уявляють та усвідомлюють, чого чекають від шлюбу, і розраховують на матеріальну користь. У таких шлюбах емоційна прихильність з часом збільшується, можливе виникнення кохання. Міра свободи кожного з подружжя — максимальна, а особиста включеність — мінімальна. Але контракт закріплює стосунки, якщо вони чисто формальні, в шлюбних же стосунках контракт швидше підриває, ніж посилює почуття любові.
3. *Шлюб на основі нечесного контракту,* коли партнери намагаються здобути з шлюбу користь лише для себе, і цим спричиняють шкоду іншому.
4. *Шлюб з примусу,* коли один з подружжя бере шлюб під тиском іншого або ж із жалю, або з причини складних життєвих обставин. Відчуття свободи, яке є необхідним для шлюбу, тут виключене.
5. *Шлюб, як ритуальне виконання соціально-нормативних установок.* Мотивом вступу у шлюб є установка, що в такому віці усі нормальні люди уже одружені, тому одруження сприймається як необхідний крок у життя, як і вступ до школи, університету і т.п.

**У сучасній психології розрізняють три мотивації на шлюб (Л.Б. Шнейдер):**

**1) мотивація на сам факт шлюбу:** головна рушійна сила в цьому випадку - намір укласти шлюб. Часом це відбувається під впливом інших при реалізації гасла "Вже час". При цьому інша людина є лише засобом для виконання заповітного бажання - одружитися або вийти заміж. І загалом неважливо, який саме партнер поруч. Важливо, щоб був і не заперечував проти укладення шлюбу. Якщо такої людини поблизу немає - всі сили витрачаються на його пошуки.

**2) мотивація на певний тип шлюбу:** у цих випадках діють більш впевнені люди, вони орієнтуються на такого партнера, який здатний здійснити їхні мрії. У колишні часи для жінки ознакою успішного заміжжя був шлюб з капітаном далекого плавання, артистом, дипломатом. Для юнака - шлюб з донькою відомих людей, начальників. У нинішні часи символом успішного заміжжя є шлюб з іноземцем або іноземкою, багатю людиною, фото-моделлю та інше.



3) **мотивація на певну людину:** у цьому випадку обранець сприймається як конкретна реальна людина, з усіма слабкостями і недоліками. Звичайно, можуть зустрітися і краще і красивіше, але це нічого не змінює. Це був свідомий вибір з установкою на прийняття певної людини, звідси витікає особиста відповідальність за свої почуття.

**А. Б. Добрович виділив групу мотивів, які спонукають людину вступати в шлюб, які частіше за все не усвідомлюються.**

<b>Мотиви</b>	<b>Сутність</b>
<i><b>Взаємне акторство</b></i>	коли молоді люди грають романтичні ролі;
<i><b>Спільність інтересів</b></i>	коли збіг інтересів, спільне захоплення приймають за спорідненість душ
<i><b>Зачеплене самолюбство</b></i>	яке спонукає досягти "заповітного" за всяку ціну, стимулює азарт і жагу перемоги через володіння "непокірним";
<i><b>Пастка неповноцінності</b></i>	в якій зливаються воєдино установка подяки і відчуття реалізації "останнього шансу";
<i><b>Інтимна удача</b></i>	коли успіх в сексуальних відносинах зводиться до передбачення хорошого шлюбу;
<i><b>Взаємна легкодоступність</b></i>	те, що дуже приваблює в дошлюбних відносинах;
<i><b>Жалість</b></i>	вона ж у варіантах провини, боргу, сприймається як "власна доблесть" і дозволяє грати на сцені життя вельми благородну роль;
<i><b>Порядність</b></i>	коли шлюб стимулюється думкою найближчого оточення і відповідальністю перед ним;
<i><b>Вигода</b></i>	коли людина знаходить допомогою такого союзу притулок, фінансове і матеріальне благополуччя;
<i><b>Помста</b></i>	коли вибір партнера і вступ у шлюб здійснюють на "зло кривднику";
<i><b>Страх самотності</b></i>	коли шлюбний союз виступає в ролі порятунку від своїх проблем, від самого себе, від страху майбутнього життя.

Дані мотиваційні модифікації можуть бути усвідомлені, і тоді, за умови, що люди не лукавлять самі з собою, наміри їх серйозні, а відповідальність за сімейне життя приймається в повному обсязі, є шанс, що шлюб, що стартував з цих позицій, може виявитися успішним.

**Проблема виникає в ситуаціях роздвоєння мотивів:** декларується одне, як правило, говорять про любов і навіть самі починають в це вірити, а реальним спонукальним мотивом є інше - акторство, жалість, помста, страх самотності та інше.

Серед мотивів пошуку шлюбного партнера, за даними Н.Ф. Федотової і Л. А. Філіпової найбільш часто вказуються: прагнення до статевої близькості,

бажання піклуватися (ці мотиви частіше відзначаються чоловіками), бажання відчувати турботу, бажання кохати і бути коханими, прагнення знайти подібну собі людину, бажання бути зрозумілими (частіше відзначаються у жінок). Мотивація на організацію сім'ї сильніше виражена у жінок, ніж у чоловіків. З. І. Фрайнбург зводить мотивацію створення шлюбу до трьох основних причин: біологічної, соціально – культурної та економічної.

Мотиви вступу у шлюб істотно залежать від соціального стану суб'єкта, його статі, віку, наявних цінностей життя та інших факторів. У більшості молодих людей головним мотивом вибору майбутнього супутника називалася любов (А. Г. Харчев, С. І. Голод, Н. Г. Юркевич).

У той же час, незважаючи на, здавалося б, найбільш прийнятну причину шлюбу – любов, вона не гарантує міцності шлюбу. Вся справа в тому, що під одним і тим же мотивом («по любові») ховаються різні потреби (почуття). Коли під любов'ю розуміється сексуальний потяг («ерос»), то вона не є гарантією міцного та щасливого шлюбу, якщо не підкріплена іншими потребами і мотиваторами з моральної сфери людини. Тільки в тих випадках, коли кохана людина сприймається як незамінна за своїми індивідуальними якостями і метою кохання є не отримання егоїстичного задоволення, а відчуття радості через радість іншої людини (така любов називалася древніми греками «агапе»), виключається можливість «пересичення» партнером та відмови від нього.

На думку деяких дослідників, у великому числі випадків любов виявляється чинником, що перешкоджає збереженню родинного союзу. По-перше, пише С. В. Ковальов, в нетерпінні любові ми шукаємо не чоловіка, а коханого, забуваючи про те, що жити нам доведеться не з одним цим прекрасним відчуттям, а з її предметом і носієм – конкретною людиною, з унікальним психічним світом, образом свого «Я», темпераментом, характером.

По-друге, під романтичним покривом любові ми дуже часто забуваємо, що, наскільки б подружжя не любило один одного, в своїй сім'ї вони просто зобов'язані будуть виконувати звичайні для кожної подружньої пари функції.

Західнонімецький психолог Х. Шельський стверджує, що, коли чекання любові стає первинним мотивом браку, основний сенс родинного життя з її повсякденними турботами, доглядом за маленькими дітьми зводиться до загибелі цих ілюзій, що часто приводить до пошуків нового любовного партнера.

Але всеж таки важливою основою для браку є любов. Любов - це інтенсивне, напружене і відносно стійке почуття суб'єкта, фізіологічно обумовлене сексуальними потребами і соціально сформованим прагненням бути своїми індивідуально значимими рисами з максимальною повнотою представленими в життєдіяльності іншого так, щоб будити у нього потреби у відповідному почутті такої ж інтенсивності, напруженості і стійкості (проблему любові розглянемо з вами у наступній лекції)

**Теорії вибору шлюбного партнера.** Бажання пояснити механізм шлюбного вибору призвело до створення ряду концепцій. Найбільше поширення й популярність у закордонній соціальній психології одержали теорії комплементарних потреб Р.Уінча (Winchov), теорія «стимул -цінність-роль» Б.Мурстейна, інструментальна теорія добору чоловіка й жінки Р.Сентерса, теорія «фільтрів» А.Керкгоффа й К. Девіса, «кругова теорія любові» А.Рейса.

Деякі дослідники (К. Мелвілл) уподібнюють процес вибору чоловіка торговій угоді, причому «валютою» в обміні служать такі соціальні цінності двох індивідів, як соціальне походження, освіта, економічний стан і особистісні якості(вік, зовнішність).

Прибічники теорії гомогамії ( Най А., Берардо Ф., Боссард Дж.) стверджували, що «обмінені» може бути не будь-хто чоловік і жінка, а лише ті, які мають однакову «соціальну цінність», або гомогамію. Фактично до числа можливих обранців входять кандидати з однаковими характеристиками, що мають первинне значення з точки зору шлюбного вибору (раса, віросповідання, соціальний клас, близькість по освітньому рівню, віку, територіальна близькість проживання).

**Теорія комплементарних потреб (взаємодоповнюючих потреб) Р.Уінча** полягає у тому, що протилежності притягаються, тобто у виборі партнера кожний індивідуум шукає того, від кого очікує максимум задоволення потреб. Закохані повинні мати подібність соціальних рис і психологічно доповнювати один одного. Ця теорія не стверджує, що кожний може знайти людину, яка б повністю задовольняла його потреби. Вона допомагає розібратися, чому кожний вважає привабливими тільки деяких із усього «поля обранців». Відповідно до цієї теорії, наприклад, привабливою для владного чоловіка може бути лагідна жінка, а спокійному й м'якому чоловікові подобаються енергійні й впевнені жінки.

**Інструментальна теорія добору чоловіка й дружини, розроблена Р.Сентерсом**, також приділяє першорядну увагу задоволенню потреб, але при цьому стверджує, що одні потреби більше важливі, чим інші, деякі з них більше властиві чоловікам, чим жінкам, і навпаки. Згідно Р.Сентерсу, людину тягне до того, чиї потреби схожі з його власними або доповнюють їх.

**Теорія «стимул-цінність-роль», або «обмін і максимальна вигода» Б. Мурстейна (1976),** ґрунтується на двох найважливіших постулатах. Перший полягає в тому, що на кожному щаблі розвитку взаємин партнерів міцність стосунків залежить від так званої рівності обміну. Іншими словами, відбувається своєрідний облік плюсів і мінусів, активів і пасивів кожного партнера. У результаті, хоча партнери можуть і не усвідомлювати цього, встановлюється деякий баланс позитивних і негативних характеристик кожного. Якщо активи, або стимули вступу в шлюб, перевищують пасиви, то приймається рішення про висновок подружнього союзу. Другий постулат полягає в тому, що шлюбний вибір містить у собі серію послідовних стадій, через які повинні пройти молоді люди. Той, хто не відповідає умовам кожної стадії, вибуває з «гри».

**Першу фазу Б.Мурстейн назвав «стимул» (привабливість партнера).** Коли чоловік і жінка зустрічають один одного вперше, складається початкове враження із приводу зовнішності іншої людини, її розуму, вміння триматися в суспільстві. Відбувається сприйняття й оцінка тих власних якостей, які можуть бути привабливими для іншої людини. Якщо між партнерами виникла атракція - перше враження було привабливим, то пари переходить до **другої фази - порівняння цінностей** (схожість поглядів → зміцнення симпатії). Партнери обговорюють свої погляди на життя, шлюб, чоловічі й жіночі ролі в сім'ї, на виховання дітей тощо. Чоловік і жінка або зміцнюють взаємні симпатії, або, зрозумівши, що в них мало спільного, поривають один з одним. Якщо взаємна привабливість, яка виникла на першій стадії, підкріплюється подібністю цінностей, то взаємини партнерів переходять у **третю стадію - рольову**. У третій фазі – рольовій (відповідність ролевої поведінки обранця своїм очікуванням) - партнери оцінюють сумісність ролей. Вони встановлюють, чи зможуть вони зайняти у подружньому союзі взаємодоповнюючі ролі, що дозволить їм задовольняти свої потреби. При цьому оцінюється схожість характерів й схильностей (наприклад, естравертованість або інтравертованість, однакова потреба у статевих контактах тощо), так і протилежність рис (наприклад, потреба у домінуванні й підпорядкуванні, прагнення одного піклуватися про іншого та інше). Звичайно, є люди, які, закохавшись, одружуються після нетривалого знайомства, без усяких тривог і побоювань, підкорюючись лише почуттю. Однак більшість партнерів намагаються усвідомити як достоїнства, так і недоліки один одного й, ретельно зваживши всі «за» і «проти», приймають остаточне рішення.

**Ідея існування декількох стадій у процесі вибору шлюбного партнера лежить і в основі теорії «фільтрів» А. Керкгоффа й К.Девіса.** Схематично даний процес можна представити як послідовне проходження через серію фільтрів, які поступово відсівають людей з безлічі можливих партнерів і звужують індивідуальний вибір. Перший фільтр - місце проживання - відсіває тих потенційних партнерів, з якими людина ніколи не зможе зустрітися. Потім фільтр гомогамії виключає тих, хто не підходить за соціальними критеріями. На цьому етапі людина вступає в контакти з людьми, які здаються привабливими. На наступних стадіях встановлюються подібність цінностей і сумісність рольових очікувань. Результатом проходження через всі фільтри є вступ у шлюб.

**«Кругова теорія любові» А. Рейса** пояснює механізм вибору шлюбного партнера через реалізацію чотирьох послідовних, взаємозалежних процесів.

1. Встановлення взаємозв'язку. Мається на увазі легкість спілкування двох людей, іншими словами - наскільки «у своїй тарілці» вони почувають себе в суспільстві один одного. Це залежить як від соціально-культурних факторів (соціального класу, утворення, релігії, стилю, виховання), так і від індивідуальної здатності людини вступати в контакт із іншими людьми.

2. Саморозкриття. Відчуття взаємозв'язку з іншою людиною народжує почуття розслаблення, довіри й полегшує розкриття себе перед іншим. Тут також великий вплив роблять соціальнокультурні фактори.

3. Формування взаємної залежності. Поступово в чоловіка й жінки виникає й розвивається система взаємозалежних звичок, з'являється почуття необхідності один одному.

4. Реалізація основних потреб особистості, якими, на думку А.Рейса, є потреби в любові, довірі, стимуляції ким-небудь її амбіцій тощо. Розвиток почуття любові йде в напрямку від першого процесу до четвертого. Безумовно, що пропуск одного з них негативно позначається на розвитку або стабільності любовних відносин

### **Готовність до шлюбу**

**Психологічна готовність** людини до шлюбу визначає подальші сімейні взаємини, їх успішність або ж їх конфліктність.

**Готовність**, зокрема включає : розуміння молодими людьми, які створюють сім'ю, соціальної сутності сім'ї, суспільної значущості своїх дій; відповідні зобов'язання один перед одним; відповідальність за сім'ю та дітей; добровільне прийняття неминучих у сімейному житті турбот; обмеження особистої свободи. Без цієї готовності перехід від неформальних взаємин емоційного характеру(кохання) до формальних- регламентованих і обов'язкових стосунків між партнерами по шлюбу – виявляється пов'язаним із значними труднощами.

**І. В. Гребенніков вважає, що підготовка підростаючого покоління до сімейного життя має включати такі аспекти:**

1. Соціальний, який розкриває політику держави в галузі шлюбно-сімейних стосунків і демографії, містить дані про призначення сім'ї, сімейні цінності, соціальні ролі подружжя і батьків.
2. Морально-етичний, який включає виховання таких моральних якостей: доброзичливого ставлення до представників іншої статі; повагу до матері, батька, старших і молодших; потребу у вихованні дітей; відповідальності, вірності, чесності, поступливості; почуття обов'язку перед дружиною (чоловіком), дітьми; культури інтимних почуттів.
3. Правовий, орієнтований на ознайомлення з основами законодавства про шлюб і сім'ю; з положеннями сімейного права, з обов'язками подружжя стосовно один до одного, до дітей, до суспільства.
4. Психологічний, що формує поняття про психологічні основи шлюбу і сімейного життя, володіння навичками спілкування.
5. Фізіолого-гігієнічний, який включає знання фізіологічних особливостей чоловічого і жіночого організмів; особливостей статевого життя, питань особистої гігієни та ін.
6. Педагогічний, що вміщує формування уявлень про роль сім'ї у вихованні дітей, її педагогічному потенціалі, специфіку сімейного виховання, виховні функції батька і матері, про шляхи підвищення педагогічної культури батьків.
7. Господарсько-економічний: озброєння знаннями про бюджет сім'ї, культура побуту, уміння вести домашнє господарство і так далі.

**В. А. Сисенко** формулює основні напрями діяльності з підготовки до сімейного життя: – моральна (усвідомлення цінності шлюбу, дітей і так далі); – психологічна (сума психологічних знань, необхідних у подружньому житті); – педагогічна (навички і здібності до виховання дітей); – санітарно-гігієнічна (гігієна шлюбу і побуту); – економічна і господарчо-побутова.

**Чотирі види готовності особистості до шлюбу та сімейного життя виділяє О.Бондарчук:**

- Фізична та фізіологічна зрілість;
- Соціальна готовність;
- Етико-психологічна готовність;
- Сексуальна готовність.

**Е. С. Калмикова говорить про психологічну готовність до шлюбу як інтегральну категорію, що включає комплекс аспектів:**

- формування певного морального комплексу
- готовність особистості прийняти на себе нову систему обов'язків по відношенню до свого шлюбного партнера, майбутнім дітям;
- підготовленість до міжособистісного спілкування і співпраці;
- здатність до самовідданості щодо партнера;
- наявність якостей, пов'язаних з проникненням у внутрішній світ людини (здатність до співпереживання);
- висока естетична культура почуттів і поведінки особистості;
- вміння вирішувати конфлікти конструктивним способом, здатність до саморегуляції власної психіки та поведінки.

**Подружня сумісність як основа стабільності сім'ї. Рівні подружньої сумісності.** Згідно дослідженням соціолога Сергія Голода на шкалі, яка вимірює благополуччя і стійкість сучасного шлюбу, "першу трійку" складають духовна, психологічна сумісність, сексуальна гармонія і задоволеність.

Основним чинником сімейного благополуччя є подружня (сімейна) сумісність, насамперед - психологічна та психобіологічна.

**Психологічна сумісність** суб'єктів - явище багаторівневе і багатоаспектне. У сімейному взаємодії вона включає в себе психофізіологічну сумісність; особистісну сумісність, в тому числі когнітивну (осмислення уявлень про себе, інших людей і світ в цілому), емоційну (переживання відбувається в зовнішньому і внутрішньому світі людини), поведінкову (зовнішнє вираження уявлень і переживань); сумісність цінностей, або духовну сумісність.

Психологічна сумісність визначається як взаємне ухвалення партнерів по спілкуванню і спільній діяльності, засноване на оптимальному поєднанні - схожості або взаємодоповнюваності - ціннісних орієнтацій, особистісних і психофізіологічних особливостей. Таким чином, гармонію сімейно-шлюбних відносин з точки зору особистих параметрів визначають декілька основних елементів:

- 1) емоційна сторона подружніх відносин, ступінь прихильності;

- 2) подібність їх уявлень, бачення себе, партнера, соціального світу в цілому;
- 3) подібність бажаних кожним з партнерів моделей спілкування, поведінкові особливості;
- 4) сексуальна і психофізіологічна сумісність партнерів;
- 5) загальний культурний рівень, ступінь психічної і соціальної зрілості партнерів, збіг систем цінностей подружжя.

*Психобіологічна сумісність* - потяг, захоплення, повагу один до одного. Психофізіологічна і зокрема сексуальна несумісність здатна привести до розпаду шлюбу. А розузгодження цінностей у взаємодії людей, особливо в повсякденних контактах, призводить до майже необоротного руйнування спілкування і подружніх взаємин. Тут важливо, з одного боку, наскільки різні оціночні критерії подружжя, а з іншого - наскільки індивідуальні критерії відповідають загальновизнаним. Можна говорити про подвійну гармонію, коли ціннісні установки подружжя збігаються між собою і з загальноприйнятою системою цінностей; про збіг поглядів з загальноприйнятою системою характеру подружжя свідчить їхнє ставлення до роботи, оточуючим людям, власності, до самих себе і родичам.

Подружжя сумісність багатопланова. Найчастіше виділяють наступні види подружньої сумісності: - духовну; - соціально-ролеву; - психологічну; - сексуальну.

А. Н. Обозова виділила чотири аспекти подружньої сумісності, необхідність поділу яких, на її думку, обґрунтована розходженням властивих їм критеріїв, закономірностей і проявів:

- 1) духовна сумісність - характеризує узгодженість цілеполагаючих компонентів поведінки партнерів: установок, ціннісних орієнтацій, потреб, інтересів, поглядів, оцінок, думок і т.д. (основна закономірність духовної сумісності - подібність, подоби духовних укладів подружжя);
- 2) персональна сумісність - характеризує відповідність структурно-динамічних особливостей партнерів: властивостей темпераменту, характеру, емоційно-вольової сфери. Один із критеріїв персональної сумісності - безконфліктне розподіл міжособистісних ролей, а основна закономірність цього аспекту сумісності подружжя - додатковість структурних характеристик партнерів;
- 3) сімейно-побутова сумісність - функціональні особливості шлюбних партнерів: узгодженість уявлень про функції сім'ї та відповідному укладі, узгодженість ролевих очікувань і домагань при реалізації цих функцій. Основним критерієм є ефективність виховання дітей;
- 4) фізіологічна сумісність - основним критерієм є сексуальна сумісність, тобто задоволеність від фізіологічної близькості.

Виділяють наступні фактори, що впливають опосередковано на психологічну сумісність.

1. Освіта - інтелектуальний рівень і характери партнерів не повинні надмірно відрізнятися, вища освіта не завжди підвищує рівень стабільності сімейних відносин. Навіть у шлюбі, укладеному між двома молодими людьми, що

закінчили вищі навчальні заклади, можуть виникнути конфлікти, які, якщо їх своєчасно не вирішити, дадуть привід для розлучення.

2. Трудова стабільність - люди, часто змінюють місце роботи, відрізняються нестійкістю, надмірною незадоволеністю, нездатністю налагоджувати тривалі відносини.

3. Вік визначає громадську зрілість партнерів, підготовленість до виконання подружніх і батьківських обов'язків. Найбільш оптимальним вважається вік 20-24 роки, найбільш природна різниця у віці подружжя - 1-4 роки. Стійкість так званих "нерівних" шлюбів в чому залежить не тільки від характеру обох партнерів, від їх взаємного почуття, а й від підготовленості до вікових особливостей, від уміння протистояти "лихослів'я" оточують і т.д.

4. Тривалість знайомства суттєво впливає, бо за період знайомства важливо добре дізнатися один одного не тільки в оптимальних умовах, але й у важких життєвих ситуаціях, коли яскраво проявляються особисті якості і слабкості характеру партнера. Можливо, як це прийнято зараз, слід пожити разом якийсь час, щоб освоїтися, звикнути до особливостей один одного.

Всі ці фактори створюють передумови виникнення подружньої сумісності і несумісності.

**Психологічна несумісність** - це неможливість в критичних ситуаціях зрозуміти один одного. У шлюбі кожен з подружжя може виступати як "психотравмуючий фактор", наприклад коли один з подружжя є перешкодою в задоволенні потреб іншого. Особливо велику значущість в сімейно-шлюбних відносинах мають ціннісна і психофізіологічна сумісність людей. Всі інші види сумісності або несумісності схильна до динамічних змін і достатньо легко регулюються в процесі взаємної адаптації членів сім'ї або в ході психотерапії. Ціннісна і психофізіологічна несумісність не піддається або з великими труднощами піддається корекції.

Для того щоб допомогти подружжю, що мають проблеми в шлюбі, необхідно з'ясувати, на чому базуються деякі з їхніх очікувань і який реальний стан справ в сім'ї. З цією метою зазвичай розглядаються шлюб їхніх батьків, братів чи сестер, ступінь підготовленості до шлюбу, динаміка розвитку дошлюбних і шлюбних відносин.

Концепція дублювання властивостей братів і сестер припускає, що людина прагне в нових соціальних зв'язках реалізувати свої відносини до братів і сестер. Більш стійкі і вдалі шлюби спостерігаються в тих випадках, коли відносини між партнерами будуються саме за таким принципом з урахуванням статевої приналежності.

Багато психологів вважають, що подружня сумісність - найважливіша умова стабільності і благополуччя подружньої пари.

Сімейна сумісність як здатність членів сім'ї узгоджувати свої дії, оптимізувати взаємостосунки в різних областях й видах спільної діяльності утворює багато рівнів. **Перший рівень** – це **фізична й психофізіологічна сумісність**, що передбачає тілесну сумісність, сумісність темпераментів, узгодженість сенсомоторних дій. **Другий рівень** – **сексуальна сумісність**. Сексуальна несумісність подружжя може стати причиною сварок і



конфліктів й призвести до розлучення. Постійна фізична й емоційна незадоволеність призводить до роздратованості й може перейти в депресивні й невротичні розлади. Як пише Г.В.Старшенбаум, екстраверти раніше ніж інтроверти починають статеве життя, мають сексуальні контакти частіше та з більшою кількістю партнерів. Для них характерні сильний статевий потяг й сексуальна збудженість, виражена сексуальна винахідливість, діапазон використання техніки й умов проведення статевого акту. Вони надають великого значення еротичній любовній грі, швидше звикають до сексуальних стимулів й тому потребують частої зміни ситуації й партнерів. Вони легко виражають свої сексуальні почуття, отримують більше задоволення від своєї сексуальності й не відчують у зв'язку з цим тривоги і сумнівів. Їх сексуальні установки відкриті, агресивні й гармонійні. Стримані й загальмовані інтроверти характеризуються більш пуританським та ортодоксальним відношенням до сексу. Вони схильні до індивідуалізації, тонким і стійким сосункам з акцентом на вірність, відданість й надійність, що часто супроводжується психологічними проблемами. Особливо несприятливим є сполучення агресивних партнерів або, навпаки, пасивно-підкорених типів:

**Третій рівень – інтелектуальна сумісність.** Чим ширше коло обговорюваних питань, чим частіше молоді люди вдаються до їх обговорення, тим більша ймовірність побудови ними в майбутньому гармонійних стосунків у родині. Порушення загальної комунікації, як правило, результат того, що подружжя не має взаєморозуміння, тобто їх розмови одноманітні.

**Четвертий рівень – сумісність характерів.** Від характеру подружжя залежать міжособистісні стосунки, а також емоційно-психологічний клімат у сім'ї. Чи буде конкретний шлюб благополучним або неблагополучним, стабільним чи не стабільним нерідко залежить від характерів партнерів. Своєрідність людини виявляється у характері людини. Як відомо, характер – це сукупність індивідуальних психічних властивостей, які проявляються у типовій для даної особистості діяльності, які відбиваються у типових обставинах і визначаються відношенням особистості до цих обставин. Окремі властивості характеру взаємопов'язані і утворюють цілісну й своєрідну єдність. Визначна організація якостей і властивостей утворюють структуру характеру. Дослідники стверджують, що про сумісність не може бути мови, якщо партнер: не може брати на себе відповідальність, в тому числі й фінансову; емоційно невірноважений, у зв'язку з перенесеною в дитинстві травмою; емоційно холодний (не вміє любити та відповідати на любов); постійно знаходиться в стані депресії або поганому настрої; жорстокий, легко розлючується (може застосувати силу); має сексуальні розлади, схильний до подружньої невірності; має пристрасть до алкоголю, наркоманії, сексу, азартним іграм; ще не прийшов до тями після попереднього роману. О.А.Каденко (2007) у дослідженні причин подружньої дезадаптації також зазначає, що дезадаптуючу роль відіграють наявні в подружжя дисгармонійні риси характеру та особистості: найчастіше у чоловіків це залежність, заниження самооцінки, незрілість особистості, злобність, егоїзм та черствість, у жінок – егоцентризм, небажання

адаптуватися до оточення, невірність, брехливість. Відомо, що характер людини після 30 років не змінюється, але здорова особистість, використовуючи вольову регуляцію, може звести до мінімуму прояв своїх недоліків. Саме тому помилковою є думка про те, що людину у шлюбі можна змінити. Особистість може змінитися тільки маючи на це власне бажання і також за власним бажанням вона може регулювати свою поведінку. **П'ятий рівень – узгодженість функціонально-рольових очікувань.** Прийнято вважати, що узгодженість структури ролей та розподіл ролей серед партнерів забезпечує стабільність і благополуччя сім'ї. Відповідність рольових очікувань одного шлюбного партнера рольовим домаганням іншого визначаються як рольова адекватність подружжя. Оцінка подружжям рівня конфліктності в певній сфері сімейно-рольової взаємодії визначається в залежності від того, наскільки рольова поведінка шлюбного партнера співпадає з рольовими очікуваннями стосовно нього як виконавця певної сімейної ролі. **Шостий рівень – ціннісно-орієнтаційна єдність.** Майже з перших років подружнього життя індивідуальні цінності відіграють велику роль у подружніх стосунках. У кожного є інтереси, потреби, мета існування й засоби досягнення цієї мети і вони є найважливішими у житті. Якщо майбутній партнер не поділяє пріоритетів іншого, подружній союз не має шансів на успіх, навіть якщо в інших сферах люди ідеально підходять один одному (Злагодах В.В., Лесик В.В., 2009). Також, узгодженість ступеня значущості в багатьох сферах сімейних цінностей виявляється у загальній ціннісній узгодженості подружжя. Тенденція до узгодженості в ціннісному, а також у функціонально-рольовому плані може свідчити про особливу спрямованість на партнера, яка характерна для узгодженої пари і виявляється у прагненні відповідати очікуванням партнера. Спрямованість на партнера може виконувати роль позитивного сімейного мотиватора, який виявляється у прагненні керуватися у сімейно-рольовій взаємодії інтересами шлюбного партнера, членів сім'ї та потребами сім'ї як цілого (Хлопоніна Н.Є., 2007). **Сьомий рівень сумісності – особистісна й соціальна зрілість подружжя.** Для гармонійного шлюбу необхідна особистісна й соціальна зрілість, підготовленість, активність й стійкість у професійній сфері, здатність матеріально забезпечувати сім'ю, готовність піклуватися про виховання дітей. Психологічно зрілих партнерів відрізняє почуття обов'язку, відповідальність за свою сім'ю, витримка, гнучкість, працелюбність та делікатність. Таким чином, гармонію сімейно-шлюбних стосунків з погляду на особистісні параметри визначають кілька основних елементів: емоційна сторона подружніх стосунків, ступінь прихильності; подібність їх уявлень, бачень себе, партнера, соціального миру в цілому; подібність передбачає у кожного з партнерів модель спілкування, поведінкові особливості; сексуальна й психофізіологічна сумісність партнерів; загальний культурний рівень, ступінь психічної й соціальної зрілості партнерів, збіг систем цінностей чоловіка й жінки. Велике значення у сімейно-шлюбних стосунках мають ціннісна й психофізіологічна сумісність подружжя. Всі інші види сумісності або несумісності піддаються динамічним

змінам і можуть змінюватись у процесі взаємної адаптації членів сім'ї або в ході психокорекції та психотерапії. Ціннісна й психофізіологічна несумісність не піддається або дуже важко піддається корекції. Психофізіологічна, і зокрема сексуальна, несумісність здатна призвести до розпаду шлюбу.

Говорячи про усі ці види сімейній сумісності, ми ні слова не сказали про любов. Але парадокс любові і полягає в тому, що вона є складовою частиною в усіх рівнях сумісності, - адже якщо вона є, то багато проблем вирішуються значно простіше. Любов між подружжям є невід'ємною частиною емоційного фону сімейного життя і сприяє позитивному світовідчуттю подружжя, стабільності їх психологічного здоров'я.

Відповідно до сучасних уявлень сумісність як здатність подружжя погоджувати свої дії і оптимізувати взаємовідносини в різних видах загальної діяльності інші автори виділяють наступні рівні сумісності.

*Нижній рівень* представляє психофізіологічна сумісність темпераментів чоловіка, сенсомоторна узгодженість дій, які виконуються спільно. Вищий рівень психофізіологічної сумісності характерний для пар холерик - флегматик і сангвінік - меланхолік, якого ніби доповнюють один одного (наприклад, спокій флегматика "гасить" запал холерика, а життєрадісність сангвініка компенсує понижений фон настрою меланхоліка).

*Середній рівень* психофізіологічної сумісності характерний для сполучених по "крузу" Г. Айзенка темпераментів: холерик - меланхолік, яким бракує емоційна стабільність; меланхолік - флегматик і флегматик - сангвінік, які характеризуються відповідно безініціативністю і відчуженням; сангвінік - холерик, які сперечаються за відповідальність і верховенство в сім'ї.

*Низький рівень* психофізіологічної сумісності властивим парам з однаковим темпераментом через відсутність у двох холериків витримки, у меланхоліків - бадьорості і енергії, у флегматиків - ініціативності і швидкості реагування, в сангвініків - послідовності.

*Другий рівень* подружньої сумісності представляє функціональна ролева узгодженість, тобто узгодженість структури, міркування, розподіли і прийняття сімейних і міжособистісних ролей. При цьому важливе значення має бажане і реальне співвідношення ролей.

*Вищий рівень* сумісності проявляється ціннісно-орієнтаційною єдністю, збігом оцінок подружжям сімейних цілей і цінностей. Розрізняють такі сімейні цілі які : пов'язані з вихованням дітей, коли для сім'ї особливо важливі якраз загальне виховання дитини батьком і матір'ю; подальший розвиток кожного члена сім'ї як особистості, включаючи захоплення на дозвіллі, інтенсивне змістовне усередині сімейне спілкування; створення свого домашнього гнізда, віддання йому своєрідності і затишку.

Опитування, яке здійснив Український науково-дослідний інститут проблем молоді, показало, що молоді сім'ї на перше місце ставлять функцію народження і виховання дітей (90,3 % опитаних), на друге - задоволення потреб в любові, особистому щасті, почуття захищеності (74,2 %

респондентів). Цікаво, що відносно найважливіших функцій сім'ї максимальний збіг оцінок спостерігається відносно репродуктивної функції (89,8 % респондентів). Відносно таких функцій сім'ї, як задоволення потреб в любові, ведення домашнього господарства, задоволення сексуальних потреб, у третини подружніх пар можна констатувати розбіжності. При цьому відзначається, що коли молодята вибирали з наведеним в анкеті трьох сімейних цінностей - любов, діти, побут, ту переважну більшість вибрали "любов"(74,4 %), а народження і виховання дітей вважали найважливішою сімейною цінністю тільки 15,5 %. Ця розбіжність пояснюється тим, що в першому випадку(оцінка функцій сім'ї) міг опинитися певний соціально-психологічний стереотип, відповідно якого діти посідають центральне місце в життєдіяльності сім'ї. У другому випадку(цінність сім'ї для людини) найімовірніше проявилися реальні установки молодого чоловіка. На третьому місці відповідно до відповідей респондентів опинилася функція "ведення домашнього господарства", потім - "задоволення сексуальних потреб", "духовне спілкування" і "розвиток особистості членів сім'ї". При цьому існують гендерні відмінності в сімейних цінностях. Жінки більшою мірою орієнтовані на народження і виховання дітей, духовне спілкування членів сім'ї, задоволення потреби в любові, особистому щасті, взаєморозумінні. Чоловіків же більшою притягає можливість задоволення сексуальних потреб, ведення здорового способу життя, організація побуту. Серед загальнолюдських цінностей чоловіка частенько виділяють цікаву роботу, професійне зростання, а також упевненість в собі, матеріальну забезпеченість і спілкування з друзями. Розбіжності в поглядах чоловіків і жінок на сімейній меті і цінності, інші аспекти життєдіяльності сім'ї в принципі можна здолати в процесі їх взаємної адаптації до загального способу життя.

**Подружня адаптація до сімейного життя.** У широкому сенсі під **адаптацією** розуміється цілісна система активних і спрямованих дій індивіда, які не лише підтримують динамічне рівноваги в конкретних умовах, але і забезпечують можливість еволюції при їх зміні.

**Подружня (сімейна) адаптація**, інтеграція характерна для початкового періоду шлюбу. За визначенням І. В. Гребеннікова, сімейна адаптація - це пристосування подружжя одне до одного і до тих умов, в яких знаходиться сім'я. Психологічна сутність адаптації полягає у взаємному узгодженні думок, почуттів та поведінки.

Сімейна адаптація – це адекватна реакція членів родини на позитивні та негативні зміни, що відбуваються у сфері шлюбно-сімейних стосунків. В іншому випадку родина перестає функціонувати нормально або зовсім розпадається. Розрізняють такі види сімейної адаптації (І.В.Гребенніков, Т. Андреева): матеріально-побутова адаптація – розподіл прав та обов'язків подружжя у виконанні домашніх справ, формування моделі планування та розподіл сімейного бюджету; морально-психологічна адаптація – засновується на сумісності світоглядів, ідеалів, інтересів, ціннісних орієнтацій, установок, а також характерних особливостей чоловіка та

дружини; інтимно-особистісна адаптація – засновується на досягненні подружжям сексуальної відповідності, що передбачає не тільки фізичне, але й моральне задоволення інтимними стосунками.

Існують два полярні етапи пристосування : первинна і вторинна (негативна) адаптація.

За своїм психічним змістом первинна адаптація подружжя здійснюється в двох основних видах співвідношень: ролевих і міжособистісних.

Базовим для ролевих взаємин виступає уявлення про цілі подружнього союзу, у якому виражається мотивація партнерів. Загальна мотивація сімейного союзу включає у себе чотири провідні мотиви: побутовий, морально-психологічний, сімейно-батьківський, інтимно-особистісний.

Первинна ролева адаптація незважаючи на природну і цілком можливу індивідуалізацію людських відносин, в них завжди відбиваються відношення певних громадських груп: в основі взаємодії певних соціальних ролей, що носять безособовий характер. У зв'язку з цим слідує, що в ній фіксуються певні положення, яке займає людина в системі громадських стосунків, і одночасно функція; нормативно схвалений зразок поведінки, очікуваний від кожного, хто займає це положення. А оскільки чоловік і дружина теж виконують певні соціальні ролі, то наші уявлення про те, як їх треба виконувати, і визначають, «контури» нашої поведінки і характер взаємодії в сім'ї. Тому, щоб сім'я була благополучною, ці уявлення мають або бути більш-менш однаковими, або стати спільними. Оскільки поведінка одного партнера в його сімейній ролі не повинна суперечити уявленням іншого, бо саме узгодження уявлень складає сутність взаємодії на стадії первинної ролевої адаптації. Важливо підкреслити, що це процес, що залучає усе більш глибокі шари уявлень (С.Ковальов).

Первинна ролева адаптація обов'язково включає узгодження уявлень про характер і розподіл сімейних обов'язків, які згідно К.Кіркпатрика, діляться на три основні види подружніх ролей: традиційні, товариські, партнерські.

Міжособистісна адаптація подружжя має три аспекти: афективний (емоційна складова стосунків), когнітивний (міра їх розуміння) і поведінкова (що безпосередньо реалізовується в їх поведінці). Успішна міжособистісна адаптація припускає емоційну близькість, високу міру взаєморозуміння. Міжособистісна адаптація припускає взаємне пристосування подружжя до особливостей особистості один одного і злиття їх «Я» в одне «Ми».

**Вторинна адаптація подружжя.** Причиною адаптації виступає зниження міри новизни цього подразника, у зв'язку з чим щоб уникнути адаптації необхідно або збільшити силу роздратування, або робити перерви в роздратуванні.

Вторинна негативна адаптація проявляється в послабленні почуттів, їх перетворенні в звичку, виникненні байдужості. Здійснюється ж вона в трьох основних сферах. Перша з них — інтелектуальна. Тут відбувається зменшення інтересу до іншого як особистості (своєрідне її вичерпання) внаслідок повторення їм в спілкуванні одних і тих же думок, суджень, оцінок

і т. п. Небезпека інтелектуальної негативної адаптації існує для будь-якого шлюбу, бо визначається кожен-денним і неминучому спілкуванням чоловіка і дружини, один одним, що частенько призводить до своєрідного пересичення.

Наступна сфера вторинної негативної адаптації — моральна. Саме тут понад усе проявляється негативна дія відомого «ефекту нижньої білизни» : неохайного «розсекречення» подружжя друг перед другом, коли вони починають демонструвати зовсім не ліпші свої якості, вчинки, використати під час спілкування неприйнятні жести, інтонації і показуватися один одному у такому вигляді, в якому ніколи не ризикнули б прийти на побачення в період дошлюбного залицяння.

Третя сфера вторинної негативної адаптації — сексуальні стосунки подружжя. Низька культура інтимного життя, легка доступність, близькості і одноманітність відносин один з одним можуть призводити до зниження взаємної привабливості і падіння статевого потягу. Негативна адаптація може посилювати внаслідок гендерних відмінностей, оскільки чоловіки особливо чутливі до матеріально-побутових незручностей, труднощів фізичної адаптації, а жінки - до зменшення зовнішніх проявів любові і поваги з боку чоловіка, втрати романтики дошлюбних залицянь. Подолання подружньою парою випробування вторинною адаптацією визначається двома чинниками: постійною новизною інформації і міжособистісної сумісності.

Існують три головні умови боротьби з вторинною адаптацією. Першою умовою є постійна робота над собою, духовне зростання, прагнення постійно підтримувати в очах коханого свій престиж і статус.

Друга умова подолання негативних наслідків вторинної адаптації — це подальше підвищення культури взаємовідносин подружжя, послідовне виховання в собі злагідності, доброзичливості, чуйності, стриманості і що дозволяє уникнути зайвого «викриття» тактовності. Специфіка вторинної адаптації просто зумовлює необхідність культивування нового ступеня в розвитку сімейного мікроклімату — прославляючої поваги один до одного, своєрідного виховного перебільшення необхідних для щастя сімейного союзу достоїнств іншого в повній відповідності.

Третьою умовою міцності сім'ї при загрозі негативної адаптації виступає підвищення взаємної автономності подружжя, їх відносної свободи один від одного.

Висновок про важливість ролі подружньої взаємодії, спілкування підтверджується дослідженнями В. Метьюза і К. Михановича. Вони проявили десять найважливіших відмінностей між щасливими і нещасливими сім'ями.

**Ознаки нещасливих сімей :** 1. Не мають загальних поглядів з багатьох питань і проблем. 2. Погано розуміють почуття один одного. 3. Говорять слова, які дратують іншого. 4. Часто почувають себе нелюбимими. 5. Не звертають уваги один на одного. 6. Відчувають невдоволену потребу в довірі. 7. Відчувають потребу в людині, якій можна довіритися. 8. Рідко роблять компліменти один одному. 9. Вимушені часто поступатися одним одному. 10. Хотять, щоб їх любили сильніше.

**Умови успішного сімейного спілкування** :відкритість, відсутність у подружжя таємниць, заборонених тем, можливість відверто висловити свої думки, проявити почуття; підтвердження в процесі спілкування позитивного уявлення про партнера; активний трансактний обмін, постійне обговорення думок, почуттів, вражень; ситуативна адекватність, обумовленість форм спілкування конкретною ситуацією.

**Психологічне здоров'я сім'ї: сутність і рівні.** У загальних рисах сукупність суб'єктивних психологічних чинників стабільності браку і сім'ї можна об'єднати в поняття **психологічне здоров'я сім'ї**. Під психологічним здоров'ям сім'ї розуміється інтегральний показник динаміки життєво важливих для сім'ї функцій, що відбиває якісний аспект соціально-психологічних процесів, що відбуваються в сім'ї. Цей показник не тотожний поняттю «психічне здоров'я», в якому хоча і відображені групові норми і цінності, які регламентують життя особистості в соціальному середовищі, багато процесів, явища соціально-психологічного рівня залишаються поза сферою його змісту і не вкладаються в традиційне поняття. Цей показник не тотожний і другий протилежності - поняттю «соціально-психологічний клімат», яке більшою мірою стосується для малих груп різнорідного складу.

**Психологічне здоров'я сім'ї** як багаторівнева якість її життєдіяльності характеризується адекватністю протікання в ній соціально-психологічних процесів відносин, реакції, орієнтації в проблемній ситуації.

**Психологічне здоров'я сім'ї визначається багатьма факторами:** соціальним, економічним, біологічним, психологічним і т. д. Найважливішим фактором, його природно-науковою основою є фізичне здоров'я членів сім'ї. Норма у здоров'ї окремої особистості або відхилення від норми адекватно відображаються на психічному здоров'ї не тільки цієї особистості, а в результаті і на психологічному здоров'ї родини. Але тут не може бути жорсткої залежності, оскільки мають місце впливу інших факторів (у тому числі не завжди однаково з основним). Тому виникає необхідність порівневої та комплексної оцінки цього явища для кожної родини.

***При порівневій оцінці значимі три позиції: норма, відхилення від норми, відсутність психологічного здоров'я.***

- **норма**, яка умовно визначається мірою розвитку індивідуальних і групових процесів, у межах яких, з одного боку, спостерігаються узгодженість і задоволення потреб членів сім'ї, а з іншої - їх соціальна(внутрісімейна) активність; У такому випадку це психологічно здорова родина.
- **відхилення від норми** - характеризується перевагою індивідуальних процесів над соціальними(внутрісімейними), частковою узгодженістю дій членів сім'ї; Це характерно для сім'ї, яка потребує психологічному консультуванні і зазвичай піддається психокорекції.
- **відсутність психологічного здоров'я сім'ї** (психологічне нездоров'я), що полягає в її нездатності самостійно коригувати дезорганізуючі дії її членів, переважанні внутрішнього сімейного дискомфорту і практично повній автономності дій членів сім'ї відносно задоволення індивідуальних потреб.

У комплексній оцінці психологічного здоров'я сім'ї найбільш значущі особистісна, групова, діяльнісна складові і відповідність їх змісту показники: схожість сімейних цінностей, функціонально - рольова узгодженість, соціально-рольова адекватність, адаптивність в мікросоціальних відносинах, емоційна задоволеність, спрямованість на сімейне довголіття.

**До показників, по яким оцінюють психологічне здоров'я сім'ї, В.С. Торохтій відносить:**

**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, самотійно 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 прагнучиме 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 та стабільність родини.** 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. Іншими словами, сімейна ідентичність – це емоційне й когнітивне «Ми» цієї сім'ї. Сімейна ідентичність пов'язана із самосвідомістю особистості та може бути різним ступенем включення 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 з вищеназваними основними показниками психологічного здоров'я сім'ї, мають місце і такі, як психолого-педагогічна спроможність або неспроможність родини, адекватна віку членів сім'ї, рівень зрілості їхніх стосунків, мобільність до предметно-рефлексивних відносин та інші.

Всі ці особливості, інтегруючись в житті малої соціальної групи (сім'ї), надають психологічному здоров'ю сім'ї цілий ряд специфічних властивостей. Найважливіші з них :

- гуманність (психологічне здоров'я сім'ї передбачає розвиненість гуманістичності, турботу і увагу до людини як вищу сімейну цінність);
- гармонійність ( психологічне здоров'я передбачає високий рівень сумісності членів сім'ї, гармонійність їх відносин);
- життєздатність (психологічне здоров'я сім'ї підкреслює міцність внутрішньо-сімейних зв'язків і взаємозалежностей щодо впливів дезорганізуючих факторів);
- системність (психологічне здоров'я являє собою систему логічно взаємопов'язаних елементів, а тому його вивчення передбачає системний підхід у розробці та виявленні значущих показників);
- цілісність (психологічне здоров'я - це цілісне явище, а значить, зміна одних елементів неминуче тягне зміну інших його складових);
- динамічність (психологічне здоров'я є динамічним утворенням, процесу розвитку якого притаманні певні етапи і свої специфічні закономірності).

**До основних умов управління психологічним здоров'ям сім'ї слід віднести:** по-перше, розвиток мотивації шлюбно-сімейних відносин;

по-друге, формування правильних уявлень про сім'ю і принципах її функціонування;

по-третє, прищеплення навичок і вмінь внутрішньо-сімейної корекції дезорганізаційної поведінки окремих членів сім'ї;

по-четверте, своєчасне регулювання внутрішньо-сімейних ( подружніх) відносин на основі розвитку всіх видів сумісності;

по-п'яте, актуалізація факторів стабілізації сім'ї;

по-шосте, залучення сім'ї в активне життя соціуму.

Розглянуті показники психологічного здоров'я сім'ї створюють загальний психологічний портрет сучасної сім'ї і насамперед характеризують ступінь її благополуччя.