

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»

Факультет соціальних наук

(повне найменування факультету)

Психологія

(повне найменування кафедри)

Пояснювальна записка

до дипломного проєкту (роботи)

бакалавр

(ступінь вищої освіти)

на тему Психологічні особливості рольових очікувань сучасних жінок

(назва теми)

Виконав(ла): студент(ка) 4 курсу,

групи СНз-

112сп

Спеціальності 053 Психологія

(код і найменування спеціальності)

Освітня програма (спеціалізація)

Психологія

ДЯТЛОВА В.О.

(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

Керівник ГАЙВОРОНСЬКА

Т.О.

(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

Рецензент КОВАЛЬ

В.В.

(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»

Факультет соціальних наук
Кафедра «Психологія»
Ступінь вищої освіти бакалавр
Спеціальність 053 Психологія
(код і найменування)
Освітня програма (спеціалізація) Психологія
(назва освітньої програми (спеціалізації))

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

«25» лютого 2025 року

З А В Д А Н Н Я
НА ДИПЛОМНИЙ ПРОЄКТ (РОБОТУ) СТУДЕНТА(КИ)

ДЯТЛОВОЇ Валерії Олександрівни

(ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

1. Тема проєкту (роботи) Психологічні особливості рольових очікувань сучасних жінок

керівник проєкту (роботи) к.філос.н., доцент ГАЙВОРОНСЬКА Таїсія Олексіївна

(науковий ступінь, вчене звання, ПРИЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

затверджені наказом закладу вищої освіти від «25» лютого 2025 року № 64

2. Строк подання студентом проєкту (роботи) 06 червня 2025 року

3. Вихідні дані до проєкту (роботи) 78 сторінок, 4 таблиці, 67 джерел

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) проаналізувати історичний контекст гендерної диференціації ролей у родині; розглянути міжособистісне спілкування як основу розвитку сімейних стосунків; виявити гендерні особливості рольових очікувань від сімейних стосунків; проаналізувати психологічні особливості задоволеності якістю життя в гендерному аспекті; організація та методи дослідження; окреслити результати емпіричного дослідження.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) таблиця 2.1. оцінка рольових очікувань жінок; таблиця 2.2. оцінка задоволеності шлюбом; таблиця 2.3. показники рівнів життєвої задоволеності у відсотках; таблиця 2.4. кореляційний аналіз рольових очікувань, оцінки задоволеності шлюбом та задоволеністю життя.

6. Консультанти розділів проєкту (роботи)

Розділ	ПРИЗВИЩЕ, ініціали та посада консультанта	Дата, підпис	
		завдання видав	прийняв виконане завдання
1	ГАЙВОРОНСЬКА Т.О., доцент	17.02.2025	03.03.2025
2	ГАЙВОРОНСЬКА Т.О., доцент	04.03.2025	24.03.2025
3	ГАЙВОРОНСЬКА Т.О., доцент	25.03.2025	11.04.2025
Норм-ль	СТАДНИК А.Г., доцент	01.06.2025	03.06.2025

7. Дата видачі завдання «25» лютого 2025 року.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломного проєкту (роботи)	Строк виконання етапів проєкту (роботи)	Примітка
1	Узгодження теми та затвердження завдання надипломний проєкт(роботу)	25.02.2025	
2	Збір матеріалу та вивчення літературних джерела дипломний проєкт(роботу)	01.03.2025	
3	Затвердження теми	15.03.2025	
4	Складання змісту	18.03.2025	
5	Виконання першого розділу	15.04.2025	
6	Виконання другого розділу	29.04.2025	
7	Виконання третього розділу	13.05.2025	
8	Формування висновків	23.05.2025	
9	Перевірка роботи керівником	27.05.2025	
10	Оформлення дипломного проєкту (роботи)	30.05.2025	
11	Нормоконтроль та перевірка на запозичення	03.06.2025	
12	Попередній захист дипломного проєкту (роботи)	05.05.2025	
13	Подання роботи на кафедру	06.06.2025	
14	Одержання відгуку та рецензії	07.06.2025	
15	Захист дипломного проєкту (роботи)	17.06.2025	

Студент(ка)

_____ Валерія ДЯТЛОВА
(підпис) (Ім'я ПРИЗВИЩЕ)

Керівник проєкту (роботи)

_____ Таїсія ГАЙВОРОНСЬКА
(підпис) (Ім'я ПРИЗВИЩЕ)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота бакалавра: 75 сторінок, 4 таблиці, перелік використаних джерел складає 67 найменувань.

Об'єкт дослідження – рольові очікування від сімейних стосунків.

Предмет дослідження – рольові очікування від сімейних стосунків жінок з різним рівнем задоволеності якістю життя.

Мета дипломної роботи полягає в тому, щоб на основі комплексного аналізу наукової літератури, а також емпіричного дослідження проаналізувати взаємозв'язок між рольовими очікуваннями від сімейних стосунків та рівнем задоволеності якістю життя у сучасних жінок.

Методи дослідження: теоретичні (абстрагування, аналіз і синтез наукової літератури, узагальнення), емпіричні (методика «Рольові очікування і домагання у шлюбі (РОД)» О. Волкової, Г. Трапезникової; методику «Тест-запитальник задоволеності шлюбом» (В. В. Столін, Т. Л. Романова, Г. П. Бутенко); методику «Індекс задоволеності життям» (адаптація Н. В. Паніной)), статистичні..

У процесі дослідження теоретично обґрунтовано, що актуальна ситуація сьогодення визначає провідну роль жінок у формуванні якості життя як соціального так і сімейного, водночас деякі рольові очікування не відповідають дійсності та принципам гендерної рівності. Емпірично досліджено та статистично визначено необхідність перегляду рольових установок у контексті сучасної гендерної динаміки та підвищення психологічної обізнаності жінок щодо власних очікувань, потреб і можливостей для реалізації в шлюбно-сімейній сфері

**РОЛЬОВІ ОЧІКУВАННЯ, ГЕНДЕРНІ РОЛІ, ШЛЮБНО-СІМЕЙНІ
ОЧІКУВАННЯ, ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ШЛЮБОМ, ЗАДОВОЛЕНІСТЬ
ЖИТТЯМ**

ЗМІСТ

ВСТУП	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ РОЛЕЙ В СІМЕЙНИХ СОСУНКАХ	9
1.1. Історичний контекст гендерної диференціації ролей у родині	9
1.2. Міжособистісне спілкування як основа розвитку сімейних стосунків	17
РОЗДІЛ 2. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛЬОВИХ ОЧІКУВАНЬ В СІМЕЙНИХ СТОСУНКАХ.....	22
2.1. Психологічні особливості рольових очікувань від сімейних стосунків	22
2.2. Гендерні особливості рольових очікувань від сімейних стосунків	30
2.3. Психологічні особливості задоволеності якістю життя в гендерному аспекті.....	38
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СПОДІВАНЬ ВІД СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ ЖІНОК З РІЗНИМ РІВНЕМ ЗАДОВОЛЕНОСТІ ЯКІСТЮ ЖИТТЯ	51
3.1. Організація та методи дослідження	51
3.2. Результати емпіричного дослідження.....	60
ВИСНОВКИ.....	68
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	73

ВСТУП

Сім'я виступає фундаментальним соціальним інститутом, що забезпечує функціонування і стабільність суспільства. У межах цієї малої соціальної групи реалізуються базові потреби особистості, зокрема у сфері психологічної підтримки, емоційної безпеки та зниження впливу щоденних стресогенних чинників. Водночас сім'я виконує виховну та соціалізаційну функцію, сприяючи засвоєнню індивідом соціальних норм, цінностей, моделей поведінки та культурних традицій.

У процесі вступу до шлюбно-сімейних відносин індивід зазвичай формує очікування, що базуються на досвіді первинної сім'ї, спостереженнях за родинами близького соціального оточення, а також на загальноприйнятих культурно-історичних стереотипах. Однак зазначені очікування не завжди корелюють із реальним перебігом подружніх стосунків. Таке розходження часто зумовлює як міжособистісні конфлікти, так і внутрішньо-особистісну напруженість, що здатна негативно позначатися на рівні суб'єктивного відчуття життєвої задоволеності та психоемоційного благополуччя.

Дослідженням сімейних стосунків людство займається досить давно і культурний розвиток різноманітних форм шлюбу від первісних до сучасних є тому підтвердженням. Вивченням сім'ї як соціального інституту займалися такі видатні вчені В. Поліщук, О. Столярчук, Н. Сердюк, О. Горецька, І. Олійник, В. Міщенко, К. Сєдих, Е. Ейдемільер, В. Юстицькіс. досліджували функції сім'ї та розподіл соціальних ролей І. Олійник, О. Руденко, Т. Корнієнко, О. Бабіч, Л. Орбан-Лембрик, Н. Савченко, О. Сазонова та ін.

Так як сім'я є важливим інститутом для кожної людини, вважаємо необхідним дослідити та проаналізувати вплив очікувань від сімейних стосунків на рівень задоволеності якістю життя серед жінок.

Об'єкт дослідження: рольові очікування від сімейних стосунків.

Предмет дослідження: рольові очікування від сімейних стосунків жінок з різним рівнем задоволеності якістю життя.

Мета роботи – проаналізувати взаємозв'язок між рольовими очікуваннями від сімейних стосунків та рівнем задоволеності якістю життя у сучасних жінок.

Завдання дослідження:

1. На основі теоретичного аналізу визначити психологічні та гендерні особливості рольових очікувань від сімейних стосунків

2. Виокремити особливості поняття задоволеності життям в контексті сімейних стосунків.

3. Емпірично дослідити та визначити зв'язок між рольовими очікуваннями, задоволеністю шлюбом та якістю життя у жінок.

Методи дослідження: теоретичні (абстрагування, аналіз і синтез наукової літератури, узагальнення), емпіричні (методика «Рольові очікування і домагання у шлюбі (РОД)» О. Волкової, Г. Трапезникової; методику «Тест-запитальник задоволеності шлюбом» (В.В. Столін, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко); методику «Індекс задоволеності життям» (адаптація Н.В. Паніной)), статистичні.

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження. У ході дослідження було вперше статистично визначено ступінь залежності між сподіваннями та задоволеністю якістю життя у жінок.

Практичне значення даного дослідження полягає в розробці обґрунтованих заходів і практичних рекомендації, що можуть бути застосовані в роботі психолога для ефективного вирішення оптимізації подружніх відносин з подальшим підвищенням задоволеності якістю життя та сімейними стосунками зокрема.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ РОЛЕЙ В СІМЕЙНИХ СОСУНКАХ

1.1. Історичний контекст гендерної диференціації ролей у родині

Упродовж усієї історії розвитку людської цивілізації спостерігається складна взаємодія чоловічого та жіночого начал, що, попри їхню формальну єдність, відбувалась у контексті дисбалансу та пріоритетності однієї зі сторін [44, с. 17]. Історично суспільство тяжіло до домінування маскулінної моделі соціального устрою, яка зумовила тривале панування чоловічого принципу в регуляції соціальних і культурних процесів.

Сім'я, як базовий осередок суспільства, що функціонує у форматі малої соціальної групи, має чітко визначену соціально-психологічну структуру міжособистісних стосунків. При її аналізі особлива увага приділяється функціонально-рольовим аспектам, які виявляються через дотримання культурно заданих норм поведінки, соціальних зразків і ролей, специфічних для тієї чи іншої соціокультурної системи [67, с. 69].

У попередніх історичних етапах основні обов'язки, пов'язані з фізично важкою працею та відповідальністю за матеріальний добробут родини, традиційно покладались на чоловіків. Саме вони виконували функції глави родини, визначали її статус, приймали ключові рішення та організовували соціальне середовище спілкування. У цьому контексті чоловіки звільнялися від побутових обов'язків, які повністю переймали на себе жінки [14, с. 114].

Патріархальна модель сімейних стосунків, де домінуючу позицію обіймав чоловік, була характерною і для давньоруського суспільства. У тексті «Домострою» (XVI ст.) детально прописані нормативні моделі ролей для подружжя: чоловік постає як керівник і наставник, тоді як жінка – як берегиня домашнього простору, що зобов'язана узгоджувати свої дії з волею

чоловіка. Проте в реальному повсякденному житті жінки нерідко відігравали активну, а подекуди й домінуючу роль у сімейних відносинах [20].

У XVII-XIX ст. спостерігається стійка модель сім'ї, в якій жінка відігравала винятково роль матері та господині, з обмеженим впливом поза межами родинного кола. Ця модель часто ставала виснажливою, попри її зовнішню самодостатність. Представниці середнього класу зазвичай не працювали поза домом, а функції, пов'язані з економікою та політикою, були монополією чоловіків. У такому форматі родина перетворювалася на своєрідний захисний простір, де жінка створювала атмосферу затишку, любові та емоційної безпеки. Материнство вважалося не просто одним із обов'язків, а головною місією жінки [31].

Соціокультурне конструювання жіночої ролі ґрунтувалося на низці стереотипних уявлень:

- жінкам приписувалась природжена здатність до виховання дітей завдяки їхній ніжності й високим моральним якостям;
- зосередженість на домі трактувалась як захисний чинник, що вберігає жінок від аморального впливу зовнішнього середовища;
- через реалізацію материнської функції жінка мала можливість опосередковано впливати на суспільство.

Ці переконання отримали концептуальне осмислення в ідеї «культу істинної жіночності», запропонованій Барбарою Велтер. Такий дискурс активно популяризувався у жіночих журналах і релігійній літературі. На межі XIX-XX ст. навіть помірні спроби утвердження гендерної рівності зустрічали опір з боку значної частини чоловічого інтелектуального середовища. Як зазначає С. І. Голод, дискусії навколо жіночого визвольного руху часто містили елементи ірраціонального або навіть абсурдного [11, с. 14].

Зокрема, П'єр-Жозеф Прудон рішуче засуджував залучення жінок до громадського життя, вважаючи, що це нівелює моральну цінність сім'ї, призводить до знищення родинної інституції та підриває соціальні основи

держави: «Допускаючи до виконання суспільних обов'язків жінку... ми плямуємо сімейну честь...проголошуємо змішання статей... і цивільне рабство» [32, с. 18].

Отже, у межах традиційної патріархальної родини основною функцією жінки визнавалось ведення домашнього господарства, виховання дітей і забезпечення побутової стабільності. Структура такої родини будувалася на залежності жінки від батьків, чоловіка та дітей, що зумовлювало закріплення її підпорядкованого статусу.

У другій половині XIX століття соціальні трансформації, пов'язані з індустріалізацією, міграційними процесами та проведенням реформ, сприяли зниженню впливу ідеології «культу Щирої Жіночності» та активізували участь жінок у сферах поза межами домашнього побуту. Водночас усталені уявлення про гендерні ролі залишалися досить міцними.

До кінця XIX століття на Заході, попри поодинокі винятки, концепція соціально прийнятних ролей чоловіків і жінок залишалася практично незмінною. Цей період характеризується жорстким функціональним розмежуванням між статями, що нерідко набувало форми ригідного дуалізму в межах ієрархічної моделі родини. Аргументація прихильників такої системи спиралася на апеляції до "природного порядку", релігійних приписів і багатовікових традицій. Жінці відводилась роль хранительки домашнього вогнища, матері й виховательки, тоді як чоловік вважався відповідальним за добробут родини, ведення справ у зовнішньому світі, тобто у виробничих, торговельних і політичних сферах.

Із завершенням XIX століття масове залучення жінок до професійної праці стало поштовхом до зростання їхньої активності в суспільно-політичному житті, що поступово трансформувало й чоловічі ролі. Ці зміни посилили кризу традиційної патріархальної моделі, що позначилось не лише на науковому дискурсі, а й на повсякденних уявленнях [14, с.13].

Жінки почали освоювати нові соціальні простори – не тільки професійно-трудові та культурно-політичні, але й реформувати усталені

моделі сімейних стосунків. Водночас, навіть втративши монополію на професійну сферу, чоловіки нерідко зберігали прагнення до домінування в родинному контексті.

Подальші зміни в становищі жінки зумовлювалися зростанням рівня освіти, професійною підготовкою, індустріалізацією домашнього побуту, зменшенням залежності від подвійних стандартів щодо жіночої суспільної активності, а також поширенням дошкільних закладів і можливістю контролю народжуваності [43].

Фінансова незалежність жінок поступово нівелювала їхню економічну залежність від чоловіків як глав родини, що в свою чергу спричинило кризу традиційної патріархальної моногамії. Проте ці структурні зрушення не завжди корелювали зі змінами у соціальному статусі жінки всередині родини. У наукових працях першої половини XX століття досі фіксувалися упереджені уявлення про жіночу природу. Так, К. Юнг зазначав, що жінка завжди перебуває «у тіні» чоловіка, і тому її легко з ним сплутати, висловлюючи подив з приводу того, що жінки можуть мислити, відчувати, працювати, носити штани замість спідниць і брати активну участь у суспільному житті [60, с. 148].

Стереотипи також диктували, що право на професійну реалізацію жінка має лише за умови наявності в неї маскуліnnих рис, і що це не повинно заважати її "природній" ролі дружини та матері. Наприклад, О. Вейнінгер називав жінок, які змінюють соціальні ролі або прагнуть до цього, «соціальним непорозумінням» [74, с. 116], тоді як Ф. Капріо стверджував, що жінка – істота другого сорту, а її незалежність є такою ж аномалією, як і одностатева любов [22, с. 99].

Гендер як соціокультурна категорія, що не має чіткої біологічної основи, актуалізується в конкретних соціальних контекстах через символічні та поведінкові прояви. Однією з ключових форм репрезентації гендеру в медійному просторі є гендерні стереотипи. У межах нашого дослідження під гендерним стереотипом розуміється стійке уявлення або образ, що

відображає типові риси, асоційовані з маскулінністю або фемінністю, та визначає набір соціальних очікувань, норм і поведінкових моделей, які приписуються чоловікам і жінкам. Такий стереотип, як правило, позбавлений індивідуальних характеристик, має емоційне забарвлення та ґрунтується більше на культурних упередженнях, ніж на емпірично підтверджених фактах [66].

Особливе місце в дослідженні гендерних ролей займає сфера родинних взаємин, у якій найбільш виразно проявляються стереотипізовані уявлення про чоловіче і жіноче. В цьому контексті варто звернутися до дослідження Т. М. Титаренко [64], яка аналізує розподіл сімейних ролей у сучасній українській родині. Авторка наголошує на багатофакторності процесу гендерної соціалізації, звертаючи увагу на вік, етнокультурні особливості, матеріальний стан, соціальний статус, а також регіон проживання (місто або сільська місцевість). Дослідження має узагальнений характер, і його результати репрезентують середньостатистичні тенденції, що не враховують індивідуальних відмінностей.

Отримані дані свідчать про амбівалентність сучасних уявлень щодо гендерних ролей. Хоча класичний розподіл обов'язків – чоловік як годувальник, жінка як хранителька домашнього вогнища – усе ще зберігає свою впливовість, фіксується і певне зрушення в бік партнерського підходу до сімейного життя. Зокрема, згідно з наведеними статистичними показниками, 73 % жінок і 78 % чоловіків дотримуються думки, що жінка з дитиною дошкільного віку не повинна працювати. Водночас 87 % жінок і 82 % чоловіків визнають, що чоловік може бути не менш ефективним у вихованні дитини, ніж жінка. Ба більше, 93 % опитаних представників обох статей погоджуються з тим, що обидва батьки повинні однаковою мірою брати участь у вихованні дітей [64].

Таким чином, можемо говорити про поступову демократизацію уявлень про гендерні ролі в українському суспільстві. Хоча традиційна модель все ще домінує, виявляється стійка тенденція до перегляду усталених

норм і наближення до принципів гендерної рівності в сімейному контексті. Це свідчить про гнучкість соціальних уявлень, які з часом адаптуються до зміненої соціокультурної реальності.

Варто звернути увагу на ще один важливий показник: 78 % жінок і 76 % чоловіків вважають, що обидва партнери повинні робити внесок у формування сімейного бюджету [64]. Такий результат свідчить про трансформацію традиційних уявлень про економічну роль жінки в родині та зростання цінності її професійної реалізації поряд із виконанням сімейних обов'язків. Сучасна українська жінка дедалі частіше сприймається не лише як хранителька домашнього вогнища, а й як повноправна учасниця економічного життя родини, для якої важливо мати успішну кар'єру та бути реалізованою у професійній сфері.

Проаналізовані дані дозволяють зробити висновок, що спектр сімейних і соціальних ролей, які приписуються жінці, значно ширший, ніж ті, що стосуються чоловіків. Жінка одночасно виступає в образах турботливої матері, берегині дому, професіоналки, а часто – й активної учасниці господарської діяльності (особливо у сільських регіонах). Натомість чоловік у суспільній свідомості здебільшого фіксується в ролі «добувача» – основного матеріального забезпечувача сім'ї. Це свідчить про нерівномірний розподіл очікувань та обов'язків, що породжує дисбаланс у функціонуванні сімейних систем.

Ця тенденція особливо виразно простежується у працях Н. Лавриненко [9], яка акцентує увагу на феномені подвійного, а в окремих випадках – потрійного навантаження жінки. Йдеться про необхідність поєднання домашньої праці, професійної реалізації та, для мешканок сільської місцевості, ведення присадибного господарства. Така багатофункціональність жінки нерідко призводить до її емоційного та фізичного виснаження. Зазначене явище отримало назву «дилеми перевантаження», запропоновану соціологами Роною та Робертом Раппопортами. Згідно зі статистикою, наведеною в дослідженні Лавриненко,

існує зворотна пропорційність між навантаженням жінки у професійній сфері та участю чоловіка у виконанні домашніх обов'язків: чим більше жінка зайнята поза домом, тим більше вона виконує роботи і в межах родини, і тим менше відповідальності несе чоловік у спільному побуті. Такий перекис сприяє виникненню конфліктів у подружніх стосунках і може слугувати одним із чинників зростання кількості розлучень в українському суспільстві [9].

На основі розглянутих даних можна виокремити характерні стереотипи фемінності, що домінують у суспільній свідомості: жінка має бути доброю господинею та берегинею домашнього вогнища; вона повинна реалізувати себе у професійній сфері; вона зобов'язана брати активну участь у матеріальному забезпеченні сім'ї. Стереотипи маскулінності, своєю чергою, передбачають образ чоловіка як добувача та годувальника, а також як інтелектуально розвиненої особистості, що прагне кар'єрного зростання. Водночас варто звернути увагу на відсутність серед поширених уявлень таких характеристик маскулінності, як «чоловік як активний учасник домашнього життя» чи «чоловік як турботливий батько». Такий дисбаланс свідчить про збереження архаїчних патріархальних моделей, у яких роль чоловіка в межах приватної (домашньої) сфери залишається маргіналізованою.

Для глибшого розуміння гендерних стереотипів у сучасному українському суспільстві доцільно звернутися до результатів дослідження, проведеного компанією Research & Branding Group у період з 19 по 29 квітня 2013 року. Опитування охопило 2178 респондентів з різних регіонів України та дозволило простежити домінантні уявлення про риси, які приписуються чоловікам і жінкам у сучасному соціальному контексті [25].

Так, серед найбільш характерних рис чоловіків респонденти називали: мужність, силу (15 %); інтелект і розумові здібності (12 %); образ добувача, годувальника (11 %); хазяйновитість (9 %); надійність і матеріальну забезпеченість (по 8 %); працьовитість (7 %); порядність і чесність (по 6 %);

образ захисника, опори, дбайливість (по 5 %); а також доброту (4 %). З наведених результатів видно, що перші позиції займають не стільки фізична сила чи традиційна роль «годувальника», скільки інтелектуальні та морально-етичні якості, що свідчить про поступове переосмислення чоловічої ідентичності в суспільстві.

Показово, що згідно з тим самим дослідженням, лише 52 % респондентів підтримують уявлення про чоловіка як основного добувача в родині, що дозволяє говорити про зниження актуальності цього стереотипу [25]. Цей факт є індикатором поступового розмивання традиційних маскулінних ролей, а також свідченням дедалі більш гнучкого підходу до соціальних очікувань щодо чоловіків.

Щодо стереотипних якостей, які приписуються жінкам, результати дослідження засвідчили такі пріоритети: хазяйновитість (22 %), інтелект і розумові здібності (12 %), зовнішня привабливість (11 %), образ турботливої матері (11 %), жіночність і ніжність (9 %), дбайливість (7 %), роль берегині сімейного затишку (6 %), доброта, вірність (по 6 %), працьовитість, мудрість, порядність (по 5 %), а також незалежність і діловитість (по 5 % та 4 % відповідно) [6].

Таким чином, хоч хазяйновитість і залишається провідною характеристикою жінки, одразу після неї респонденти відзначили інтелектуальні якості, що узгоджується з попередніми висновками щодо розширення функціонального спектра жіночих ролей. Це підтверджує гіпотезу про те, що сучасна жінка повинна поєднувати традиційні обов'язки із вимогами професійного та особистісного самовираження.

На підставі отриманих даних можна дійти висновку, що основою ролевої диференціації в українській родині залишаються історично сформовані відмінності між чоловічими та жіночими соціальними функціями. Ці відмінності формувалися впродовж століть через механізми гендерної ідентифікації, культурні зразки, ідеали фемінності та маскулінності. До кінця XIX століття праця жінки в межах домогосподарства

вважалася рівноцінною чоловічій діяльності поза домом. Тоді як чоловік виконував роль основного годувальника, жінка зосереджувалася на веденні побуту, вихованні дітей та забезпеченні стабільності в родині. Сьогодні ж ці ролі зазнають трансформації, що створює як нові можливості, так і виклики для обох статей.

У межах аналізу емпіричних даних простежується наявність стійких гендерних стереотипів щодо ролей чоловіка і жінки в українському суспільстві. Попри поступові зміни у сприйнятті маскулінності та фемінності, зокрема підвищення значущості інтелектуальних та професійних характеристик жінки, зберігається акцент на її традиційній ролі берегині домашнього вогнища. Аналогічно, хоча позиції чоловіка як «годувальника» і «захисника» дещо втрачають актуальність, ці образи продовжують бути культурно укоріненими. Таким чином, можна констатувати, що сучасна рольова структура в родині характеризується суперпозицією традиційних та модернізованих очікувань, що, з одного боку, відображає динаміку гендерних трансформацій, а з іншого – породжує нові соціально-психологічні виклики у подружніх стосунках.

1.2. Міжособистісне спілкування як основа розвитку сімейних стосунків

У соціально-психологічній літературі існують різні підходи до визначення місця міжособистісних відносин у структурі суспільних взаємодій. На нашу думку, адекватне розуміння природи міжособистісних зв'язків можливе лише за умови їх розгляду не як рівноправного елемента поряд із суспільними відносинами, а як особливого рівня взаємодії, який розгортається в межах кожного з типів соціальних відносин, тобто є похідним від них, але не зовнішнім [12].

Міжособистісні відносини, хоча й обумовлені суспільними структурами, не зводяться до них безпосередньо. Обидва рівні взаємодії –

соціальний і особистісний – існують у єдності, і нехтування особистісним рівнем ускладнює глибокий аналіз соціальної взаємодії. Взаємини між людьми реалізуються у межах конкретної соціальної діяльності через особистісну комунікацію та спільну участь, відтворюючи при цьому як соціальні, так і психологічні зв'язки. Це свідчить про те, що в межах об'єктивної структури суспільних зв'язків завжди присутні суб'єктивні компоненти, зумовлені волею, намірами та унікальними цілями конкретних індивідів. Саме в точці перетину соціального і психологічного формується специфічний вимір міжособистісної взаємодії, яка часто сприймається людиною як єдина реальність її соціального буття. При цьому справжній зміст таких відносин нерідко залишається поза межами свідомого осмислення, хоча і виникає внаслідок соціальної діяльності [12].

Особливість міжособистісних відносин полягає в тому, що на відміну від безособових соціальних зв'язків, вони ґрунтуються на емоційній основі. Саме емоційність визначає характер цих відносин, надаючи їм психологічного забарвлення і впливаючи на соціальний клімат у групах. Емоційна основа таких зв'язків формується на основі почуттів, які виникають між людьми в процесі спільної діяльності та спілкування. У межах вітчизняної психології виділяють три основні рівні емоційних проявів особистості: афекти, емоції та почуття. Усі ці рівні включаються у структуру міжособистісних взаємодій і формують емоційний контекст взаємин [49].

Андрієнко О. В. підкреслює, що почуття, які супроводжують міжособистісні зв'язки, глибоко інтегруються у процеси соціальної взаємодії, визначаючи індивідуальні уподобання, оцінки та реакції. Саме тому вони є об'єктом дослідження соціальної психології, адже визначають характер міжособистісних зв'язків у конкретних соціальних ситуаціях. Водночас не всі відносини між індивідами супроводжуються емоційною залученістю: байдужість, або відсутність почуттів, також є характеристикою певного типу стосунків. Таким чином, система міжособистісних зв'язків охоплює як позитивні (симпатії, уподобання), так і негативні (антипатії, відторгнення)

прояви, формуючи унікальну соціальну конфігурацію навколо кожної окремої особистості [1].

Ця сукупність міжособистісних відносин в різноманітних соціальних групах – від тісних до формальних – визначається не лише соціальними ролями, а й особистісними характеристиками індивіда, його потребами, мотивами, домінантними якостями та життєвими установками, що формують цілісну структуру його соціального функціонування.

За визначенням О.О. Бодальова, міжособистісне спілкування виступає однією з базових умов існування людини як соціальної істоти. Без нього неможливе формування не лише окремих психічних процесів і властивостей, а й повноцінний розвиток особистості загалом [56]. Такий підхід визначає міжособистісне спілкування як системне психічне утворення, що має багаторівневу структуру, специфічні характеристики та відмінності від інших форм людської діяльності.

Особливістю міжособистісного спілкування є його цілеспрямованість: у більшості випадків учасники переслідують конкретні, значущі для них цілі, які можуть бути як схожими, так і різними за змістом [56]. На відміну від взаємодії з предметами або речами, міжособистісне спілкування передбачає безпосередню взаємодію між людьми і нерозривно пов'язане з основними видами людської діяльності – працею, навчанням, грою – де виступає не лише умовою їх реалізації, а й чинником ефективності [51].

Характер взаємодії в межах міжособистісного спілкування значною мірою залежить від особливостей сприйняття, розуміння, емоційної реакції й стилю поведінки, обраного партнерами. У ході такої взаємодії вступають у контакт особистості з різними емоційними, вольовими та психологічними властивостями [43]. Ці суб'єктивно пережиті взаємовідносини проявляються об'єктивно у формі взаємних впливів у спільній діяльності та спілкуванні. Таким чином, міжособистісні стосунки є похідними як від рольової структури взаємодії, так і від індивідуальних характеристик її учасників, будучи водночас елементом ширшої системи суспільних відносин [42].

Суттєва відмінність міжособистісних і суспільних відносин полягає в емоційній складовій. Міжособистісна взаємодія, на відміну від формалізованих соціальних відносин, характеризується емоційною залученістю та глибиною переживань. У структурі таких стосунків виокремлюють когнітивний, афективний та поведінковий компоненти, що забезпечують багатовимірність і динамічність їх реалізації [43].

Особливе значення міжособистісне спілкування набуває в межах сімейних взаємин. Життя в родині неможливе без постійної комунікації між її членами – подружжям, батьками та дітьми. Це спілкування охоплює не лише обмін інформацією, а й глибоку емоційну залученість, духовний контакт, підтримку та взаєморозуміння. Тематика сімейного діалогу може охоплювати побутові, особистісні, виховні, соціальні й культурні аспекти, що підкреслює його поліфункціональність [39].

Якість сімейного спілкування значною мірою зумовлюється особистісною сумісністю подружжя, схожістю їхніх цінностей, ставленням до конфліктів і вмінням їх конструктивно вирішувати. За сприятливих умов подружжя обмінюється переживаннями, надаючи одне одному психологічну підтримку. Водночас у кризових ситуаціях деструктивні форми спілкування – звинувачення, приниження, агресія – можуть призводити до емоційної віддаленості, конфліктності та дезінтеграції родинних зв'язків [37].

У сімейному спілкуванні дуже важливі моральні принципи, головним з яких є – повага іншого, його «Я». Нерідко, після важкого трудового дня шлюбні пари прагнуть зірвати свій поганий настрій на близьких, дати вихід накопиченій злобі. Вони починають дорікати, робити зауваження, кричати. У результаті такої розрядки людина може одержати тимчасове полегшення, хоча наслідки можуть виявитися важкими. Одних починають мучити угризіння совісті за власну неправоту і нестриманість. Інших – образа за несправедливі звинувачення. У результаті це сприяє руйнуванню сім'ї. Іноді корисно робити компроміси, тобто йти на поступки один одному. Також дуже важливо уміти визнавати свої помилки, як право інших помилятися.

Дуже важливо частіше ділитися своїми думками, не скупитися на похвалу, добрі слова.

Міжособистісне спілкування є фундаментальним механізмом соціального функціонування людини, необхідним для розвитку особистості, реалізації діяльності та побудови ефективних міжлюдських і сімейних стосунків. Його емоційна насиченість, багатокomпонентна структура та здатність до трансформації визначають ключову роль у формуванні соціальної взаємодії та збереженні психологічного благополуччя як індивіда, так і сімейної системи.

РОЗДІЛ 2

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛЬОВИХ ОЧІКУВАНЬ В СІМЕЙНИХ СТОСУНКАХ

2.1. Психологічні особливості рольових очікувань від сімейних стосунків

Уявлення про майбутнє становлять невід'ємний компонент життєвого шляху людини, оскільки саме вони формують внутрішній, суб'єктивно сконструйований образ власного розвитку. Майбутнє постає не як об'єктивно задана реальність, а як сфера, що моделюється особистістю відповідно до її цілей, уявлень і цінностей. Воно є тим простором, у межах якого людина проектує свої прагнення, визначає пріоритети, а також формує мотивацію для теперішньої діяльності. Таким чином, настанови, пов'язані з майбутнім, значною мірою детермінують поточну поведінку індивіда, адже саме орієнтація на досягнення майбутньої мети структурує теперішні дії та рішення.

Стійкий, внутрішньо узгоджений образ власного майбутнього, підтриманий готовністю до активного зусилля задля реалізації передбачуваних подій, утворює підґрунтя для формування життєвих домагань особистості. Ці домагання виконують функцію системоутворювального елементу, на якому вибудовується багатовимірна структура особистісної, життєвої та психологічної перспективи [20]. Вони не лише спрямовують людину до майбутнього, але й структурно організовують її сприйняття теперішнього і минулого.

Психологічне поняття «очікування» розглядається як особистісна оцінка власних можливостей щодо досягнення поставлених цілей. Це передбачає уявлення про майбутню реалізацію власного потенціалу в такий спосіб, який відповідав би внутрішнім прагненням, бажанням та запитам

[35]. Таким чином, життєві очікування особистості формуються на основі її самооцінки, віри у власні сили, а також наявного досвіду. Водночас слід відзначити, що між очікуваннями та самооцінкою існує взаємозалежність: життєві домагання особи, обумовлені її очікуваннями, впливають на те, як вона себе сприймає.

У цьому контексті важливою є категорія «рівня успішності», яка часто виступає як внутрішня норма або інтеріоризована вимога соціального середовища. Відчуття відповідності цій нормі визначає ставлення людини до себе: чи вважає вона себе успішною, чи оцінює власну діяльність як таку, що відповідає очікуваним результатам. Отже, питання особистісної гідності, внутрішньої цілісності та самооцінки значною мірою залежить від того, наскільки індивід вважає, що досягає очікуваного рівня реалізації власного потенціалу [42].

Здатність формулювати до себе вимоги, визначати власні життєві орієнтири та домагання, спираючись на часові очікування, є важливою ознакою особистісної зрілості. Це безпосередньо пов'язане з поняттям «управління часом», яке в науковому дискурсі трактується як індивідуальна здатність до цілепокладання, планування та організації діяльності в часовому вимірі. Ефективна реалізація цієї здатності передбачає не лише визначення послідовності дій, а й осмислення життя як цілісного процесу, в якому окремі його етапи мають внутрішню логіку та сенсове наповнення.

Оптимальним проявом здібності до управління часом є здатність до інтеграції подій, фаз і життєвих періодів у єдину особистісну хронологію. Це дозволяє людині не лише ефективно планувати, але й ціннісно осмислювати власне буття, визначати пріоритети, а також адаптуватися до змінних обставин, зберігаючи внутрішню узгодженість і цілісність. У такий спосіб організація особистісного часу постає як засіб впорядкування досвіду, як у часовому, так і в ціннісному вимірі [12; 51].

Процес формування стратегій ефективного керівництва часом нерозривно пов'язаний із системою життєвих домагань особистості, що є

внутрішнім регулятором її цілеспрямованості й активності. Домагання виконують функцію не лише орієнтирів у досягненні особистісно значущих цілей, але й чинника, що запускає механізми самореалізації через свідоме управління власним внутрішнім часом. Вони водночас є і прогнозом власних можливостей, і відображенням психологічної готовності діяти у напрямку поставлених цілей. Таким чином, домагання особистості не лише формують уявлення про межі досяжного, а й виступають суб'єктивним індикатором рівня внутрішньої мобілізації ресурсів на досягнення бажаного.

У цьому контексті важливим є також поняття рольових очікувань, які інтегруються в диспозиційну структуру особистості. Вони відображають схильність індивіда орієнтуватися на певні соціальні цілі, норми, цінності, моделі поведінки, що мають особистісну значущість. Рольові очікування охоплюють як сподівання особистості щодо реакцій і поведінки інших людей, так і вимоги до самої себе у певних життєвих ситуаціях. Вони формуються у взаємодії з соціальним контекстом і посилюються зі зростанням особистісної включеності в ситуацію або роль, що є підтвердженням тісного зв'язку між рівнем очікувань і суб'єктивною цінністю мети [37; 49].

Життєві очікування передбачають не лише раціональне проектування майбутнього, а й глибоке усвідомлення себе як активного суб'єкта життєвого шляху. Вони відображають особистісне переживання здатності впливати на події, визначати напрям, темп і якість власного життя. Очікування в цьому аспекті – це динамічне оцінювання можливостей реалізувати власні потреби, з урахуванням реального потенціалу та об'єктивних умов [35].

Визначальним джерелом для становлення очікувань і домагань виступає базове відчуття власної гідності, яке формується з раннього дитинства та є фундаментом позитивної «Я-концепції». Саме це відчуття дозволяє особистості вірити у власну цінність, право на самореалізацію та успіх. Якщо ж відчуття гідності є спотвореним або пригніченим, це призводить до формування неадекватних, деструктивних життєвих домагань,

занижених або, навпаки, нереалістичних очікувань, що ускладнюють особистісний розвиток. Підтримка і розвиток відчуття гідності, навпаки, забезпечують умови для розкриття особистісного потенціалу, сприяють самоактуалізації та дозволяють особистості сприймати себе як вартої повноцінного життя, реалізації мрій та задумів.

Отже, життєві очікування й домагання виступають засобами особистісної самореалізації. Вони є як результатом інтерналізації соціальних норм, так і проявом внутрішніх прагнень, що спрямовують індивіда до досягнення життєвих цілей. Базова психологічна потреба в самоздійсненні, за Маслоу, виступає рушієм формування домагань, які з часом набувають індивідуально унікальної форми. Як зазначає Т. Титаренко, життєві домагання – це складне поєднання вимог, очікувань, надій та бажань, які особистість проектує на своє життя і майбутнє [64].

Особливої актуальності набуває розгляд домагань у шлюбно-сімейній сфері, що відображають уявлення особистості про бажаний образ майбутньої сім'ї. Шлюбно-сімейні домагання включають сукупність очікувань, прагнень та вимог до потенційного шлюбу, партнера, родинних ролей і життєвих умов. Вони формуються на основі самооцінки, уявлень про власну відповідність соціальним і внутрішнім стандартам, а також досвіду спостереження чи проживання сімейних взаємин. Таким чином, ці домагання є проєкцією внутрішньої картини бажаного сімейного сценарію, якого особистість вважає себе вартою і якого прагне досягти.

Шлюбно-сімейні очікування є складною багатовимірною психологічною конструкцією, яка включає низку взаємопов'язаних елементів. Вони формуються під впливом індивідуального досвіду, соціокультурних норм, міжособистісного навчання та образів сімейного життя, засвоєних у дитинстві.

Структура таких очікувань охоплює кілька ключових компонентів.

1. Очікування щодо шлюбного партнера як супутника життя та потенційного батька / матері. Вони включають уявлення про особистісні

якості партнера (характер, цінності, емоційна зрілість), соціальний статус (освіта, професія, матеріальне становище), зовнішні параметри (зовнішність, вік), а також часові орієнтири – наприклад, щодо віку укладення шлюбу та народження дітей.

2. Очікування щодо себе у шлюбно-сімейній ролі, що відображають уявлення особистості про власну відповідність ролі партнера й батька/матері. До них належать очікування стосовно власного характеру, здатності до емоційної підтримки, рівня соціальної реалізації, а також власної готовності до створення сім'ї в певному віці.

3. Очікування стосовно дітей, які включають як кількісні (кількість дітей, бажана статевна належність), так і якісні аспекти (очікувані риси характеру, зовнішність, здібності).

4. Очікування щодо взаємин у сім'ї, до яких належать уявлення про характер стосунків між подружжям, правила комунікації, емоційний клімат, систему розподілу обов'язків і ролей, а також про ступінь автономії та взаємопідтримки в родині [47].

Високий рівень узгодженості шлюбно-сімейних очікувань і домагань партнерів виступає важливою умовою гармонійних стосунків і стабільного шлюбу. Саме відповідність життєвих планів і сімейних стратегій партнерів забезпечує емоційний комфорт, взаєморозуміння та зниження ризику конфліктів. Успішність подружніх взаємин значною мірою залежить від того, наскільки партнери поділяють однакові уявлення про сімейні цінності, ролі та відповідальність у спільному житті. Невідповідність цих уявлень, зокрема у сфері рольової поведінки, часто призводить до підвищення напруженості, нерозуміння, зростання кількості конфліктів і, зрештою, до дестабілізації шлюбу. Як свідчать дослідження, саме різниця у ставленні до сімейних ролей, очікувань від партнера та особистих домагань є однією з основних причин погіршення психологічного клімату в родині [7].

Таким чином, формування шлюбно-сімейних очікувань потребує глибокого самопізнання особистості. Усвідомлення власних психологічних,

соціальних і фізичних особливостей, а також обмежень і реалістичних домагань є необхідною умовою здійснення оптимального партнерського вибору. Лише за наявності чіткого уявлення про свої очікування, пріоритети та життєві цілі можлива побудова гармонійних шлюбно-сімейних стосунків, що базуються на взаємній повазі, підтримці та спільних орієнтирах.

У дослідженні Т. Корнієнко наголошується, що центральним елементом у структурі шлюбних уявлень є очікування та вимоги, які стосуються бажаних і необхідних аспектів майбутньої взаємодії у шлюбі. З урахуванням того, що очікування, на відміну від домагань, не мають достатньої спонукальної сили, а вимоги бажаного, навпаки, включають мотиваційний компонент, доречним є трактування цих феноменів у контексті шлюбно-сімейних домагань.

До змісту таких домагань входять уявлення про бажані особистісні характеристики партнера, особливості шлюбної взаємодії, зовнішні параметри партнера, а також самооцінні судження індивіда. Саме ці очікування виступають ключовими при виборі майбутнього партнера, формуючи основу для перших етапів шлюбної взаємодії. Висока насиченість домагань конкретним змістом і жорстке фіксування на однозначних цілях можуть обмежувати адаптивність особистості до реальних умов спільного життя, що, у свою чергу, створює передумови для конфліктності та психологічної напруги у стосунках [28].

Особливо значущими з регулятивної точки зору є саме ті шлюбно-сімейні домагання, які включають у себе чітко артикульовані рольові очікування та вимоги щодо функціонального розподілу обов'язків у подружжі. Ідеалізовані уявлення щодо ролей у сім'ї, їх жорсткість чи, навпаки, невизначеність можуть сприяти або гармонізації, або деструктивізації взаємодії між партнерами [28; 71; 73; 61].

Рівень узгодженості рольових очікувань у подружжі є визначальним для психологічного клімату сім'ї. Подібність уявлень про структуру рольової взаємодії сприяє зростанню згуртованості, ефективному вирішенню

побутових і емоційних питань, підвищенню задоволеності шлюбом. Натомість несумісність ролевих домагань часто стає джерелом хронічної напруги, нерозуміння та емоційного виснаження партнерів [7; 19; 70; 74].

Варто підкреслити, що шлюб і сім'я виступають не лише сферою міжособистісної взаємодії, а й соціальним інститутом, що виконує стратегічну функцію у формуванні суспільного капіталу. Розвиток сучасної держави неможливий без послідовного зміцнення інституту сім'ї, який вбирає в себе глибинні цінності, соціальні практики та виховний потенціал нації. Саме в родині формуються основи світогляду, моделей соціальної поведінки, етичних норм, системи особистісних смислів та здатності до соціальної взаємодії. Родина залишається первинним осередком соціалізації, де відбувається становлення громадянина як носія культурної спадщини та активного учасника суспільного життя.

Сучасна сім'я перебуває на етапі глибокої трансформації, яка полягає у переході від традиційної моделі сімейних відносин до нових, більш гнучких і варіативних форм. Відбуваються істотні зміни у структурі родинних зв'язків, системі влади та підпорядкування, функціональному розподілі ролей між подружжям, а також у становищі дітей у сімейній ієрархії [62].

Аналіз тенденцій розвитку інституту сім'ї свідчить про наявність численних проблем, що ускладнюють її гармонійне функціонування. Серед них – зниження інтегративної спроможності сім'ї, зростання конфліктності у подружніх стосунках, порушення емоційної взаємодії між батьками та дітьми, зміна умов повсякденного життя, перегляд соціальних і особистісних цінностей. Сім'я дедалі частіше опиняється в умовах духовної кризи, яка ускладнюється загальним культурним фоном, домінуванням споживацьких орієнтацій, ерозією традиційних етичних основ та ідеалів родинного життя [59].

Багато проблем сучасної сім'ї мають психологічну природу. Зокрема, порушення ефективного сімейного спілкування проявляється у зменшенні частоти та якості мовленнєвої взаємодії, домінуванні авторитарних моделей

поведінки, зростанні міжособистісної дистанції, комунікативних бар'єрах та нав'язуванні невідповідних соціальних ролей. Крім того, важливим чинником виступають індивідуально-психологічні особливості членів родини, серед яких – емоційна нестабільність, психосоматичні симптоми, низький рівень стресостійкості [8].

У цьому контексті особливої актуальності набуває діяльність практичного психолога, спрямована на підтримку родинного функціонування, розвиток комунікативних навичок, подолання конфліктів і формування здорового емоційного клімату в сім'ї.

Варто зазначити, що взаємини між чоловіком і жінкою є не лише основою функціонування конкретної родини, а й фундаментом існування людської спільноти загалом. Якість цих взаємин безпосередньо впливає на суб'єктивне відчуття щастя, задоволеність життям та психологічне благополуччя. Реалізація очікувань, пов'язаних із шлюбом і сім'єю, є ключовим чинником, що забезпечує стабільність і гармонію як у внутрішньосімейній взаємодії, так і в ширшому соціальному контексті.

Шлюбно-сімейні очікування мають складну і багатовимірну структуру, що охоплює уявлення про майбутнього партнера, власну роль у сім'ї, очікування щодо дітей та моделі внутрішньосімейної взаємодії. Узгодженість цих очікувань між подружжям виявляється критично важливою умовою стабільності шлюбу, задоволеності стосунками та ефективного функціонування сім'ї як соціального інституту. Домагання й уявлення про бажане, що формуються на основі рольових та гендерних настанов, можуть як сприяти гармонійній взаємодії, так і ставати джерелом конфліктів у разі невідповідності або жорсткої фіксації на ідеалізованих образах.

Сучасна сім'я переживає трансформаційний період, що супроводжується численними викликами: зниженням інтегративності, переоцінкою цінностей, порушенням емоційних зв'язків та зростанням психологічної напруги. Ці проблеми мають як соціальне, так і глибоке психологічне підґрунтя, що зумовлює необхідність підтримки з боку

фахівців, зокрема практичних психологів. Успішне функціонування родини в умовах змін потребує усвідомлення й корекції шлюбно-сімейних очікувань, гнучкості рольової поведінки та емоційної відкритості партнерів, що дозволяє зберігати стабільність і забезпечувати розвиток як особистості, так і родинної системи в цілому.

2.2. Гендерні особливості рольових очікувань від сімейних стосунків

У сучасному суспільстві простежуються істотні відмінності в уявленнях чоловіків і жінок щодо ідеального типу сімейного устрою та гендерного розподілу ролей у межах шлюбного партнерства. Такі відмінності нерідко зумовлюють формування подружніх союзів, у яких партнери мають суперечливі установки стосовно організації сімейних відносин. Ця невідповідність очікувань може провокувати незадоволення як у побутовій, так і в емоційній сфері, що призводить до наростання міжособистісної напруги та конфліктів. У ряді випадків подібні труднощі завершуються розірванням шлюбу, внаслідок чого сім'я із джерела підтримки перетворюється на фактор хронічного стресу. Особливо виразно це явище проявляється в умовах сьогодення українського суспільства, коли на тлі зatoryжної соціальної й політичної нестабільності всі верстви населення переживають високий рівень емоційного напруження. Водночас саме гармонійна сім'я, за умови внутрішньої єдності та взаємної підтримки, здатна виконувати компенсаторну функцію, забезпечуючи стабільні міжособистісні зв'язки, які набувають особливої ваги в умовах зatoryжної кризи [26].

Методологічною основою сучасних гендерних досліджень є не лише аналіз відмінностей у соціальних ролях, статусах і формах життєдіяльності чоловіків і жінок, але й критичне осмислення механізмів утвердження владних ієрархій, що функціонують через розподіл гендерних ролей та інституціалізацію гендерних відносин. Відтак, розгляд гендеру як системи, що включає в себе домінування й підпорядкування, дозволяє глибше

зрозуміти природу соціальних структур і взаємодій, які визначають статусність і вплив чоловіків і жінок у різних сферах суспільного життя [21].

У цьому контексті значущим стає концепт гендерної соціалізації, який отримав розвиток у працях І. Гофмана, К. Уест і Д. Зіммермана. Вони інтерпретують гендер як соціально організовану систему взаємодій між жінками і чоловіками, яка формується під впливом базових суспільних інституцій — сім'ї, освіти, медіа, релігії тощо [27; 38]. Одним із ключових положень даної концепції є теза про те, що в процесі формування подружніх орієнтацій дитина ідентифікується з батьком протилежної статі, і на основі цього досвіду створюється уявлення про бажаного партнера. Таким чином, якість подружнього життя може суттєво залежати від того, наскільки партнер відповідає цьому сформованому образу. ЗМІ, соціальне оточення, а також первинна родина виступають агентами гендерної соціалізації, впливаючи на формування відповідних уявлень і очікувань.

Теорія соціального конструювання гендеру виходить із положення, що гендер — це не біологічно зумовлена, а соціально сконструйована категорія, яка відтворюється в процесі взаємодії та комунікації. У цьому процесі відбувається приписування певних якостей і очікувань залежно від соціально визначеної статі. Гендерні ролі, що формуються в такий спосіб, сприяють відтворенню систем дискримінації та нерівності. Водночас жінки й чоловіки більше не розглядаються як гомогенні групи: сьогодні гендерна відмінність вивчається у взаємозв'язку з іншими соціальними змінними — расою, віком, сексуальною орієнтацією, соціальним походженням тощо. Категорія «відмінності» стала ключовою у формуванні сучасного уявлення про жіночність і маскуліність, ускладнюючи й збагачуючи аналіз гендерної динаміки [58].

Важливим аналітичним підходом до вивчення гендерних відносин у шлюбно-сімейній сфері є теорія гендерних ролей, яка спирається на методологічні основи структурного функціоналізму. Ця теорія розглядає подружні ролі як інституційно зумовлені, соціально очікувані моделі

поведінки, які підтримують стабільність і функціонування сімейної системи. У контексті сучасного суспільства значна увага приділяється трансформації ролі жінки, яка, окрім виконання традиційної ролі домогосподарки, дедалі активніше реалізує себе як повноцінний суб'єкт у сфері професійної зайнятості та економічної активності [9; 64]. Це співвідношення між приватною та публічною роллю жінки стає ключовим предметом досліджень у межах сучасної гендерної проблематики.

Тісно пов'язана з теорією гендерних ролей є теорія статусних очікувань, яка пояснює соціальні взаємодії через призму нерівномірного розподілу статусів між статями. Її головне положення полягає в тому, що ще на етапі соціалізації чоловіки отримують переваги в доступі до вищого соціального статусу, тоді як жінки частіше стикаються з обмеженнями, зумовленими усталеними очікуваннями щодо «традиційних» ролей [10]. Такий підхід дозволяє розглядати гендер не як статичну характеристику, а як змінну, що формується в процесі соціальної взаємодії.

У межах мікросоціологічних концепцій гендерні відносини інтерпретуються як результат розподілу і динамічної трансформації гендерних ролей у конкретному культурному й соціальному контексті. Гендерні ролі, у цьому розумінні, є варіацією соціальних ролей – нормативно закріплених моделей поведінки, які виражають очікування суспільства щодо представників певної статі. Вони визначаються низкою чинників, серед яких – соціальний статус, тип діяльності, правове становище, а також рівень особистісного прийняття відповідної гендерної ідентичності. Культура в цьому випадку виступає як головний регулятор, який задає рамки для прийнятної та нормативної поведінки, зумовленої статевою приналежністю [17].

Таким чином, гендерні ролі можна тлумачити як зовнішнє втілення поведінкових і комунікативних патернів, що забезпечують інтерсуб'єктивне розпізнавання статевої належності індивіда. Вони служать інструментом соціальної категоризації, за допомогою якого формуються уявлення про те,

що є «чоловічим» і що є «жіночим» у конкретному культурному середовищі [17].

Тісно пов'язане з категорією гендерних ролей є поняття «гендерного стереотипу», під яким маються на увазі стійкі уявлення, оцінки та узагальнення про риси, якості та моделі поведінки, які традиційно приписуються чоловікам і жінкам. Гендерні стереотипи, як правило, охоплюють нормативні очікування щодо емоційності, раціональності, компетентності, лідерства, здатності до емпатії тощо. Вони не тільки відображають культурні уявлення про маскулінність і фемінність, але й активно формують соціальну поведінку шляхом підкріплення тих чи інших моделей через соціалізаційні практики [74].

Усі гендерні стереотипи можна умовно поділити на кілька категорій, серед яких центральне місце займають стереотипи, що стосуються маскулінності та фемінності, тобто уявлень про типово «чоловічі» й «жіночі» риси. Поняття «маскулінність» (мужність) і «фемінність» (жіночність) мають багатовимірне семантичне наповнення, що включає як біологічні, так і соціокультурні компоненти [36]. Розуміння цих категорій постійно трансформується відповідно до змін у суспільних цінностях, культурних нормах і соціальних практиках.

На основі аналізу категорій «маскулінності» та «фемінності», запропонованого В. Синяковою, можна виокремити кілька ключових аспектів цих понять, які відображають як психологічні, так і поведінкові характеристики, що соціально асоціюються із чоловіками й жінками [58]. По-перше, йдеться про певні риси та властивості, які вважаються об'єктивно притаманними особам різної статі. По-друге, у цих категоріях закладено соціальні уявлення про очікувані якості та ролеві моделі, що приписуються чоловікам і жінкам. І по-третє, вони відтворюють нормативні (канонічні) образи «ідеального чоловіка» та «ідеальної жінки», які мають відчутне символічне й виховне значення в суспільстві.

Гендерні стереотипи першої категорії відображають соціально-психологічні уявлення про відмінності між статями на рівні особистісних якостей. Такі стереотипи конструюють образ маскулінності як сили, активності, незалежності, рішучості, агресивності, тоді як фемінність традиційно ототожнюється з емоційністю, м'якістю, пасивністю, залежністю та конформністю. Як зазначає О. Кашаба, ідеалізований образ жінки в межах традиційної культури включає такі характеристики, як скромність, вірність, відданість, лагідність, терпимість [25]. Ці полярні риси створюють дихотомічну структуру уявлень про стать, яка впливає на самосприйняття індивіда та його соціальну поведінку.

Стереотипи другої категорії стосуються розподілу соціальних ролей, передусім у сфері сімейного життя, професійної діяльності та суспільного функціонування загалом. У межах таких уявлень чоловіки сприймаються переважно через призму їхніх професійних досягнень, тоді як жінки – через виконання сімейних ролей: матері, дружини, домогосподарки. На думку О. Кашаби, у масовій свідомості саме наявність родини та дітей є головним критерієм оцінки життєвої реалізації жінки, тоді як чоловічий успіх асоціюється з кар'єрним зростанням і матеріальним добробутом [25].

До третьої категорії гендерних стереотипів належать уявлення про «гендерну належність» тих чи інших професій і видів занять. Так, чоловіки переважно асоціюються з інструментальними видами діяльності, що мають творчий, стратегічний або продуктивний характер. Жінки ж найчастіше пов'язуються з експресивними видами діяльності, які передбачають емоційне залучення, догляд, обслуговування або виконання функцій підтримки. Звідси впливає стійка класифікація професій на «чоловічі» та «жіночі», яка має як соціальне, так і економічне підґрунтя.

Загалом, гендерні стереотипи виконують низку соціальних функцій, головними з яких є: пояснення відмінностей між статями, символічне представлення цих відмінностей та раціоналізація їх соціальної значущості. Як результат процесу категоризації, стереотипи формують систему

очікувань, яка регулює як особистісну поведінку, так і соціальні відносини між представниками різних статей.

Гендерні установки, як різновид соціальних установок, відіграють важливу роль у формуванні гендерних відносин на міжособистісному рівні. Вони впливають на зміст і характер рольової поведінки представників різних статей у широкому спектрі життєвих ситуацій – від етапу знайомства та становлення емоційного зв'язку до організації сімейного побуту і виховання дітей. Гендерні установки, таким чином, визначають очікувані зразки поведінки, які індивід відтворює відповідно до уявлень про «належне» виконання чоловічої або жіночої ролі [10; 13].

Ці установки поєднують у собі когнітивні елементи – знання про специфіку певної ролі, афективні – емоційне ставлення до прийнятих моделей поведінки, і конативні – схильність до реалізації відповідних дій. Наприклад, традиційна сцена знайомства, в якій молодий чоловік проявляє себе як галантний кавалер, є ілюстрацією реалізації суспільно закріпленої гендерної установки, що санкціонує активну ініціативу з боку чоловіка у стосунках із жінкою [10; 13].

У контексті шлюбно-сімейних відносин гендерні установки часто проявляються у традиційному розподілі ролей: жінка відповідальна за ведення господарства, тоді як чоловік – за зовнішню соціальну реалізацію. Укорінені моделі таких взаємин передбачають автоматичне прийняття ролей і функцій без необхідності їхнього обговорення чи перегляду.

Гендерні установки, по суті, фіксують процес інтеріоризації соціальних очікувань і норм, які продукуються агентами соціалізації. Таким чином, об'єктивна сторона ролі – соціальні вимоги, нормативи та очікування – переходить у суб'єктивну сферу свідомості, трансформуючись у внутрішні орієнтири поведінки. Ці орієнтири, засвоюючись на індивідуальному рівні, стають частиною особистісної структури і реалізуються в реальних шлюбно-сімейних практиках [6; 27].

Особливу увагу слід приділити структурі гендерних установок, яка включає три компоненти:

- когнітивний, що охоплює усвідомлення змісту і змістовних характеристик гендерної ролі;
- афективний, пов'язаний з емоційним ставленням до прийнятих норм поведінки, закріплених у культурі;
- конативний, який виконує регулятивну функцію, тобто формує готовність до поведінки, що відповідає очікуванням щодо певної гендерної ролі [3; 13].

Отже, гендерна установка – це сформована в процесі соціалізації готовність особистості діяти відповідно до нормативних уявлень про чоловічу чи жіночу роль. Вона відображає внутрішню інтеграцію соціальних норм, що визначають специфіку міжстатевих відносин, зокрема у контексті подружнього життя.

Узагальнений аналіз сучасних уявлень про гендерні ролі, стереотипи та установки у шлюбно-сімейних відносинах свідчить про глибоку взаємозалежність соціальних очікувань і поведінкових моделей, які транслуються через культуру, соціальні інститути та міжособистісні взаємодії. Гендерні ролі, що мають нормативний характер, визначають прийнятні зразки поведінки для чоловіків і жінок, засновані на усталених уявленнях про фемінність і маскулінність. Ці ролі не є сталими, а зазнають трансформацій під впливом соціокультурних змін, однак продовжують впливати на поділ обов'язків у сім'ї, розподіл професій та очікування щодо поведінки у шлюбі.

Гендерні стереотипи та установки формують основу для інтерпретації поведінки партнерів, відображаючи як індивідуальні, так і колективні уявлення про «належне» виконання чоловічих і жіночих функцій. Структура гендерних установок включає когнітивний, афективний та конативний компоненти, що забезпечує внутрішню мотивацію до відтворення рольових моделей у подружньому житті. У підсумку, саме взаємодія соціальних норм і

особистісних установок визначає специфіку гендерних відносин у шлюбі, сприяючи або гальмуючи процеси їх оновлення й адаптації до сучасних умов.

2.3. Психологічні особливості задоволеності якістю життя в гендерному аспекті

У психологічній науці поняття задоволеності життям розглядається крізь призму різних концептуальних підходів, що відображають його багатогранність і міждисциплінарну природу. У низці досліджень воно ототожнюється із феноменом щастя, або ж інтерпретується як його когнітивна складова [12; 30; 49; 55]. Водночас задоволеність життям трактується як складова суб'єктивного і психологічного благополуччя, що свідчить про її інтегративну роль у структурі внутрішнього світу особистості.

Для психологічного аналізу цього феномену пріоритетним джерелом емпіричних даних виступають суб'єктивні переживання індивідів, які охоплюють узагальнені оцінки свого буття та життєвих обставин. Власне, категорія «задовольняти» у широкому сенсі означає відповідність певним очікуванням, прагненням чи вимогам, тоді як «задоволеність» (від англ. *satisfaction*) розглядається як внутрішньо переживана оцінка ступеня реалізації життєво важливих потреб, умов існування, соціальних зв'язків, а також ставлення до себе (самооцінки).

У галузі соціальних наук поняття «задоволеність життям» активно використовується як індикатор якості життя – ключового критерію, що відображає рівень задоволення потреб та комфортності середовища існування індивіда. Під якістю життя, у свою чергу, мається на увазі як рівень внутрішньої гармонії людини, так і її адаптація до соціально-культурного контексту. Цей підхід знаходить широке застосування в соціології, медицині, економіці, а також при розробці соціальних програм, орієнтованих на покращення життєвого рівня населення. Якість життя має виразно суб'єктивну природу, оскільки вбирає в себе спектр особистісних значень, пов'язаних із реалізацією потреб, ідентичністю, цінностями.

Таким чином, соціальне благополуччя й емоційний комфорт особи великою мірою зумовлюються якістю соціального управління, що охоплює

механізми рекреаційної підтримки, доступу до культурних і природних ресурсів, а також умови взаємодії з оточуючим середовищем [55].

Центральною складовою конструкта «задоволеність життям» виступають суб'єктивні умови існування, які відображають унікальний досвід людини в оцінці своєї життєдіяльності. Згідно з економічною парадигмою, базовими показниками добробуту є матеріальні умови життя, тоді як у гуманітарних науках акцент робиться на рівень задоволення потреб, очікувань і особистісних домагань. Звідси витікає, що переживання задоволеності життям є функцією балансу між можливостями самореалізації та ступенем реалізованих потреб.

Особистість постійно прагне до рівноваги між індивідуальними та суспільними вимогами, а також гармонізації внутрішніх мотивацій з умовами зовнішнього середовища. Цей стан внутрішнього балансу в психології визначається як суб'єктивне благополуччя [49], що включає позитивну афективну наповненість, життєву задоволеність і низький рівень негативних емоцій.

Подальші дослідження показали, що задоволеність життям значною мірою детермінована такими психологічними факторами, як ставлення до себе, самооцінка, а також якість міжособистісних стосунків. У даному контексті задоволеність трактується як емоційно-оціночне ставлення до життя, що формується на основі ключових настанов щодо себе, світу й інших значущих осіб. Емоційний вимір цього ставлення безпосередньо пов'язаний із реалізацією потреби у соціальній належності, підтримці, прийнятті, а також з емоційним самосприйняттям. Оціночна складова корелює з рівнем самооцінки та відчуттям компетентності [30].

Значний внесок у розуміння природи задоволеності життям зробив А. Адлер, який розглядав цей феномен через призму соціального інтересу – базової мотиваційної сили людського існування. Він вважав, що поведінка індивіда значною мірою детермінується не стільки досвідом минулого, скільки уявленнями про майбутнє. Людина, формуючи уявні цілі та

очікування, проектує свій життєвий шлях, стиль поведінки та ціннісну орієнтацію.

Таким чином, відповідність між очікуваннями та реальністю визначає рівень задоволеності життям особи [55].

У гуманістичному підході задоволеність життям розглядається крізь призму задоволення потреб індивіда. Потреба розуміється як особливий психологічний стан, що супроводжується усвідомленням нестачі чогось, порушенням гармонії між внутрішнім станом особистості та умовами зовнішнього середовища. Теорія ієрархії потреб А. Маслоу базується на трьох ключових положеннях: по-перше, поведінка людини скеровується прагненням задовольнити найактуальнішу потребу на даний момент; по-друге, потреби мають ієрархічну організацію відповідно до їх значущості; по-третє, домінуюча потреба спрямовує активність особистості доти, поки не буде повністю задоволена [15].

У разі одночасного існування кількох сильних потреб пріоритетною стає та, що належить до нижчого рівня. Це свідчить про ієрархічний характер задоволення потреб: передусім мають бути задоволені базові, фізіологічні потреби, після чого набувають актуальності вищі – соціальні, когнітивні та духовні. Забезпечення умов, сприятливих для міжособистісної взаємодії, сприяє задоволенню потреб вищого порядку.

Найвищий щабель у структурі потреб, за А. Маслоу, становить потреба в самоактуалізації, тобто реалізації власного потенціалу через інтеграцію неусвідомлюваних можливостей до структури «Я-концепції». Задоволеність життям у цьому контексті тісно пов'язана із задоволенням потреби у визнанні та соціальній оцінці, що є передумовою для досягнення самоактуалізації [12].

З психологічної точки зору задоволеність життям постає як багатокomпонентне утворення, що охоплює сферу потреб, прагнень і досягнень, емоційно-ціннісних ставлень до себе та соціального оточення, концепції власного «Я», відчуття щастя та суб'єктивного (психологічного)

благополуччя. Найбільш вдалим підходом до вивчення задоволеності життям є її розгляд крізь призму суб'єктивної оцінки якості життя, здоров'я та соціального самопочуття.

Категорія якості життя безпосередньо пов'язана з поняттям благополуччя, оскільки відображає рівень задоволення потреб індивіда в конкретних життєвих умовах. Сприйняття особистого або чужого благополуччя ґрунтується на як суб'єктивних, так і об'єктивних показниках – таких як стан здоров'я, фінансова стабільність, соціальна успішність. Благополуччя особистості, попри наявність об'єктивних маркерів, переважно має суб'єктивну природу. У його структурі виокремлюють когнітивний компонент (рефлексивне усвідомлення різних аспектів життя) та емоційний компонент (емоційна оцінка цих аспектів).

Почуття задоволеності та благополуччя формується на основі суб'єктивного емоційного сприйняття значущих життєвих подій і явищ. Суб'єктивне благополуччя є результатом процесу соціалізації, який впливає на формування особистісних якостей, особливостей життєвого досвіду, що або сприяють, або перешкоджають досягненню внутрішньої гармонії. Важливо підкреслити, що суб'єктивне благополуччя не завжди корелює з об'єктивними умовами життя [5; 49].

Отже, суб'єктивне благополуччя – це складний соціально-психологічний конструкт, що включає емоційні, когнітивні та мотиваційні елементи й формується у взаємодії особистості з соціальним середовищем. При цьому задоволеність життям розглядається як функція рівня задоволення особистісно значущих потреб.

Основними складовими благополуччя особистості є соціальне, духовне, фізичне, матеріальне та психологічне благополуччя. Соціальне благополуччя передбачає задоволеність людини своїм соціальним статусом та належністю до певного суспільства. Духовне благополуччя визначається відчуттям приналежності до духовної культури, а фізичне благополуччя – комфортом та добрим фізичним самопочуттям, що відповідають потребам

індивіда. Матеріальне благополуччя вказує на задоволення матеріальних потреб, а психологічне благополуччя характеризується внутрішньою гармонією та злагодженістю психічних процесів [30; 55].

Психологічний аспект якості життя виявляється у тому, як індивід самостійно визначає межі свого благополуччя та встановлює життєві пріоритети. Почуття суб'єктивного благополуччя, внутрішнє задоволення від власної життєдіяльності, а також уявлення про життєву перспективу є важливими компонентами якісного життя. Вони залежать від багатьох чинників, зокрема фізичного комфорту, психологічного благополуччя, рівня незалежності, задоволення соціальним оточенням та навколишнім середовищем, а також від рівня сформованості особистих переконань [12].

Об'єктивне благополуччя, на відміну від суб'єктивного, має більш широкий контекст і може не збігатися з індивідуальним відчуттям благополуччя. Тобто суб'єктивне благополуччя визначається тим, як людина сприймає себе, своє життя, стосунки та стани. Дослідники цієї проблематики, зокрема М. Селігман і М. Аргайл, вважають задоволеність життям суб'єктивною, когнітивною та рефлексивною оцінкою, яка відображає, наскільки людина вважає своє життя благополучним. Рівень задоволеності життям визначається численними факторами, але не є простою сумою всіх цих факторів. Комплексність структури задоволеності життям свідчить про її багатовимірність [55].

М. Аргайл розглядає щастя як загальний стан задоволення життям, що проявляється через рефлексивну оцінку минулого, теперішнього та частоту позитивних емоцій. Фактори, що сприяють щастю, виступають як джерела або умови задоволеності життям і включають особистісні характеристики, які можна виміряти і які значущо корелюють з рівнем задоволеності життям [55].

На основі теоретичних досліджень можна виокремити такі фактори, що сприяють задоволеності життям:

1. Наявність роботи, зокрема психологічні аспекти, такі як самостійність, різноманітність, усвідомленість, суспільна цінність, емоційний фон та відносини в колективі.

2. Вільний час, який має більшу значущість для індивіда, оскільки він використовується для діяльності, що мотивується внутрішніми потребами, задоволенням від спілкування та відпочинку.

3. Здоров'я.

4. Особистість, зокрема самоповага, самооцінка, екстраверсія, усвідомленість життєвих процесів [30; 49].

До позитивно корелюючих факторів належать наявність значних соціальних контактів, задоволеність соціальним становищем, стан здоров'я, відчуття потрібності, оцінка матеріального становища як задовільного, можливість самовираження через творчість, задоволеність професійною діяльністю, бачення перспектив, наявність вільного часу для дозвільної діяльності, автономія як здатність діяти згідно зі своїми переконаннями, а також особистісний ріст і шлюбний союз [49].

До негативно корелюючих факторів, що впливають на задоволеність життям, відносяться бідність і відсутність матеріальних благ, погане здоров'я, депресивні стани, фобії, низька самооцінка, висока тривожність, а також низька соціальна активність і значущість. До факторів, які мають низьку кореляцію з задоволеністю життям, належать вік, стать, рівень освіти, етнічна приналежність, громадянство, країна проживання, релігійна належність, одномоментні емоції, рівень інтелекту, фактична заробітна плата, професія і посада [49]. Таким чином, поняття задоволеності життям включає як об'єктивні, так і суб'єктивні критерії, що охоплюють фізичний, психічний і соціальний добробут.

Одним з важливих підходів до визначення задоволеності життям є розгляд його як двостороннього явища: суб'єктивної та об'єктивної. Суб'єктивна сторона включає індивідуальні потреби і інтереси, що проявляються через оцінки та відчуття людини, тоді як об'єктивна сторона

зосереджена на нормативних і статистичних характеристиках. Великий вплив на рівень задоволеності життям мають фактори, пов'язані з міжособистісними відносинами.

Згідно з визначенням О.В. Андрієнка, міжособистісні відносини – це суб'єктивно пережиті взаємозв'язки між людьми, які об'єктивно виявляються у формах і методах взаємних впливів під час спільної діяльності та спілкування [1]. Емоційна складова цих відносин є їх основною характеристикою, оскільки вони формуються і розвиваються під впливом певних емоцій, які виникають у процесі взаємодії. Ці емоції можна розподілити на три основні групи:

1. Почуття, що сприяють зближенню і об'єднанню людей (кон'юнктивні), коли кожна сторона розглядає іншу як бажану і готова до співпраці.

2. Почуття, що сприяють роз'єднанню людей (диз'юнктивні), коли одна зі сторін вважається неприязною або небажаною, що ускладнює або робить неможливими спільні дії.

3. Нейтральні почуття, які виражають стан невизначеності у межах міжособистісних відносин.

Існує тісний зв'язок між особистістю та міжособистісними відносинами. З одного боку, навіть у короткочасних взаємодіях відбуваються міжособистісні реакції, які характеризують ці відносини. З іншого боку, розвиток особистості неможливий без активних взаємодій у рамках міжособистісних відносин, і характер цих відносин визначається характеристиками особистості.

Корінь спілкування лежить у матеріальних аспектах життєдіяльності індивідів. В. Ткаченко, досліджуючи задоволеність життям у жінок, виявила сильні кореляційні зв'язки між рівнем задоволеності життям і особливостями міжособистісного спілкування [65]. Автор зазначає, що у жінок з домінуючим залежним типом міжособистісних відносин часто спостерігається знижена самооцінка і схильність до пасивного примирення з

життєвими труднощами. У жінок з більш відчуженими та агресивними рисами характеру, схильних до сумнівів та злопам'ятства, також виявляється низька самооцінка, але позитивний кореляційний зв'язок між типом їх міжособистісних відносин і задоволеністю роботою був виявлений [65]. Негативний зв'язок спостерігається у випадках, коли тип міжособистісних відносин характеризується покорою та самоприниженням, що супроводжується пасивним прийняттям життєвих труднощів.

Негативний кореляційний зв'язок між егоїстичним типом міжособистісних відносин і задоволеністю роботою виявляється, оскільки для таких осіб характерна низька здатність до співпраці і орієнтація на власні інтереси, що може створювати труднощі у роботі в колективі. В результаті, жінки з таким типом відносин можуть бути менш задоволені роботою, оскільки їм важче налагоджувати продуктивні стосунки з колегами, що є важливою складовою професійної діяльності. Проте у випадку домінуючого типу міжособистісних стосунків, де людина має сильну віру в свої сили і цілі, задоволеність роботою виявляється більш високою. Такі жінки переконані у своїй здатності досягти важливих цілей, що сприяє більшій самовпевненості та високій самооцінці, що, в свою чергу, позитивно впливає на робочі досягнення і задоволеність роботою.

Задоволеність життям, як показують дослідження, знаходиться в тісному зв'язку з психологічною реактивністю особистості, рівнем самооцінки, релігійністю, а також з високою інтернальністю. Інтернальність – це схильність людини вірити в те, що її власні дії можуть суттєво змінювати ситуацію в її житті, що дозволяє їй бути більш активною та самостійною у досягненні своїх цілей. Ці фактори взаємопов'язані і можуть суттєво підвищувати рівень задоволення життям, оскільки така людина часто відчуває більшу відповідальність за свою долю і здатність долати труднощі. Також виявлено зворотну пропорційність між рівнем життя і рівнем депресії: чим вищий рівень життєвих умов, тим менша ймовірність розвитку депресії,

оскільки комфорт і безпека підтримують психоемоційний баланс особистості.

Роздратування, в свою чергу, має двоякий вплив на задоволеність життям. З одного боку, це може бути реакцією на стрес або негаразди, що мотивує людину до змін і адаптації, надаючи додаткову енергію для вирішення проблем. З іншого боку, роздратування може призвести до витрат енергії без результату, особливо якщо людина не здатна зняти напругу або конструктивно вирішувати конфлікти. Саме тому здатність керувати своїми емоціями та мати здорові механізми coping (стратегії подолання стресу) є важливим чинником, що впливає на загальний рівень задоволеності життям.

І. Іванова зазначає, що в колективах, де є зрілий соціально-психологічний клімат, люди мають вищу оцінку задоволеності життям і роботою. Позитивний соціально-психологічний клімат допомагає створити атмосферу підтримки та співпраці, що, в свою чергу, сприяє підвищенню продуктивності і задоволеності роботою. В колективах з «відстаючим» кліматом, де можуть бути проблеми з комунікацією, конфлікти або недостатня підтримка з боку керівництва, задоволеність роботою залишається низькою, навіть якщо досягаються високі показники в діяльності. Це підтверджує важливість не лише матеріальних результатів, але й психологічного клімату в колективі для забезпечення високої мотивації і задоволення від роботи.

В колективах з перспективним соціально-психологічним кліматом зазвичай спостерігається певний дискомфорт через незгоду з дезорганізуючими факторами. Однак це може слугувати позитивним стимулом до змін. Така незгода є не просто ознакою проблем, а й сигналом для змін, які можуть покращити соціально-психологічний клімат і привести до покращення задоволеності роботою в майбутньому. У таких колективах співробітники часто мають більшу здатність до адаптації і створення нових стратегій для подолання труднощів.

Таким чином, фактори, що впливають на задоволеність життям, охоплюють широкий спектр аспектів особистісного розвитку, міжособистісного спілкування та соціального оточення. Особливості спілкування та побудови міжособистісних відносин стають визначальними в процесі досягнення життєвого задоволення. З часом, коли людина проходить вікові кризи та переоцінює свої життєві пріоритети, змінюються також і її взаємини з оточуючими. У зрілому віці часто відбувається звуження кола спілкування, що може бути пов'язано з необхідністю витратити більше часу на виховання дітей і розвиток кар'єри. Проте, це не означає, що спілкування стає менш важливим – воно, навпаки, залишається критичним елементом для розвитку особистості.

Особливо важливими для жінок є дружні відносини на роботі, оскільки вони можуть стати додатковим джерелом емоційної підтримки, яка є необхідною для подолання стресу і емоційного вигорання. Це важливо, зокрема, для тих жінок, які недостатньо задоволені сімейним життям. У таких випадках виробничі відносини можуть набувати схожості з сімейними, де виникають конфлікти, подібні до тих, що характерні для сімейних відносин, що може створювати як додатковий стрес, так і можливості для розвитку та зміцнення соціальних зв'язків [20; 68].

Зміни в міжособистісному спілкуванні, які відбуваються в періоди важливих етапів життєвого розвитку, також суттєво впливають на взаємини в родині. Особливо це стосується періодів, коли діти йдуть до школи, переживають підлітковий вік або коли сім'я готується до «ефекту порожнього гнізда» [28]. Ці етапи можуть стати визначальними для подальшого розвитку сімейних відносин, виявляючи приховані проблеми та перешкоди в спілкуванні між подружжям.

В період дорослішання дітей родина переживає додаткові труднощі, пов'язані з необхідністю розв'язання питання про «відпускання» дітей в самостійне життя. Це може стати джерелом тривоги для батьків, зокрема для самотніх жінок, що не готові до цього кроку [31; 75]. Крім того, ці зміни

можуть впливати на відносини між самими подружжям, особливо якщо їхня батьківська роль починає змінюватися, а необхідність переключити увагу на нові інтереси та діяльність створює додатковий стрес.

Спілкування в подружніх стосунках зазнає значних змін з часом, особливо в періоди, коли діти досягають етапу самостійності. У родинях, де емоційна близькість між партнерами була втрачена, пряме спілкування без опори на дітей стає значно складнішим. Втрата звичної ролі батьків може викликати емоційний дискомфорт, особливо якщо цей період співпадає з віковою кризою одного з партнерів. Такі зміни можуть призвести до загострення внутрішніх конфліктів і невизначеності в стосунках, адже саме цей період стає важливим для перегляду особистих пріоритетів та оцінки життєвих досягнень. Водночас, для деяких пар адаптація до змін може бути більш природною, і вони здатні знайти нові можливості для відновлення емоційного зв'язку. В таких випадках з'являється бажання приділити більше уваги своїм інтересам, пожити для себе, відновити радість від вільного, не обтяженого щоденними турботами життя [57].

Період, коли діти виростають і залишають сім'ю, не тільки змінює структуру родинних зв'язків, а й суттєво впливає на емоційний клімат подружніх стосунків. Для деяких пар це може стати можливістю для відновлення взаємної близькості. Більш того, така ситуація часто виступає каталізатором для нових почуттів і змін в стосунках, що раніше могли бути приглушеними через наявність дітей, їхніх потреб та уваги до них. Це оновлення стосунків може стати джерелом нових емоційних відкриттів і глибшого розуміння партнера.

Ще одним важливим аспектом, що впливає на зміну сімейного спілкування, є процес розвитку особистості протягом життя. Відомо, що спілкування у зрілій парі буде суттєво відрізнятися від того, яке мали партнери в молодості. Ці зміни можуть бути поступовими і непомітними для подружжя, особливо якщо між ними існує стабільний, але не завжди глибокий емоційний зв'язок. У таких випадках почастішання конфліктів і

сварок часто не сприймаються як сигнал до необхідності перегляду відносин. Навпаки, це може бути сприйнято як нормальний етап в житті подружжя. Однак коли ці зміни стають помітними, партнери можуть не бути готовими до прийняття нових реалій. Вони можуть відмовлятися від сприйняття цих змін, що призводить до поступового емоційного віддалення, а інколи і до повного відчуження. Відсутність конструктивного діалогу про зміни у відносинах може стати причиною глибоких особистісних криз та невдоволення в парі, що з часом може призвести до розриву стосунків [57].

Таким чином, період дорослості має важливе значення для розвитку внутрішньоособистісної інтимності та побудови тісних зв'язків з іншими людьми, зокрема з партнером. В цей час відбувається значна зміна якості, так і кількості міжособистісних контактів. Поступово спілкування стає більш глибоким і інтимним, що відображає еволюцію особистісних потреб і пріоритетів. Встановлення тривалих соціальних зв'язків, ретельний відбір друзів і вибір партнера стають важливими етапами у житті людини. Ці зміни відображають не тільки індивідуальні, а й соціальні процеси, що мають значення для подальшого розвитку особистості в контексті її соціальної та емоційної зрілості [54; 48].

Отже, комунікація в родині та міжособистісні відносини мають значний вплив на рівень задоволення життям і шлюбом. Зміни в цих відносинах, зокрема на етапах дорослішання дітей, можуть стати як позитивним фактором для зміцнення емоційної близькості, так і причиною відчуження та погіршення задоволеності. Важливим є те, що в періоди, коли діти виростають, деякі пари мають можливість переосмислити свої стосунки і поновити зв'язок, що сприяє покращенню задоволеності життям і шлюбом. Однак відсутність готовності змінюватися та приймати нові умови може призвести до емоційної дистанції, що безпосередньо впливає на якість сімейного життя.

Також важливим є той факт, що з віком змінюється і якість комунікації в шлюбі. Для зрілих пар характерна більш інтимна і глибока комунікація, що

може позитивно впливати на їхнє задоволення життям, проте цей процес не завжди є автоматичним. Зміни в стосунках потребують активного внеску з боку обох партнерів, оскільки конфлікти та відсутність підтримки можуть мати негативний вплив на відчуття щастя в шлюбі. Тому, здатність до адаптації і готовність до змін у міжособистісних відносинах є ключовими чинниками для підвищення рівня задоволеності життям і зміцнення шлюбних стосунків.

РОЗДІЛ 3

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СПОДІВАНЬ ВІД СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ ЖІНОК З РІЗНИМ РІВНЕМ ЗАДОВОЛЕНOSTІ ЯКІСТЮ ЖИТТЯ

3.1. Організація та методи дослідження

У нашому дослідженні ми вивчали особливості очікувань від шлюбу жінок різного віку, різного рівня життя. Збір матеріалів відбувався протягом 2024-2025 року за допомогою опитувальників та методів статистичної обробки.

Загальна кількість осіб, які брали участь у експерименті – 60 осіб. З них жінки віком 18-28 років, 29-39 років, 40-50 років, 51-60 років – по 15 досліджуваних в кожній віковій групі. З них заміжні – 50 % (30 досліджуваних), розлучені – 30 % (18 досліджуваних), ніколи не перебували у шлюбі – 20 % (12 досліджуваних).

Для дослідження були використані методики:

1. З метою вивчення рольових сподівань і уявлень респондентів щодо сімейного життя було використано методику «Рольові очікування і домагання у шлюбі (РОД)», розроблену О. Волковою та Г. Трапезниковою.

2. Для діагностики рівня задоволеності шлюбними стосунками ми звернулися до «Тесту-запитальника задоволеності шлюбом», авторства В.В. Століна, Т. Л. Романової та Г. П. Бутенка.;

3. Для аналізу загального життєвого задоволення учасників дослідження була використана методика «Індекс задоволеності життям» (адаптація Н.В. Паніної).

За допомогою методики РОД визначають уявлення подружжя:

– про значущість у сімейному житті сексуальних стосунків, особистісної згуртованості чоловіка і дружини, батьківських обов'язків,

професійних інтересів кожного з подружжя, господарсько-побутової сфери, моральної й емоційної підтримки, зовнішньої привабливості партнерів (ці показники, що відбивають основні функції сім'ї, утворюють шкалу сімейних цінностей – ШСЦ);

– про бажаний розподіл ролей між чоловіком і дружиною при виконанні сімейних функцій (ці показники утворюють шкалу рольових очікувань і домагань – ШРОД).

Приладдя. Бланк із твердженнями та варіантами відповідей окремо для чоловіків і жінок.

Порядок роботи. Досліджуваним пропонується самостійно ознайомитися з набором тверджень, що відповідають їхній статі. Час на виконання – 20-25 хвилин.

Інструкція. «Шановна пані! На запропонованому Вам бланку наведені різні твердження про шлюб, сім'ю, стосунки чоловіка і дружини. Вам потрібно вибрати один з варіантів відповіді: «Цілком згодний», «Загалом це правильно», «Це не зовсім так», «Це неправильно». Уважно читаючи кожне твердження, позначте обраний Вами варіант у правій частині бланку за таким принципом: якщо Ви цілком поділяєте твердження, позначте відповідь «Цілком згодний»; якщо вважаєте, що твердження правильне, але з невеликими застереженнями і доповненнями – «Загалом це правильно»; якщо твердження здається Вам загалом неприйнятним, але з чимось Ви згодні – «Це не зовсім так»; якщо категорично не згодні з твердженням – «Це неправильно». Розподіляючи відповіді, намагайтеся висловлювати особисту думку, а не ту, яка побутує серед близьких і друзів. Дякуємо за участь у психологічному обстеженні».

Після виконання завдання відповіді реєструються у протоколі дослідження.

Обробка результатів: варіант відповіді «Цілком згодний» оцінюється у 3 бали, «Загалом це правильно» – 2 бали, «Це не зовсім так» – 1 бал, «Це неправильно» – 0 балів. У протоколі підсумовуємо бали за кожним

показником ШСЦ. За двома першими показниками одержані результати будуть підсумковими, їх переносять в останню графу протоколу. Підсумкові бали інших показників обчислюють як напівсуму балів за підшкалами «Рольові очікування» і «Рольові домагання».

Інтерпретація шкали сімейних цінностей:

1. Значущість сексуальних стосунків у шлюбі. Високі оцінки (7-9 балів) вказують на те, що подружній партнер вважає сексуальну сумісність важливою умовою щасливого шлюбу. У такому випадку ставлення до дружини (чоловіка) значною мірою обумовлене сприйняттям її (його) як сексуального партнера. Натомість низькі оцінки (менше ніж 3 бали) свідчать про незначну роль інтимної сфери у загальній картині сімейного життя.

2. Установка чоловіка (дружини) на особистісну ідентифікацію зі шлюбним партнером. Ця шкала відображає очікування подружжя щодо спільності життєвих інтересів, цінностей, орієнтацій та способів проведення дозвілля. Низькі оцінки можуть свідчити про прагнення до автономії та збереження власного простору навіть у рамках сім'ї.

3. Установка чоловіка (дружини) на реалізацію господарсько-побутових функцій сім'ї. Підшкала «Рольові очікування» вказує на очікування активної участі партнера в побутовому житті. Чим вищі оцінки, тим більше вимог пред'являється до відповідності партнера господарському ідеалу. Підшкала «Рольові домагання» демонструє готовність самого респондента бути активно залученим у домашні справи. Сумарна оцінка показує загальне значення організації побуту у подружньому житті.

4. Ставлення чоловіка (дружини) до батьківських обов'язків. Підшкала «Рольові очікування» відображає установку на те, що шлюбний партнер повинен бути відповідальним батьком (матір'ю), брати активну участь у вихованні дітей. «Рольові домагання» ілюструють ступінь власної орієнтації респондента на виконання батьківських функцій. Висока загальна оцінка шкали вказує на вагоме місце батьківства у ціннісній ієрархії подружжя.

5. Установка чоловіка (дружини) на значущість зовнішньої соціальної активності (професійної, суспільної) для стабільності шлюбно-сімейних стосунків. Високі бали у підшкалі «Рольові очікування» демонструють потребу бачити партнера соціально реалізованим, професійно активним. Підшкала «Рольові домагання» характеризує наявність власної активної життєвої позиції поза межами сім'ї. Сумарний показник шкали дозволяє оцінити, наскільки важливими для респондента є позасімейні досягнення.

6. Установка чоловіка (дружини) на значущість емоційно-психотерапевтичної функції шлюбу. Ця шкала вимірює очікування щодо емоційної підтримки, психологічного комфорту і здатності партнера бути «емоційним лідером» у шлюбі. Підшкала «Рольові очікування» вказує на прагнення отримувати підтримку, натомість «Рольові домагання» – на готовність її надавати. Висока оцінка шкали відображає прагнення бачити шлюб джерелом стабільності та внутрішнього відновлення.

7. Установка чоловіка (дружини) на значущість зовнішнього вигляду, його відповідність стандартам, моді. Шкала дозволяє з'ясувати, наскільки для респондента важливий зовнішній образ у подружньому житті. Підшкала «Рольові очікування» демонструє бажання бачити партнера привабливим, тоді як «Рольові домагання» – це орієнтація на власну зовнішність. Сумарна оцінка характеризує ступінь впливу естетичних норм на подружню взаємодію.

Обробка й аналіз результатів передбачає зазвичай наступні етапи:

1. Аналіз індивідуальних показників шкали сімейних цінностей, рольових очікувань і рольових домагань чоловіка (дружини), що відбувається на основі підрахунку балів у протоколі дослідження. У результаті консультант одержує такі дані:

– уявлення чоловіка (дружини) про ієрархію сімейних цінностей. Чим вищий бал за шкалою сімейних цінностей, тим більш значущою для чоловіка (дружини) є ця сфера життєдіяльності сім'ї;

– орієнтацію чоловіка (дружини) на активну рольову поведінку шлюбного партнера («Рольові очікування»), на власну активну роль у сім'ї щодо реалізації сімейних функцій («Рольові домагання»).

2. Якщо досліджуються пари, то проводиться порівняльний аналіз уявлень про сімейні цінності та рольові установки чоловіка і дружини. Також потім проводиться визначення ступеня рольової адекватності подружньої пари у п'яти сферах міжособистісної взаємодії в сім'ї (показники 3-7 ШСЦ). Що не є нашою метою на дане дослідження.

Опитувальник задоволеності шлюбом.

Призначення методики – експрес-діагностика ступеня задоволеності-незадоволеності шлюбом у кожного з подружжя, а також збігу або неузгодженості отриманих оцінок. Авторами даної методики є В. В. Столін, Т. Л. Романова і Г. П. Бутенко (1984).

В основі запропонованого опитувальника лежить концепція задоволеності шлюбом як складного та відносно стабільного емоційного утворення, що відображає загальний фон емоційного сприйняття подружнього життя. Задоволеність розглядається не стільки як раціональна оцінка ефективності чи успішності шлюбних стосунків за окремими критеріями, скільки як інтегроване емоційне переживання, яке формується на основі індивідуального досвіду взаємодії з партнером, суб'єктивних очікувань, сподівань і реакцій на життєві події.

Це узагальнене емоційне ставлення може проявлятися як у формі безпосередніх емоцій, що виникають у типових або значущих подружніх ситуаціях, так і у вигляді рефлексивних уявлень, порівнянь, когнітивних оцінок і висновків, що супроводжують повсякденну взаємодію подружжя. Таким чином, задоволеність шлюбом постає як психоемоційний індикатор якості стосунків, що інтегрує емоційні, когнітивні та поведінкові аспекти подружньої взаємодії.

Опитувальник задоволеності шлюбом може бути ефективно використаний у широкому спектрі дослідницьких, діагностичних і

практичних ситуацій. Зокрема, він є доцільним у контексті проведення наукових досліджень у галузі психології шлюбу та сім'ї, під час реалізації психопрофілактичних програм, а також у процесі роботи з парами, які перебувають на етапі розірвання шлюбних стосунків — зокрема, у практиці судово-психологічної експертизи, у відділеннях реєстрації актів цивільного стану та при сімейному консультуванні.

Крім того, методика дозволяє своєчасно виявляти ознаки подружньої кризи, зниженої емоційної залученості або конфліктності, що можуть проявлятися на різних етапах життєвого циклу сім'ї. Її застосування є особливо цінним у межах системної психотерапевтичної діагностики, спрямованої на збереження подружньої стабільності, підтримку емоційного благополуччя подружжя та профілактику деструктивних тенденцій у стосунках.

Текст методики складається з 24 тверджень (початковий варіант містив 29 тверджень), які можуть бути зведені до шести наступним типам:

1. Порівняння свого шлюбу з іншими шлюбами.
2. Припущення про оцінку власного шлюбу з боку.
3. Констатація тих чи інших почуттів на адресу чоловіка в сьогоденні або минулому.
4. Власна оцінка дружина за низкою параметрів.
5. Установка на зміну характеру чоловіка.
6. Думка, позитивне або негативне, щодо шлюбу взагалі.

Кожному твердженню відповідають три варіанти відповіді: «вірно», «важко сказати», «невірно» (або їх семантичні аналоги). Твердження містять як позитивні, так і негативні характеристики шлюбу і сформульовані як в позитивній, так і в негативній формі.

Заповнення опитувальника займає не більше 10 хвилин. Питання не стосуються зайво інтимних фактів і подробиць.

Інструкція: «Уважно читайте кожне твердження і вибирайте один із трьох запропонованих варіантів відповідей. Намагайтеся уникати проміжних

відповідей типу «важко сказати», «важко відповісти» і т. д. Виконуйте роботу по можливості швидко».

Обробка та інтерпретація результатів.

Якщо обраний піддослідним варіант відповіді (а чи в) збігається з наведеним у ключі, то нараховується 2 бали; якщо відповідь проміжний (б) – 1 бал; за відповідь, не збігається з «ключем», – 0 балів. Далі підраховується сумарний бал по всіх відповідях. Можливий діапазон тестового бала – від 0 до 48 балів. Високий бал говорить про задоволеність шлюбом.

Вся вісь сумарних балів тесту розбивається на 7 категорій, утворюючи таку шкалу оцінок взаємин:

- 0-16 балів – абсолютно неблагополучні;
- 17-22 балів – неблагополучні;
- 23-26 балів – швидше неблагополучні;
- 27-28 балів – перехідні;
- 29-32 балів – швидше благополучні;
- 33-38 балів – благополучні;
- 39-48 балів – абсолютно благополучні відносини.

Тест індекс життєвої задоволеності (ІЖЗ) (адаптація Н. В. Паніної).

Опитувальник, діагностуючий індекс життєвої задоволеності, відображає загальний психологічний стан людини, ступінь його психологічного комфорту та соціально-психологічної адаптованості. Тест «Індекс задоволеності життям» може бути використаний для диференційованої оцінки особливостей стилю життя, потреб, мотивів, установок, ціннісних орієнтацій людини з метою визначення, які з них позитивно позначаються на його загальному психологічному стані, а які – негативно.

Тест «Індекс життєвої задоволеності» (Neugarten A. O.), розроблений групою американських дослідників, що спеціалізуються на соціально-психологічних аспектах геронтопсихології, є важливим інструментом для вимірювання загального психологічного стану особистості. У межах цього

тесту враховуються численні фактори, що визначають рівень задоволеності життям, включаючи як емоційні, так і когнітивні аспекти сприйняття власного життя. Методика була адаптована і переведена на російську мову Н. В. Паніною, що дозволило поширити її використання в дослідженнях і практиці.

Тест складається з 20 питань, які охоплюють різноманітні сфери життєвого досвіду, даючи змогу оцінити загальний рівень задоволення особистістю своїм життям. Високі бали за шкалами індексу вказують на вищий рівень емоційного комфорту, здатність до адаптації та оптимістичний підхід до життєвих ситуацій.

Індекс життєвої задоволеності визначається на основі підрахунку балів відповідно до заданого ключа. Максимальний можливий бал індексу складає 40, що свідчить про високий рівень задоволеності. Оцінка в межах 25-30 балів вказує на середній рівень життєвого задоволення, а значення менше 25 балів є індикатором низького рівня задоволеності.

Інструкція: оцініть кожне твердження відповідно до ступеня вашої згоди. У стовпчику з номером питання поставте будь-який знак навпроти потрібної відповіді – «згоден», «не згоден» або «не знаю».

Інтерпретація результатів дозволяє зробити висновки про загальний психологічний стан людини, враховуючи її особистісні характеристики та систему ставлень до різних аспектів життя. Індекс життєвої задоволеності є інтегративним показником, який переважно включає в себе емоційну складову, зокрема відображаючи рівень емоційної напруженості, психологічного комфорту та стійкості. Для осіб з високим рівнем індексу характерні низька емоційна напруженість, висока стійкість до стресів, низький рівень тривожності та задоволення від поточної життєвої ситуації.

Під категорією «життєва задоволеність» розуміється саме загальне уявлення людини про психологічний комфорт, яке включає в себе:

- інтерес до життя як протилежність апатії;

- рішучість, цілеспрямованість, послідовність у досягненні життєвих цілей;
- узгодженість між поставленими і реально досягнутими цілями;
- позитивна оцінка власних якостей і вчинків;
- загальний фон настрою.

Максимальний індекс життєвої задоволеності становить 40 балів. Середня життєва задоволеність – 25-30 балів. Показники менше 25 балів вважаються низькими.

В якості додаткової інформації про те, які конкретні сфери життя приносять задоволення або незадоволення, можна порахувати кількість балів за шкалами (максимальна кількість балів за кожною шкалою – 8).

Розшифровка шкал тесту «Індекс життєвої задоволеності»:

1. Інтерес до життя. Ця шкала вимірює ступінь захопленості та ентузіазму особистості до її повсякденного існування. Високі бали свідчать про активну зацікавленість та бажання брати участь у житті, навіть в його звичайних, на перший погляд, аспектах.

2. Послідовність в досягненні цілей. Високі оцінки за цією шкалою демонструють рішучість, стійкість та прагнення досягати поставлених життєвих цілей, незважаючи на труднощі. Низька оцінка свідчить про пасивне ставлення до невдач та схильність до примирення з життєвими обставинами, навіть якщо вони суперечать бажаному результату.

3. Узгодженість між поставленими і досягнутими цілями. Високі показники цієї шкали свідчать про те, що особистість впевнена в тому, що досягла або здатна досягти важливих для себе цілей, що підтверджує внутрішню гармонію та задоволеність досягнутими результатами.

4. Позитивна оцінка себе і власних вчинків. Ця шкала відображає самооцінку особистості, її ставлення до власних внутрішніх і зовнішніх якостей. Високий бал свідчить про позитивне сприйняття себе, високу самооцінку та здатність до самоприйняття.

5. Загальний фон настрою. Шкала вимірює загальний рівень оптимізму та задоволення від життя. Високий бал на цій шкалі свідчить про гармонійне ставлення до свого життя, позитивний настрій та здатність насолоджуватися його моментами.

Результати тесту надають змогу оперативно оцінити емоційний стан особи, виявити можливі «проблемні» сфери її життя і вжити заходів для корекції негативних тенденцій. Це дозволяє коректно оцінити загальну емоційну і психологічну стабільність індивіда та, за необхідності, провести додаткові діагностичні та корекційні заходи.

3.2. Результати емпіричного дослідження

Для оцінки рольових очікувань жінок нами було проаналізовано п'ять ключових функціональних сфер, що відображають уявлення жінок про бажану модель партнерства у шлюбі. Зокрема, досліджувалися такі шкали: реалізація господарсько-побутових функцій, батьківських обов'язків, зовнішньої соціальної активності (професійної та суспільної), емоційно-психотерапевтична функція, а також естетична привабливість партнера.

У результаті проведеного емпіричного дослідження було встановлено, що зовнішня привабливість та соціальна активність не увійшли до списку найбільш пріоритетних характеристик партнера. Лише незначна частина жінок вважає ці риси визначальними, що може свідчити про сучасну тенденцію до акцентування на більш глибинних і стабільних аспектах партнерських стосунків. Жінки дедалі менше орієнтуються на зовнішні або статусні характеристики партнера, натомість більше цінують його здатність бути надійним побутовим, емоційним і батьківським партнером.

У процесі аналізу було виявлено пріоритетність окремих функцій для жінок, що дозволило встановити загальні тенденції в рольових очікуваннях (Табл. 2.1).

Згідно з отриманими даними:

- господарсько-побутову функцію відзначили як пріоритетну 17 жінок, що становить 28,3 % від загальної кількості опитаних;
- батьківсько-виховну функцію виокремили 21 жінка (35 %), що є найвищим показником;
- соціальна активність партнера виявилася значущою для 8 жінок (13,3 %);
- емоційно-психотерапевтичну функцію обрали 11 жінок (18,3 %);
- зовнішню привабливість партнера назвали важливою лише 3 жінки (5 %).

Таблиця 2.1

Оцінка рольових очікувань жінок

Рольові очікування		
Показник	Кількість	Відсоток
Господарсько-побутова функція	17	28,3 %
Батьківсько-виховна функція	21	35 %
Соціальна активність	8	13,3 %
Емоційно-психотерапевтична функція	11	18,3 %
Зовнішня привабливість	3	5 %

Найбільш значущою для жінок виявилася батьківсько-виховна функція партнера. Той факт, що понад третина жінок (35 %) виокремила саме цей аспект як ключовий, вказує на глибоку потребу у співучасті партнера у процесі виховання дітей. Така тенденція може бути пов'язана зі змінами у соціокультурних уявленнях про шлюб та батьківство, зокрема – з переходом від традиційної ролі годувальника до моделі залученого, емоційно доступного батька. Вона також корелює з прагненням жінок до рівного розподілу обов'язків у родині й підтримки власної самореалізації поряд із виконанням материнських функцій.

На другому місці за значущістю опинилася господарсько-побутова функція, яку обрали 28,3 % жінок. Це свідчить про те, що жінки очікують від свого партнера участі у веденні домашнього господарства, створенні

побутового комфорту та матеріальній підтримці. Такі очікування демонструють запит на партнерство, в якому жінка не несе одноосібну відповідальність за побут, а сприймає його як спільну зону зусиль.

Майже п'ята частина респонденток (18,3 %) виокремила як пріоритетну емоційно-психотерапевтичну функцію, тобто потребу у здатності партнера забезпечувати емоційну підтримку, бути відкритим до діалогу, проявляти емпатію, допомагати у вирішенні психологічних труднощів. Цей аспект вказує на зміщення акцентів у бік психологічної зрілості, емоційної включеності та готовності до глибокого емоційного зв'язку.

Узагальнюючи результати, можна зробити висновок, що сучасні жінки у своїх очікуваннях до партнера значно більше цінують батьківську залученість, готовність до спільної побутової відповідальності та емоційну підтримку, ніж зовнішній вигляд чи соціальний статус. Це може свідчити про поступову зміну гендерних ролей у шлюбі та прагнення до рівноправного, зрілого партнерства, заснованого на довірі, співучасті й психологічному комфорті.

У широкому аналізі підшкал, що входять до дослідження рольових очікувань жінок у шлюбно-партнерських стосунках, можна виділити п'ять ключових напрямів, кожен із яких відображає певний аспект уявлень жінки про бажану поведінку та функції партнера.

Для вивчення суб'єктивного сприйняття якості подружніх стосунків серед жінок було використано опитувальник задоволеності шлюбом, результати якого подано в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Оцінка задоволеності шлюбом

Показник	Кількість	Відсоток
Абсолютно неблагополучні	0	0 %
Неблагополучні	6	45,0 %
Швидше неблагополучні	21	35,0 %
Перехідні	8	13,3 %
Швидше благополучні	19	31,7 %
Благополучні	4	6,7 %

Абсолютно благополучні відносини	2	3,3 %
----------------------------------	---	-------

Згідно з отриманими результатами, найчисленнішою групою стали жінки, які оцінили свої стосунки як «швидше неблагополучні» – таких виявилось 35,0 %. Це може свідчити про поширеність відчуття незадоволеності партнерськими стосунками, труднощів у комунікації, емоційному контакті або розподілі обов’язків. Подібні оцінки часто характерні для стосунків, які перебувають на межі функціональності, але ще не досягли глибокої кризи.

Другою за кількістю стала категорія «швидше благополучні» – 31,7 %. Ці жінки вважають свої стосунки здебільшого позитивними, однак визнають наявність проблем або нестачу повного емоційного задоволення. Така оцінка демонструє схильність до конструктивного погляду на шлюб із готовністю долати труднощі.

На третьому місці – «перехідні» стосунки (13,3 %), що може означати невизначеність або перебування у фазі змін, перегляду ролей, потреб чи очікувань. Ці шлюби характеризуються коливанням між позитивом і негативом, емоційною нестабільністю або пошуком нового формату партнерства.

Загалом 45,0 % респонденток (комбінація категорій «неблагополучні» – 10,0% та «швидше неблагополучні» – 35,0 %) оцінили свої стосунки як проблемні, що є суттєвим показником рівня незадоволеності. Це вказує на високий рівень напруги, емоційного дискомфорту або криз у шлюбах досліджуваних жінок.

Натомість високий рівень задоволеності фіксується значно рідше: лише 6,7 % респонденток вважають свої стосунки «благополучними», і ще 3,3 % – «абсолютно благополучними». Разом це становить 10,0 %, що свідчить або про об’єктивно низьку частку гармонійних шлюбів, або про високі стандарти та критичність жінок щодо подружньої взаємодії.

Результати засвідчують переважання помірної або негативної оцінки шлюбних стосунків. Понад третина жінок переживають труднощі, що не дають можливості відчувати емоційне задоволення або стабільність у партнерстві. Лише незначна частина опитаних сприймає свої стосунки як повністю гармонійні. Отримані дані підкреслюють актуальність психопрофілактичної та консультативної роботи з подружніми парами, орієнтованої на підвищення якості взаємодії, емоційної відкритості та партнерського співробітництва.

Для вивчення загального емоційного стану, рівня психологічного благополуччя та задоволеності життям жінок, які взяли участь у дослідженні, було використано методику «Індекс життєвої задоволеності». Отримані результати подано в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Показники рівнів життєвої задоволеності у відсотках

ІЗЖ (до)		
Показник	Кількість	Відсоток
Високий рівень	4	6,7 %
Середній рівень	29	48,3 %
Низький рівень	27	45 %

Результати тестування демонструють, що майже половина опитаних жінок (48,3 %) мають середній рівень життєвої задоволеності. Це свідчить про наявність базової стабільності у психологічному стані, загального прийняття життєвих обставин і здатності підтримувати функціональне емоційне самопочуття. Такий рівень задоволеності може бути типовим для жінок, які, попри наявні труднощі, демонструють адаптивність та прагнуть зберігати баланс між вимогами зовнішнього середовища й особистими потребами.

Водночас 45,0 % респонденток мають низький рівень життєвої задоволеності, що є тривожним маркером психологічного дискомфорту. У цих жінок може спостерігатися знижене відчуття контролю над життям, емоційне виснаження, хронічна тривожність, а також втрата сенсу або віри в

можливість покращення ситуації. Такий результат вказує на наявність глибинного внутрішнього конфлікту або на зовнішні обставини, які суттєво знижують суб'єктивне відчуття благополуччя. Це потребує уваги з боку фахівців, адже може бути підґрунтям для розвитку психоемоційних розладів або зниження якості стосунків у різних сферах життя.

Лише 6,7 % жінок продемонстрували високий рівень життєвої задоволеності. Це невелика, але важлива група, для якої характерне відчуття гармонії, емоційної стійкості, реалізованості та оптимізму. Жінки з таким індексом зазвичай демонструють високий рівень самоприйняття, внутрішню цілісність і наявність життєвих орієнтирів. Вони рідше страждають від тривожності та краще справляються зі стресом, що робить їх більш стійкими до життєвих викликів.

Узагальнені результати свідчать про те, що понад 90 % жінок не досягають високого рівня життєвої задоволеності. Такий розподіл акцентує увагу на поширеності внутрішнього напруження, тривожності та незадоволеності життям серед сучасних жінок. Це може бути пов'язано з низкою факторів – від надмірного навантаження, рольового конфлікту та нестачі підтримки до соціально-економічної нестабільності. Виявлені дані свідчать про необхідність розвитку психологічних програм підтримки, спрямованих на підвищення особистісної ресурсності, емоційної грамотності та пошуку сенсових орієнтирів, що сприятиме поліпшенню якості життя.

Для аналізу взаємозв'язку між рольовими очікуваннями, оцінкою задоволеності шлюбом та задоволеністю життя нами було проведено кореляційний аналіз (табл. 2.4).

Таблиця 2.4

Кореляційний аналіз рольових очікувань, оцінки задоволеності шлюбом та задоволеністю життя

Коефіцієнт	Рольові очікування ОЗШ	Рольові очікування ІЗЖ	ОЗШ ІЗЖ
Коефіцієнт Пірсона (лінійна залежність)	– 0.692	+ 0.574	– 0.879

Коефіцієнт Спірмена (рангова залежність)	– 0.589	+ 0.583	– 0.914
--	---------	---------	---------

Результати кореляційного аналізу, проведеного за коефіцієнтами Пірсона та Спірмена, дозволяють проаналізувати взаємозв'язки між трьома ключовими змінними дослідження: рольовими очікуваннями у стосунках, оцінкою задоволеності шлюбом (ОЗШ) та індексом задоволеності життям (ІЗЖ).

1. Рольові очікування – Задоволеність шлюбом.

Коефіцієнти: – 0.692 (Пірсон), – 0.589 (Спірмен).

Цей достатньо сильний обернено-пропорційний зв'язок свідчить про те, що чим більшою є значущість традиційних рольових очікувань (господарсько-побутова, батьківсько-виховна функції тощо), тим нижчою є оцінка задоволеності шлюбом. Жінки, які очікують від партнера чіткого виконання класичних функцій (практична допомога, участь у побуті, відповідальність за дітей), частіше залишаються розчарованими у стосунках, імовірно через невідповідність між очікуванням і реальністю. Такий зв'язок також може відображати зміни гендерної динаміки, коли жінки прагнуть партнерства й розподілу відповідальностей, але натрапляють на традиційну модель, що не відповідає цим запитам. Окрім того, такі результати можуть свідчити про перевантаженість жінок – якщо вони самі виконують низку очікуваних ролей, це знижує їхню задоволеність у шлюбі.

2. Рольові очікування – Задоволеність життям.

Коефіцієнти: + 0.574 (Пірсон), + 0.583 (Спірмен).

Тут спостерігається помірно позитивний зв'язок, який показує, що жінки з чітко визначеними рольовими уявленнями (тобто ті, хто бачить сенс і значення у виконанні певних функцій у сім'ї) частіше демонструють вищу життєву задоволеність. Це може бути пов'язано з тим, що рольова визначеність дає відчуття стабільності, контролю та передбачуваності, які є базовими для психологічного добробуту. Навіть якщо ці очікування не

завжди реалізуються у шлюбі, сама наявність структури й чітких життєвих орієнтирів забезпечує внутрішній спокій і сенс.

3. Задоволеність шлюбом – Задоволеність життям.

Коефіцієнти: – 0.879 (Пірсон), – 0.914 (Спірмен).

Цей результат виглядає парадоксальним, адже інтуїтивно ми очікуємо, що задоволення шлюбом має корелювати з загальним життєвим добробутом. Тут, імовірно, маємо справу з психологічним компенсаторним механізмом: жінки, які не знаходять достатнього задоволення у шлюбі, можливо, компенсують це через інші сфери життя – материнство, професійну самореалізацію, особистісний розвиток. Це також може свідчити про зростання автономії сучасної жінки: навіть маючи невдоволення партнерськими стосунками, вона може почуватися задоволеною загалом через досягнення в інших життєвих доменах. Також можна припустити, що високі стандарти до життя в цілому (у тих, хто в іншому задоволений) роблять жінок більш критичними до аспекту партнерства.

Отримані результати демонструють складну та багатогранну динаміку. Чіткість рольових уявлень пов'язана з вищим життєвим задоволенням, але не гарантує благополуччя в шлюбі. Незадоволеність шлюбом не обов'язково означає низьке щастя в житті – жінки демонструють адаптивність і здатність знаходити інші джерела сенсу та радості. Існує потреба у нових моделях партнерства, де баланс між ролями, підтримкою й автономією дозволяє забезпечити гармонію в різних сферах життя.

ВИСНОВКИ

На основі теоретичного аналізу літератури ми визначили, що специфіка побудови шлюбно-сімейних взаємин полягає в необхідності дослідження та усвідомлення власних психологічних, соціальних і фізичних особливостей, очікувань, домагань і обмежень, без чого оптимальний шлюбний вибір відбутися не може.

розглянуто історичні та соціокультурні аспекти гендерної диференціації ролей у сімейних стосунках. Описані трансформації ролей чоловіків і жінок від патріархальної моделі до більш гнучкої сучасної структури родини, що зумовлені змінами в суспільному житті, таких як індустріалізація, освіта, соціальні реформи та фінансова незалежність жінок. Однак, попри прогрес у гендерних питаннях, старі стереотипи і ролі все ще зберігають свою силу в повсякденному житті, створюючи певні суперечності у функціонуванні сімейних систем.

Особливо важливим є перехід від традиційної моделі, де жінка виступала в основному як матері і домогосподарки, до більш розширеного розуміння її ролі, що включає участь у професійному житті, а також економічний внесок у родину. Зростаюча цінність професійної реалізації жінки поряд із виконанням сімейних обов'язків свідчить про перехід до більш рівноправних партнерських стосунків у родині, хоча в деяких випадках продовжують існувати подвійне навантаження на жінку та дисбаланс у розподілі домашніх обов'язків.

Теоретичні основи дослідження диференціації сімейних ролей вказують на поступові зміни у гендерних очікуваннях, які, однак, залишаються під впливом старих стереотипів, що обмежують рівність та сприяють виникненню конфліктів у подружніх стосунках.

Висновок можна доповнити акцентом на важливості розвитку комунікативних навичок для підтримки здорових міжособистісних стосунків,

особливо в сімейних умовах. Міжособистісне спілкування є основою для встановлення довіри та взаєморозуміння між людьми, а також важливим чинником у подоланні конфліктів та збереженні психологічної стабільності. Вміння ефективно комунікувати дозволяє зменшити негативний вплив стресів та кризових ситуацій, що виникають у родині чи на роботі. Тому розвиток і підтримка позитивного міжособистісного спілкування є важливою складовою психічного здоров'я та емоційного благополуччя.

Також слід зазначити, що впровадження стратегій конструктивної взаємодії, базованих на повазі, слуханні та готовності до компромісів, є важливим кроком у створенні здорового сімейного клімату. Як результат, це сприяє збереженню емоційної близькості, забезпечує стабільність і гармонію в родинних стосунках.

Шлюбно-сімейні очікування мають складну і багатовимірну структуру, що охоплює уявлення про майбутнього партнера, власну роль у сім'ї, очікування щодо дітей та моделі внутрішньосімейної взаємодії. Узгодженість цих очікувань між подружжям виявляється критично важливою умовою стабільності шлюбу, задоволеності стосунками та ефективного функціонування сім'ї як соціального інституту. Домагання й уявлення про бажане, що формуються на основі рольових та гендерних настанов, можуть як сприяти гармонійній взаємодії, так і ставати джерелом конфліктів у разі невідповідності або жорсткої фіксації на ідеалізованих образах.

Сучасна сім'я переживає трансформаційний період, що супроводжується численними викликами: зниженням інтегративності, переоцінкою цінностей, порушенням емоційних зв'язків та зростанням психологічної напруги. Ці проблеми мають як соціальне, так і глибоке психологічне підґрунтя, що зумовлює необхідність підтримки з боку фахівців, зокрема практичних психологів. Успішне функціонування родини в умовах змін потребує усвідомлення й корекції шлюбно-сімейних очікувань, гнучкості рольової поведінки та емоційної відкритості партнерів, що

дозволяє зберігати стабільність і забезпечувати розвиток як особистості, так і родинної системи в цілому.

Узагальнений аналіз сучасних уявлень про гендерні ролі, стереотипи та установки у шлюбно-сімейних відносинах свідчить про глибоку взаємозалежність соціальних очікувань і поведінкових моделей, які транслуються через культуру, соціальні інститути та міжособистісні взаємодії. Гендерні ролі, що мають нормативний характер, визначають прийнятні зразки поведінки для чоловіків і жінок, засновані на усталених уявленнях про фемінність і маскулінність. Ці ролі не є сталими, а зазнають трансформацій під впливом соціокультурних змін, однак продовжують впливати на поділ обов'язків у сім'ї, розподіл професій та очікування щодо поведінки у шлюбі.

Гендерні стереотипи та установки формують основу для інтерпретації поведінки партнерів, відображаючи як індивідуальні, так і колективні уявлення про «належне» виконання чоловічих і жіночих функцій. Структура гендерних установок включає когнітивний, афективний та конативний компоненти, що забезпечує внутрішню мотивацію до відтворення рольових моделей у подружньому житті. У підсумку, саме взаємодія соціальних норм і особистісних установок визначає специфіку гендерних відносин у шлюбі, сприяючи або гальмуючи процеси їх оновлення й адаптації до сучасних умов.

Отже, комунікація в родині та міжособистісні відносини мають значний вплив на рівень задоволення життям і шлюбом. Зміни в цих відносинах, зокрема на етапах дорослішання дітей, можуть стати як позитивним фактором для зміцнення емоційної близькості, так і причиною відчуження та погіршення задоволеності. Важливим є те, що в періоди, коли діти виростають, деякі пари мають можливість переосмислити свої стосунки і поновити зв'язок, що сприяє покращенню задоволеності життям і шлюбом. Однак відсутність готовності змінюватися та приймати нові умови може призвести до емоційної дистанції, що безпосередньо впливає на якість сімейного життя.

Також важливим є той факт, що з віком змінюється і якість комунікації в шлюбі. Для зрілих пар характерна більш інтимна і глибока комунікація, що може позитивно впливати на їхнє задоволення життям, проте цей процес не завжди є автоматичним. Зміни в стосунках потребують активного внеску з боку обох партнерів, оскільки конфлікти та відсутність підтримки можуть мати негативний вплив на відчуття щастя в шлюбі. Тому, здатність до адаптації і готовність до змін у міжособистісних відносинах є ключовими чинниками для підвищення рівня задоволеності життям і зміцнення шлюбних стосунків.

У результаті проведеного емпіричного дослідження було проаналізовано рольові очікування жінок щодо партнера, рівень задоволеності шлюбом і загальний індекс життєвої задоволеності. Отримані дані дозволяють окреслити комплексне уявлення про особистісно-сімейні орієнтації сучасних жінок та виявити психологічні чинники, що визначають їхній емоційний стан і суб'єктивне сприйняття якості життя.

Провідними рольовими очікуваннями жінок виявилися батьківсько-виховна та господарсько-побутова функції партнера, що свідчить про актуалізацію запиту на відповідальність, турботу та активну участь чоловіка у повсякденному і сімейному житті. Висока значущість емоційно-психотерапевтичної ролі вказує на потребу у партнерській підтримці, емпатії та стабільному емоційному контакті.

Аналіз задоволеності шлюбом показав, що найбільша частка респонденток оцінює свої стосунки як «швидше благополучні», однак майже третина жінок виявила ознаки незадоволеності або кризовості у взаєминах. Це може свідчити про внутрішню напругу, невідповідність очікувань або незбалансований розподіл ролей у шлюбі.

Щодо індексу життєвої задоволеності, переважна частина жінок продемонструвала середній або низький рівень, що вказує на наявність психологічних труднощів, знижену суб'єктивну якість життя та потребу в

додаткових внутрішніх і зовнішніх ресурсах для стабілізації емоційного стану.

Проведений кореляційний аналіз підтвердив статистично значущі взаємозв'язки між досліджуваними змінними. Зокрема, було встановлено помірний позитивний зв'язок між рівнем задоволеності шлюбом і життєвою задоволеністю, а також негативну кореляцію між домінуванням функціональних рольових очікувань (як-от господарсько-побутова функція) та задоволеністю стосунками. Це свідчить про те, що надмірна концентрація на інструментальних ролях партнера без достатньої емоційної близькості може негативно позначатися на якісному сприйнятті взаємин і загальному психологічному благополуччі.

Отже, результати дослідження дозволяють зробити висновок про важливість балансу між функціональною та емоційною складовою у партнерстві, необхідність перегляду рольових установок у контексті сучасної гендерної динаміки та підвищення психологічної обізнаності жінок щодо власних очікувань, потреб і можливостей для реалізації в шлюбно-сімейній сфері.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрієнко О. В. Психіка як самостійна фізична сила. *Юридична психологія*. 2018. № 1. С. 29-42.
2. Бабіч О. С. Рольові функції в родині : психологічний підхід. Київ : Нова книга, 2016. 120 с.
3. Білуха Т. І., Борозенцева Т. В. Ситнік С. В. Життєві цінності й гендерні установки здобувачів вищої освіти. *Габітус*. 2023. № 56. С. 104-108.
4. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї : курс лекцій. Київ : Міленіум, 2003. 24 с.
5. Буленко Т. В. Соціально-психологічні основи функціонування сучасної молодшої сім'ї. *Науковий вісник ВДУ ім. Лесі Українки*. Луцьк, 2010. № 9. С. 52-53.
6. Ворона М. В. Гендерні стереотипи : сутність, функції, наслідки. *Статистика України*. 2010. № (4). С. 71-75.
7. Воронова Л. І. Конфлікти в сім'ї та їх психологічне розв'язання. Київ : Академічний прес, 2018. 156 с.
8. Вплив рольових очікувань подружжя на характер сімейного спілкування. Актуальні проблеми психології. Том 3: Консультативна психологія і психотерапія : зб. наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. Максименка С. Д., Кісарчук З. Г. Київ : Міленіум, 2003. 228 с.
9. Гендерні відносини в українській родині. *Соціологія : теорія, методи, маркетинг*. 2010. № 1. С. 138-162.
10. Говорун Т. В., Кікінеджи О. М. Гендерна психологія : навч. посіб. Київ : Академія, 2004. 308 с.
11. Горєцька О., Сердюк Н. Психологія сім'ї : навчальний посібник. Запоріжжя : ЗНУ, 2015. 200 с.

12. Горноста́й П. П. Особистість та роль: рольовий підхід у соціальній психології особистості. Київ : Інтерпрес ЛТД, 2007. 312 с.
13. Горноста́й П.П. Гендерна соціалізація та становлення гендерної ідентичності. *Основи теорії гендеру*. 2004. № 5. С. 132-157
14. Гузик Т. І. Психологія сімейних відносин та шлюбних криз. Харків : ТОВ «Харківська наукова друкарня», 2021. 230 с.
15. Діденко С. В. Психологія сексуальності. Київ : Академвидав, 2009. 304 с.
16. Емішянц О. Б. Вплив рольових очікувань на задоволеність шлюбом. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені ГС Костюка НАПН України*. 2016. № 1. С. 364-368.
17. Зінченко С. В., Задерей М. А. Гендерні особливості уявлення про сім'ю. Міжнародна науково-практична конференція «Сучасні та глобальні методи розвитку наукової думки» (25-28 жовтня 2022 р.), Флоренція, Італія. Міжнародна наукова група. 2022. № 621. С. 524.
18. Зозуль Т. В. Психологічні особливості розподілу сімейних ролей у подружніх парах із суттєвою різницею у віці. *Психологія і особистість*. 2016. № 1 (9). 129-138.
19. Зозуль Т. В. Психологічні чинники конфліктів у молодій сім'ї. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2014. Вип. 47. 58-65.
20. Іванова І. М. Сімейні відносини : психологія підтримки та корекції. Львів : Львівський національний університет. 2019. 210 с.
21. Ільчишин Н. Гендерні особливості сприйняття нареченими сімейних цінностей. *Збірник матеріалів науково-практичної конференції «Гендерна освіта-ресурс розвитку паритетної демократії»*, Київ, 2011. 758 с.
22. Капустина, Л. М. Психологічний супровід сімей у кризових ситуаціях. Львів : Львівський національний університет. 2022. 185 с.

23. Каразіна О. Уявлення подружньої пари про сімейні ролі. *Вісник Донецького національного університету. Серія «Психологія»*. 2022. № 1. С. 12-17.

24. Кашаба О. Гендерні стереотипи : від минушини до сьогодення. *Вісник Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут»*. Харків : НТУ «ХПІ», 2013. № 30 С. 101-107.

25. Кісарчук З. Г. Психологічна допомога сім'ї. Книга 1. Навчальний посібник (у 3 книгах). К. : Главник, 2006. 128 с.

26. Кісь О. Р. Етнічні гендерні стереотипи та джерела їх конструювання. *Український жіночий рух : здобутки і проблеми : зб. наук. праць*. Дрогобич, 2002. Вип. 1. С. 26-43.

27. Корнієнко Т. В. Психологія взаємодії в сім'ї : теорія і практика. Черкаси : Черкаський національний університет. 2017. 180 с.

28. Королик І. Особливості сімейно-рольової поведінки у молодих сім'ях. Тернопіль : ТНПУ, 2021. 20 с.

29. Корольов Д. К. Позитивне емоційно-оціночне ставлення до життя як умова прояву здібностей індивіда. *Вісник Київського університету імені Тараса Шевченка. Соціологія. Психологія. Педагогіка*. 2000. № 8. С. 38-41.

30. Кравченко Т. Сім'я та особливості її функціонування в умовах розбудови громадянського суспільства. Київ : ІПіЕНД, 2004. 466 с.

31. Кравченко О. І. Сімейна психологія : теорія і практика. Київ : Вища школа. 2018. 256 с.

32. Крамченкова В. О. Гендерні особливості рольової поведінки у подружніх стосунках. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені ГС Сковороди. Психологія*. 2012. № 43 (1). С. 103-109.

33. Лях М. О. Психологія сімейного консультування. Львів : Львівський університет бізнесу та права. 2020. 200 с.

34. Ляшенко Н. О. Сучасні альтернативні форми шлюбу. *Вісник Харківського Національного університету внутрішніх справ*. 2009. № 45. С. 223-230.

35. Мамосуєва О. В., Пилявець Н. І. *Аналіз впливу рольових очікувань на характер міжособистісної взаємодії у сім'ї*. 2024. № 5. С. 7-9.
36. Міщенко В. І. *Основи психології сім'ї та стосунків : посібник*. Одеса : Одеський національний університет. 2020. 180 с.
37. Мороз Л. І. *Особливості прояву ціннісних орієнтацій у міжстатевій поведінці молоді ранньоюнацького віку : автореф. дис. на здоб. вчен. ступ. канд. психол. наук за спец. 19.00.07. К. : Інститут психології АПН України, 2023. 19 с.*
38. Мушкевич М. І., Федоренко Р. П., Магдисюк Л. І., Дучимінська Т. І. *Психологія молоді сім'ї : монографія*. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 235 с.
39. Мушкевич М. І. *Психологічні особливості впливу батьківської сім'ї на молоде подружжя : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07. «Педагогічна та вікова психологія». Рівне, 2002. 20 с.*
40. Новак О. В. *Психологія сімейної терапії*. Київ : Видавничий дім «Академія». 2017. 220 с.
41. Олійник І. П. *Психологія подружнього життя та сімейних відносин*. Київ : Астропринт. 2016. 215 с.
42. Орбан-Лембрик Л. Е., Лембрик С. П. *Шлюбно-сімейні взаємини і стабільність родинного життя*. Івано-Франківськ : ВДВ ЦІТ, 2006. 136 с.
43. Пінська О. Л. *Етика та психологія сімейного життя : навч.-метод. посіб.* Кривий Ріг : КДПУ, 2023. 200 с.
44. Поліщук В. М., Ільїна Н. М., Поліщук С. А. та ін. *Психологія сім'ї : навчальний посібник / за ред. В. М. Поліщука. – 2-ге вид., доп.* Суми : Університетська книга, 2023. 282 с.
45. Помиткіна Л. В. *Психологія сім'ї*. Київ : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с.
46. Прокопенко Н., Тертична Н. *Погляди на шлюб та сім'ю в системі ціннісних орієнтацій сучасної молоді. Молодий вчений*. 2022. № 8 (108). С. 35-38.

47. 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.

48. Рибалка В. В. Теорії особистості у вітчизняній психології та педагогіці : навчальний посібник. Одеса : Букаєв Вадим Вікторович, 2009. 575 с.

49. Рішко Л. Вплив рольових очікувань на характер сімейного спілкування подружжя. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : Педагогіка. Соціальна робота.* 2011. № (23). С. 147-149.

50. Руденко О. А. Психологічні особливості подружніх відносин. Харків : Харківський національний університет. 2017. 140 с.

51. Сазонова О. В. Сімейні цінності та рольові установки подружніх пар. *Проблеми сучасної психології.* 2017. № (39). С. 272-295.

52. Сєдих К. Психологія сім'ї : навчальний посібник. Київ : Академія. 2021. 192 с.

53. Синякова В. Гендерні стереотипи та цінності сучасного українського суспільства. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія.* 2016. № 1 (5). С. 72-74.

54. Сім'я та сімейні відносини в Україні : сучасний стан і тенденції розвитку. К. : ТОВ «Основа-Принт», 2009. 248 с.

55. Спірцова Є. Н., Лідерс А. Г. Задоволеність шлюбом залежно від структурно-функціональних характеристик семи. *Журнал практичного психолога.* 2001. № 5. С. 5-6.

56. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навчальний посібник. Київ : Київський університет імені Бориса Грінченка, 2017. 136 с.

57. Столярчук О. А. Вплив сім'ї на формування самооцінки дитини. *Розвиток особистості в умовах трансформаційного суспільства : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 13 грудня*

2012 року). Київ : Київський університет імені Бориса Грінченка. 2012. С. 423-426.

58. Титаренко Т. М. Життєві домагання особистості у гендерному контексті. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2004. № 6. С. 276-281.

59. Ткаченко В. Є. Благополуччя подружніх відносин і його психологічні детермінанти: теоретичний аналіз. *Наука і освіта*. 2010. № 3. С. 113-116.

60. Товстуха О. М., Коваль А. І. Роль статево-рольової соціалізації та гендерних стереотипів у формуванні рольових очікувань в контексті сімей військовослужбовців. *Міжнародна науково-практична конференція «Майбутнє науки : інновації та перспективи»*. 2024. С. 558.

61. Федоренко Р. П. Психологічний практикум з консультування : зміст, прийоми, технології. Луцьк : СНУ ім. Лесі Українки, 2012. 200 с.

62. Федоренко Р. П. Психологія молодшої сім'ї та сімейна криза : монографія. Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2007. 168 с.

63. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 364 с.

64. Хлопоніна Н. Є. Вплив рольових очікувань подружжя на характер сімейного спілкування. *Консультативна психологія і психотерапія : зб. наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. Максименка С. Д., Кісарчук З. Г. Київ : Міленіум, 2003. Вип. 2. С.132-137.*

65. Хлопоніна Н. Є. Особливості статево-рольової диференціації в сучасній сім'ї. *Вісник Луганського національного педагогічного університету імені Тараса Шевченка : Педагогічні науки*. 2023. № 16 (111). С. 228-234.

66. Хлопоніна Н. Є. Вплив рольових очікувань подружжя на характер сімейного спілкування : дис. ... кандидата психол. наук : 19.00.05 / Хлопоніна Наталія Євгенівна. Київ, 2007. 35 с.

67. Шевчишена О. В. Вплив гендерних стереотипів на виникнення рольових конфліктів у молодій сім'ї. *Наука і освіта*. 2009. №1-2. С. 138-144.