

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»

Факультет соціальних наук

(повне найменування факультету)

Психологія

(повне найменування кафедри)

Пояснювальна записка

до дипломного проекту (роботи)

магістр

(ступінь вищої освіти)

на тему: Психологічна робота з подружніми конфліктами у молодих сім'ях
здобувачів вищої освіти

(назва теми)

Виконав(ла): студент(ка) 2 курсу,
групи СНз-112м

Спеціальності 053 Психологія

(код і найменування спеціальності)

Освітня програма (спеціалізація)

Психологія

ЧЕРНОВА Ю.В.

(ПРІЗВИЩЕ та ініціали)

Керівник КОВАЛЬ В.О.

(ПРІЗВИЩЕ та ініціали)

Рецензент КОВАЛЬ В.В.

(ПРІЗВИЩЕ та ініціали)

2023

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»
(повне найменування закладу вищої освіти)

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

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

«01» вересня 2023 року

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

ЧЕРНОВА Юлія Володимирівна

(ПРІЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

1. Тема проєкту (роботи) Психологічна робота з подружніми конфліктами у молодих сім'ях здобувачів вищої освіти

керівник проєкту (роботи) к.пед.н., доцент КОВАЛЬ Владислав Олександрович
(науковий ступінь, вчене звання, ПРІЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

затверджені наказом закладу вищої освіти від « 01 » вересня 2023 року № 331

2. Строк подання студентом проєкту (роботи) «11» грудня 2023 року

3. Вихідні дані до проєкту (роботи) 86 сторінок, 1 таблиця, 3 рисунки, 71 джерело, 3 додатки

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) здійснити аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми подружнього конфлікту у молодій сім'ї; проаналізувати існуючі в теорії і на практиці підходи до діагностики у сімейному консультуванні, а також до надання психологічної допомоги сім'ї; апробувати розроблений Н. Пезешкіаном при співробітництві Х. Дайденбаха та адаптований нами методичний підхід позитивної лідерської психотерапії і сімейної психотерапії для дослідження причин виникнення подружніх конфліктів у молодій сім'ї; зробити кількісний та якісний аналіз отриманих результатів. розробити та впровадити тренінгову програму: «Конструктивне лідерське вирішення конфліктів у сімейних

взаємостосунках»; розробити рекомендації молодій сім'ї щодо оптимізації подружніх взаємин.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) Рис. 2.1. Поведінкові норми, неузгодженість яких найчастіше викликає подружні конфлікти у молодих сім'ях; рис. 2.2. Поведінкові норми, неузгодженість яких стоїть на другій позиції в якості причини виникнення подружніх конфліктів у молодих сім'ях; рис. 2.3. Поведінкові норми, неузгодженість яких найрідше виступає у якості причини виникнення подружніх конфліктів у молодих сім'ях; таблиця 2.1. Структура тренінгу «Конструктивне вирішення конфліктів у сімейних взаємостосунках».

6. Консультанти розділів проєкту (роботи)

Розділ	ПРИЗВИЩЕ, ініціали та посада консультанта	Дата, підпис	
		завдання видав	прийняв виконане завдання
1	КОВАЛЬ В.О., в.о.завідувача кафедри, доцент	22.09.2023	05.10.2023
2	КОВАЛЬ В.О., в.о.завідувача кафедри, доцент	06.10.2023	19.10.2023
3	КОВАЛЬ В.О., в.о.завідувача кафедри, доцент	20.11.2023	27.11.2023
Норм-ль	ГАРМАШ А.О., викладач	09.12.2023	11.12.2023

7. Дата видачі завдання «01» вересня 2023 року.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломного проєкту (роботи)	Строк виконання етапів проєкту (роботи)	Примітка
1	Узгодження теми та затвердження завдання на дипломний проєкт(роботу)	29.08.2023	
2	Збір матеріалу та вивчення літературних джерел на дипломний проєкт(роботу)	30.08.2023	
3	Затвердження теми	01.09.2023	
4	Складання змісту	20.09.2023	
5	Виконання першого розділу	22.09.2023	
6	Виконання другого розділу	06.10.2023	
7	Виконання третього розділу	20.10.2023	
8	Формування висновків	28.10.2023	
9	Перевірка роботи керівником	01.11.2023	
10	Оформлення дипломного проєкту (роботи)	04.11.2023	
11	Нормоконтроль та перевірка на запозичення	09.11.2023	
12	Попередній захист дипломного проєкту(роботи)	11.12.2023	

13	Подання роботи на кафедру	11.12.2023	
14	Одержання відгуку та рецензії	14.12.2023	
15	Захист дипломної роботи	22.01.2024	

Студент(ка)

(підпис)

Юлія ЧЕРНОВА

(Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

Керівник проекту (роботи)

(підпис)

Владислав КОВАЛЬ

(Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 86 с., 1 табл., 3 рис., 71 дж., 3 дод.

Об'єкт дослідження – психологічні особливості подружніх конфліктів у молодих сім'ях здобувачів вищої освіти.

Предмет дослідження – особистісні детермінанти лідерської поведінки у гармонізації подружніх відносин здобувачів вищої освіти.

Мета дослідження – з'ясувати особистісні детермінанти подружніх конфліктів у молодій сім'ї і розробити тренінгову лідерську програму, спрямовану на розвиток вміння налагоджувати ефективні взаємини у сім'ї.

Гіпотеза дослідження: неузгодженість норм та способів лідерської поведінки партнерів є однією з причин виникнення конфліктів у сім'ї.

Методи дослідження: теоретичні – аналіз, синтез, систематизацію, узагальнення, порівняння, індукція та дедукція, класифікація, моделювання різноманітних аспектів досліджуваної проблеми; емпіричні – тестування, психологічний експеримент (констатуючий); математичні та статистичні методи (обробка та аналіз результатів дослідження).

Організація і база дослідження. Дослідження проводилося на молодих сім'ях, один чи обоє членів яких є здобувачами вищої освіти. Загальна кількість досліджуваних сімей становила 89.

ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАНТИ, ЛІДЕРСТВО, СІМЕЙНИЙ КОНФЛІКТ,
ПОДОЛАННЯ, ПОВЕДІНКА

ЗМІСТ

ВСТУП.....	8
РОЗДІЛ 1. Особистісні детермінанти подружнього конфлікту в контексті лідерства.....	12
1.1 Особистісні детермінанти подружніх взаємин на початковій стадії життєвого циклу молодої сім'ї.....	12
1.2 Лідерство у подружньому конфлікті молодої сім'ї.....	23
1.3 Консультативна допомога сім'ї.....	32
РОЗДІЛ 2. Особливості психологічної роботи з подружніми конфліктами у молодих сім'ях здобувачів вищої освіти.....	47
2.1 Сімейне консультування як методологічна основа дослідження.....	47
2.2 Аналіз результатів дослідження.....	63
2.3 Тренінгова програма «Конструктивне вирішення конфліктів у сімейному лідерстві».....	75
2.4 Рекомендації щодо особистісних детермінант лідерства в гармонізації подружніх взаємин здобувачів вищої освіти.....	81
ВИСНОВКИ.....	87
Список використаних джерел.....	91
Додатки.....	97

ВСТУП

На сьогодні Україна переживає складні соціально-економічні зміни, які істотно відбиваються на становищі всіх елементів соціальних структур, зокрема сім'ї. Сім'я є найменшим осередком суспільства, що постійно відчуває на собі безпосередньо чи опосередковано ті зміни, які відбуваються у країні та відповідно сама накладає відбиток на розвиток суспільства. Процес формування, становлення та розвитку сучасної української сім'ї проходить у складних і суперечливих умовах, на фоні яких відбувається погіршення фізичного і психічного стану здоров'я людей, зростання міжособистісної ізоляції, агресивності, нездатності розв'язувати проблеми і конфлікти, що виникають на їх життєвому шляху. Сьогодні сім'я стикається з цілою низкою нових проблем, значною мірою втрачає здатність виконувати життєво необхідні функції і стоїть на порозі кризи. З огляду на це, можна говорити, що ситуація з внутрісімейними стосунками поступово погіршується внаслідок збільшення протиріч і конфліктів у суспільстві. Ці обставини можуть мати негативні наслідки не лише для сім'ї, але й для країни загалом.

Актуальність проблеми. Проблема подружніх конфліктів у молодій сім'ї є на сьогодні дуже актуальною, адже дослідження М.І. Алексєєвої, Т.В. Говорун, С.В. Дворняка, В.І. Зацепіна, Т.С. Кириленко, С.В. Ковальова, О.С. Кочаряна, М.М. Обозова дозволяють стверджувати про наявність кризи, в якій опинилась сьогодні українська сім'я як елемент соціальної системи суспільства. Ознаками такої кризи є: високий рівень незадоволеності подружнім життям, дисфункційний розвиток взаємин у шлюбі, конфліктність, стійка орієнтація подружжя на розлучення та малодітну сім'ю, нездатність досягти злагоди, зростання кількості розлучень тощо. Під цим кутом зору стає зрозумілим, що сім'я, особливо на початковій стадії її розвитку, потребує психологічної підтримки та допомоги.

Проблемою сімейних конфліктів займалися багато як вітчизняних, так і зарубіжних вчених. Однак попри досить значний обсяг теоретичної та прикладної розробки даної проблеми, вона і досі викликає гострі дискусії. У літературі немає

єдиної думки щодо комплексного підходу до діагностики сімейних взаємин, недостатньо розроблені шляхи попередження та подолання виникнення протиріч у сім'ї. Значної уваги потребує теоретичне та експериментальне дослідження причин виникнення подружніх конфліктів у молодій сім'ї, яка легко піддається впливу різноманітних зовнішніх і внутрішніх негативних чинників. Очевидна актуальність, недостатня розробленість та перспективність дослідження даної проблеми зумовили вибір теми наших наукових пошуків.

Об'єкт дослідження – психологічні особливості подружніх конфліктів у молодих сім'ях здобувачів вищої освіти.

Предмет дослідження – особистісні детермінанти лідерської поведінки у гармонізації подружніх відносин здобувачів вищої освіти.

Мета дослідження – з'ясувати особистісні детермінанти подружніх конфліктів у молодій сім'ї і розробити тренінгову лідерську програму, спрямовану на розвиток вміння налагоджувати ефективні взаємини у сім'ї.

Гіпотеза дослідження: неузгодженість норм та способів лідерської поведінки партнерів є однією з причин виникнення конфліктів у сім'ї.

Перевірка гіпотези дослідження та досягнення його мети передбачає розв'язання наступних завдань:

1. Здійснити аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми подружнього конфлікту у молодій сім'ї.

2. Проаналізувати існуючі в теорії і на практиці підходи до діагностики у сімейному консультуванні, а також до надання психологічної допомоги сім'ї.

3. Апробувати розроблений Н. Пезешкіаном при співробітництві Х. Дайденабаха та адаптований нами методичний підхід позитивної лідерської психотерапії і сімейної психотерапії для дослідження причин виникнення подружніх конфліктів у молодій сім'ї.

4. Зробити кількісний та якісний аналіз отриманих результатів.

4. Розробити та впровадити тренінгову програму: «Конструктивне лідерське вирішення конфліктів у сімейних взаємостосунках».

5. Розробити рекомендації молодій сім'ї щодо оптимізації подружніх взаємин.

Методологічну і теоретичну основу дослідження склали: науково-психологічні уявлення про особливості сімейних взаємин (М.А. Абалкіна, Т.В. Андреева, Ю.А. Бакуліна, І.В. Гребенніков, Т.А. Гурко, Е.Г. Ейдемільер, Е.С. Калмикова, С.В. Ковальов, М.М. Обозов, Ю.Н. Олійник, Л.Б. Шнейдер, В.В. Юстіцкіс), про причини виникнення подружніх конфліктів у молодій сім'ї (Ю.Е. Альошина, Н.В. Грішина, С.В. Ковальов, С. Кратохвіл, Д. Кустар, В.А. Сисенко), психологічні підходи до надання консультативної допомоги сім'ї (Е. Берн, М. Боуен, П. Ватславік, Дж. Галлей, С. Гордон, н. Давідсон, В. Кемплер, С.Мінухін, В. Сатір), засади позитивної психотерапії (Н. Пезешкіан).

Для розв'язання поставлених завдань у дослідженні було використано такі методи:

1. Теоретичні – аналіз, синтез, систематизацію, узагальнення, порівняння, класифікацію матеріалів фахової літератури з окресленої проблематики.
2. Емпіричні – тестування, психологічний експеримент (констатуючий).

Організація і база дослідження. Дослідження проводилося на молодих сім'ях, один чи обоє членів яких є здобувачами вищої освіти. Загальна кількість досліджуваних сімей становила 89.

Дослідження проводилося у три етапи.

На першому етапі було здійснено аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми подружнього конфлікту у молодій сім'ї.

На другому етапі було проведено обстеження 89 молодих подружніх пар за допомогою блоку методик позитивної психотерапії, розробленого Н. Пезешкіаном. На основі цього нами було здійснено кількісний та якісний аналіз отриманих результатів.

На третьому етапі дослідження ми розробили та впровадили тренінгову програму «Конструктивне лідерське вирішення конфліктів у сімейних взаємостосунках» і рекомендації молодій сім'ї щодо оптимізації подружніх взаємин.

Наукова новизна роботи полягає в уточненні сутності феномену сімейного конфлікту; діагностиці особистісних детермінант, які найчастіше зумовлюють виникнення подружніх конфліктів у молодій сім'ї; виділенні та описі груп сімей з точки зору рівня їх конфліктності; розробці та впровадженні комплексу тренінгових занять, спрямованого на налагодження ефективної взаємодії між партнерами, а також рекомендацій молодому подружжю щодо гармонізації сімейного життя.

Теоретичне значення дослідження полягає у обґрунтуванні того, що неузгодженість норм і способів лідерської поведінки партнерів є однією з причин виникнення подружніх конфліктів у молодій сім'ї.

Практичне значення дослідження визначається розробкою та впровадженням тренінгової програми для молоді і рекомендацій молодому подружжю, що спрямовані на налагодження ефективної взаємодії у молодій сім'ї.

Структура магістерської роботи. Магістерська робота складається із вступу, двох розділів, висновків, списку використаної літератури (71 джерело), 3 додатків. Зміст роботи викладено на 86 сторінках комп'ютерного набору тексту.

РОЗДІЛ 1. Особистісні детермінанти подружнього конфлікту в контексті лідерства

1.1 Особистісні детермінанти подружніх взаємин на початковій стадії життєвого циклу молодії сім'ї

У статті 3 Сімейного кодексу України зазначено, що сім'ю складають особи, які спільно проживають, пов'язані спільним побутом, мають взаємні права та обов'язки. Сім'я створюється на підставі шлюбу, кровного споріднення, усиновлення, а також на інших підставах, не заборонених законом і таких, що не суперечать моральним засадам суспільства [40, с. 4].

Більшість психологів, які досліджують сімейні взаємини, підкреслюють важливість початкового періоду розвитку сім'ї. На цій стадії формується модель майбутніх сімейних стосунків, здійснюється розподіл прав і обов'язків, утворення духовних зв'язків між партнерами. У молодих сім'ях спостерігається підвищена потреба у визнанні, у взаєморозумінні, актуалізуються проблеми психологічної і побутової адаптації. Протягом цього етапу змінюється інтенсивність почуттів партнерів, встановлюється просторова і психологічна дистанція між молодим подружжям і їх генетичними сім'ями. Водночас, дані багатьох досліджень засвідчують, що ефективність психологічної підтримки у молодих сім'ях дуже низька у порівнянні зі шлюбами більш тривалого терміну існування [2, с. 87].

Перші роки спільного життя – це початкова стадія життєвого циклу сім'ї, на якій відбувається формування індивідуальних стереотипів спілкування, узгодження систем цінностей і вироблення загальної світоглядної позиції подружжя. По суті, на цій стадії відбувається взаємне пристосування партнерів, пошук такого типу взаємин, який би задовольняв обох. Ґрунтуючись на узагальненнях теоретичного аналізу, можна стверджувати, що саме вітчизняними фахівцями у галузі психології сім'ї зроблено значний внесок у дослідження особливостей подружніх взаємин на початковій стадії життєвого циклу молодії сім'ї. Зокрема, на думку Калмикової Е.С., перед подружньою парою стоїть

завдання формування структури сім'ї, розподілу функцій між чоловіком і дружиною та вироблення спільних сімейних цінностей. Під структурою сім'ї розуміється спосіб забезпечення єдності її членів; розподіл ролей проявляється у тому, які види сімейної діяльності кожен партнер бере на свою відповідальність і які адресує іншому; сімейні цінності представляють собою установки подружніх партнерів з приводу того, для чого існує сім'я, і чого вони можуть досягнути, завдяки своїй сім'ї.

З огляду на це, для сприятливої реалізації взаємної адаптації партнерів необхідна подібність їх уявлень з трьох вказаних параметрів. Ідеальним варіантом є їх збіг. Проте в реальному житті він є неможливим. Тому кожна молода подружня пара тією чи іншою мірою зустрічається з незбігом думок, оцінок, переконань чоловіка і дружини з різноманітних питань.

Спираючись на результати власного дослідження, Т.А. Гурко виділив можливі чинники дестабілізації сімейного життя майбутнього подружжя. Відомо, що тривалість знайомства слід розглядати як один із важливих показників готовності до шлюбу. У ході дослідження автор виявив, що частка пар з коротким періодом дошлюбного знайомства набагато більша серед тих, хто розлучилися, ніж серед тих, хто продовжує жити в шлюбі. Це, на його думку, обумовлено тим, що у сучасному суспільстві сімейні ролі набагато менше регламентовані, ніж у минулому, й успішність шлюбу більшою мірою залежить від особистісної сумісності партнерів. Тому період, протягом якого майбутні подружні партнери дізнаються одне про одного, набуває все більшого значення.

У контексті нашого дослідження привертає увагу підхід Калмикової Е.С. Авторка стверджує, що значна частина молодих пар вступає у шлюб, керуючись мотивами, які лежать поза сімейною сферою (наприклад, бажання піти з батьківського дому, зробити відповідальний самостійний крок тощо). Відсутність адекватної мотивації веде до того, що у таких сім'ях нівелюється завдання самовизначення сім'ї. Йдеться про такі важливі аспекти, як: з'ясування подружніх ролей, внутрісімейного статусу кожного з них, їх спільних цілей. Подібні шлюби розпадаються, як правило, досить швидко [15, с. 84–86].

У відповідності з дослідницькими фактами вітчизняних фахівців, дошлюбна вагітність є чинником «високого ризику» з точки зору успішності майбутнього шлюбу, і, насамперед, у тих випадках, коли подружжя дуже молоде. Скорочується необхідний період зустрічей і підготовки до весілля, молоді можуть виявитися психологічно неготовими до шлюбу. Психологічно найбільш проблемною стає ситуація вагітності після короткочасного знайомства. І навіть, якщо молоді люди створюють внаслідок цих обставин сім'ю, вони, як правило, не можуть забезпечити себе матеріально, що породжує багато труднощів і нерідко веде до виникнення конфліктів.

Зауважимо, що матеріальна залежність від батьків зумовлює виникнення залежності психологічної. Остання проявляється у спробах керуватися установками батьків, а не своїми потребами чи рішеннями, сімейні ритуали ототожнювати зі змістом сімейних взаємин у батьківській сім'ї. Цю залежність підтримує почуття стурбованості батьків, яке спонукає їх постійно контролювати дітей. Таким чином, початкова, наявна до укладення шлюбу установка передбачає і допомогу, і невтручання з боку батьків у життя молодої сім'ї. Зрозуміло, що реалізація такої установки є проблематичною.

Зниження матеріальної та емоційної залежності молодих сімей відбувається внаслідок досягнення самостійності, відповідальності, автономії, тобто зрілості. Особливу увагу дослідники звертають на те, що психологічна зрілість досягається важче, ніж матеріальна. Молоде подружжя часто не має достатнього досвіду застосування спільних рішень. Крім того, при діловому обговоренні конкретних сімейних питань нерідко з'ясовується, що для прийняття рішень молодому подружжю вистачає інформації і розуміння своїх інтересів, але узгоджено діяти чоловік і дружина не можуть, оскільки не прагнуть до взаєморозуміння, намагаються вирішити проблему не спільно, а одне за одного. Також нерідко з'ясовується, що «невміння» знайти рішення спирається на егоцентричне уявлення про сім'ю, небажання відмовитися від власних інтересів [47, с. 164].

У перші роки шлюбу негативну роль можуть відігравати наслідки такого специфічного для дошлюбних взаємин викривлення сприймання, як ідеалізація

партнера. М.А. Абалакіна вважає, що існує три точки зору на проблему ідеалізації партнера:

1. Ідеалізація необґрунтовано завищує очікування, які висувуються до партнера і до взаємодії з ним. Усвідомлення того, що реальна людина не відповідає ідеальному образу, приводить до глибокої незадоволеності партнером, собою, стосунками загалом.

2. Другу точку зору можна назвати конструктивною. Вона полягає у тому, що ідеалізація партнера слугує стимулом для розвитку його особистості.

3. Третя точка зору найбільш чітко виражена в роботах А. Маслоу. На його думку, ідеалізація взагалі не властива самоактуалізованим особистостям.

Багатьма вітчизняними психологами зазначається, що початковий період шлюбу характеризується сімейною адаптацією та інтеграцією. За визначенням І.В. Гребеннікова, адаптація – це пристосування партнерів одне до одного і до тих обставин, у яких знаходиться сім'я. Психологічна суть адаптації полягає у взаємоуподібненні партнерів і у взаємному узгодженні думок, почуттів і поведінки. При цьому виділяють такі види адаптації:

1. Матеріально-побутова адаптація полягає в узгодженні прав і обов'язків партнерів у виконанні сімейних справ і у формуванні моделі планування і розподілу сімейного бюджету, який би задовольнив усіх.

2. Морально-психологічна адаптація базується на поєднанні світоглядів, ідеалів, інтересів, ціннісних орієнтацій, а також особистісних особливостей чоловіка і дружини.

3. Інтимно-особистісна адаптація полягає у досягненні партнерами сексуальної відповідності.

Адаптація партнерів здійснюється у двох основних видах співвідношень: рольових і міжособистісних. Базовим для рольових взаємин виступає уявлення про цілі подружнього союзу, у якому виражається мотивація партнерів. Загальна мотивація сімейного союзу включає у себе чотири провідні мотиви: побутовий, морально-психологічний, сімейно-батьківський та інтимно-особистісний. С.В. Ковальов підкреслює, що для того, щоб сім'я була благополучною, ці

уявлення мають бути або більш-менш однаковими, або стати такими, оскільки поведінка партнера у його сімейній ролі не повинна суперечити уявленням іншого. Саме узгодження уявлень складає суть взаємодії на стадії первинної рольової адаптації. Міжособистісна адаптація подружжя включає три аспекти:

- а) афективний (емоційна складова взаємин);
- б) когнітивний (ступінь їх розуміння);
- в) поведінковий.

Процес подружньої адаптації тісно пов'язаний з процесом сімейної інтеграції. Інтеграція – це добровільне об'єднання, узгодження позицій, уявлень і думок подружжя стосовно різних аспектів сімейного життя. До них, насамперед, належать: стиль взаємних стосунків, матеріально-побутові проблеми, сімейний бюджет, духовне життя і проведення вільного часу, а також інтимне життя, очікування і народження дитини, взаємини з батьками, ставлення до професійної і суспільної діяльності партнерів [2, с. 85–88].

Соціально-функціональними механізмами інтеграції сім'ї Е.Г. Ейдемільер та В.В. Юстіцкіс називають сукупність психологічних процесів, які охоплюють членів сім'ї і їх взаємини, ведуть до формування і розвитку просімейних мотивів (мотивів, які обумовлюють позитивне ставлення до сім'ї), які сприяють зняттю негативних, фруструючих переживань, тривоги, стресів і вирішенню внутрішніх і міжособистісних конфліктів. Дія цих механізмів проявляється в тому, як сім'я реагує на труднощі. Якщо в сім'ї вони не діють або порушені, то проблеми виступають як чинник, що руйнує сім'ю. Навпаки, при ефективній дії соціально-функціональних механізмів, ті ж труднощі стають чинником подальшої інтеграції сім'ї [50, с. 61].

Суттєвий вплив на характер взаємин між майбутніми подружніми партнерами здійснюють їх установки та очікування з приводу сімейного життя. Розбіжність установок може викликати серйозні конфлікти, особливо на початковому етапі сімейного життя. Для успішних шлюбів є характерним спільне проведення вільного часу, причому на це орієнтований і чоловік, і дружина. Як

наслідок, розходження в намірах нареченого і нареченої щодо організації вільного часу в майбутньому може призвести до серйозних конфліктів [33, с. 492].

Цікавим відгалуженням у цьому аспекті, на наш погляд, є дослідження Г. Навайтіса. Науковець зазначає, що існують суперечливі установки стосовно майбутнього укладу сім'ї молодих партнерів, які сформувалися ще до шлюбу. За даними автора, 17,6% юнаків орієнтуються на псевдотрадиційну модель сім'ї. У ній з традиційної моделі перейнято головування чоловіка, обмеження професійної кар'єри жінки і приписування їй більшості побутових проблем, догляду за дітьми. Втім, така модель не передбачає властивої для традиційної моделі відповідальності чоловіка за матеріальне забезпечення сім'ї. Водночас, 28,4% наречених притримуються псевдоєгалітарної моделі сім'ї: вони висловлюються за повну рівність чоловіка та жінки у вирішенні важливих сімейних питань, і разом з тим приписують чоловіку традиційний обов'язок матеріально забезпечувати сім'ю. Таким чином, вже у дошлюбних установках щодо сім'ї закладена небезпека для її стабільності.

Ще одну цікаву точку зору на проблему подружньої сумісності знаходимо у Андрєєвої Т.В. Авторка стверджує, що існує зв'язок між задоволеністю шлюбом у чоловіків та жінок із ступенем схожості уявлень партнерів про розподіл ролей в сім'ї, незалежно від того, кому відводиться реалізація ролі. Резюмуючи сказане, можна стверджувати, що для високої оцінки чоловіком і жінкою власного шлюбу важливіший не ступінь традиційності їх уявлень про розподіл ролей в сім'ї, а ступінь їх близькості у чоловіка та дружини. Саме схожість впливає на задоволеність шлюбом [2, с. 102].

Відомий російський фахівець у галузі сімейної психології М.М. Обозов наводить дані про розподіл деяких функцій у щасливих і нещасливих шлюбах, співставляючи їх за трьома аспектами: розподіл бюджету у сім'ї, прийняття рішень, організація життя сім'ї. Аналіз результатів експериментальних досліджень показав, що у щасливих шлюбах удвічі частіше розподіл фінансів, прийняття рішень, організація життя відбувається за участю обох партнерів.

Заслуговує на увагу підхід Ю.А. Бакуліної до класифікації внутрісімейних ролей, які найбільш повно характеризують сучасну сім'ю. Зокрема, авторка виділила наступні ролі: вихователь, «психотерапевт» (створення і підтримання емоційного клімату в сім'ї), відповідальний за матеріальне забезпечення сім'ї, організатор розваг, господар (господиня), сексуальний партнер, організатор сімейної субкультури. З вище перерахованих ролей до традиційно жіночих відносяться ролі вихователя дітей, господині, «психотерапевта». У дослідженнях Семенова В.Е., Короткіна Т.І., Альошиної Ю.Е., Гозмана Л.Я. було виявлено, що роль відповідального за матеріальне забезпечення сім'ї сприймається як традиційно чоловіча. Заслуговує на увагу те, що зростає частка чоловіків та жінок, які вважають, що матеріально забезпечувати сім'ю повинні обидва партнери [2, с. 92–102].

Вітчизняні фахівці у галузі психології сім'ї вважають, що, коли у молодій сім'ї народжується перша дитина, скорочується час, який партнери приділяють одне одному і своїм розвагам. Крім того, погіршується якість міжособистісного спілкування у сім'ї. Воно ускладнюється різноманітними обов'язками, які пов'язані з дитиною. Її народження змінює ролі партнерів. Подружжю доводиться пристосовуватися до нового способу життя, до психічних і фізичних навантажень, що зростають, обмежень спільного дозвілля. Якщо всі ці завдання потрібно вирішувати швидко, а до них ще додаються невирішені проблеми з попередніх етапів розвитку сім'ї, то сама ситуація, яка потребує швидкої зміни сімейних взаємин, стає стресором. Вказаний сімейний конфлікт ілюструє одну з типових схем кризи молодого сім'ї. Такій кризі властива відсутність одного чинника, який руйнує сім'ю. Побутові труднощі, конфлікти з найближчими родичами, незадоволеність інтимними взаєминами можуть бути вирішені, але їх сукупність перевищує можливості партнерів протистояти стресу.

Як справедливо зазначають дослідники, народження дитини надає молодим батькам нові можливості спілкування і співробітництва і звужує ті, які вже були. Це створює передумови як для сприятливого, так і не сприятливого розвитку сім'ї. Реалізація цих передумов залежить від багатьох чинників, серед яких

особливо важливим є досвід спілкування партнерів. Якщо вони навчилися враховувати інтереси одне одного, розуміти почуття, спільно вирішувати задачі, які виникали перед сім'єю, то народження дитини частіше всього зміцнює сімейні зв'язки. У такому випадку розподіл ролей партнерів не послаблює, а посилює спільність сім'ї [47, с. 165].

Ще одну цікаву точку зору на проблему подружніх взаємин знаходимо у Альошиної Ю.Е., Борисова И.Ю., які виявили, що з появою маленької дитини, задоволеність шлюбом у жінок підвищується, а у чоловіків – погіршується. Вчені пояснюють це тим, що більшу частину часу жінка віддає догляду за дитиною. Відтак, зменшується кількість часу, який дружина приділяє чоловікові, і, як наслідок, збільшується емоційне навантаження на партнерів. Якщо стаж сімейного життя у пари становить 2–7 років, і дитина відвідує дитячий садок, то задоволеність шлюбом у партнерів зростає, тому що з'являється можливість більше уваги приділяти одне одному.

У процесі дослідження А.В. Кононовою проблем молодих матерів було виявлено, що у сім'ях, які базуються на традиційних взаєминах, виконання жінками домашніх обов'язків удвічі перевищує ці ж показники в егалітарній сім'ї. Водночас найбільше задоволені шлюбом жінки у сім'ї з егалітарним розподілом ролей і найменше задоволені дружини у традиційному шлюбі. Таким чином, допомога чоловіка позитивно впливає на задоволеність шлюбом у дружини [2, с. 99–102].

Цікавими для аналізу є дані, отримані В.Н Вишневецькою, які стосуються дослідження психологічних особливостей антиципації подружжям розвитку своїх сімейних відносин. Спираючись на ці дані, авторка зробила наступні висновки:

1. Якщо партнери мають позитивні очікування стосовно майбутнього сімейного життя, то конфлікти між ними будуть відбуватися рідко, матимуть ситуативний характер, легко вирішуватимуться, і навпаки.

2. У чоловіків ступінь суб'єктивної ймовірності позитивних очікувань щодо сімейного життя вищий, а негативних очікувань нижчий, ніж у жінок. Відповідно, рівень задоволеності шлюбом у чоловіків вищий, ніж у жінок.

3. Задоволеність шлюбом на початку перших двох десятиліть спільного життя знижується, а потім зростає [7, с. 41].

З огляду на наш дослідницький інтерес, привертає увагу підхід Ю.Н. Олійника. Автор стверджує, що подружня сумісність є вагомим чинником стабільності шлюбу. Він виділив такі рівні сумісності подружжя: психофізіологічний, психологічний, соціально-психологічний і соціокультурний. При обробці експериментальних даних, отриманих у процесі вивчення психологічного рівня сумісності, було встановлено:

1. За умов подібності характерів партнерів у парі жінки більш адекватно оцінюють свого партнера. Це можна пояснити тим, що жінки більше зорієнтовані на емоційно-комунікативний компонент і за рахунок цього більш тонко відчують почуття, емоційний стан партнера.

2. Психологічна задоволеність чоловіків, які вступають до шлюбу, вища, якщо характери партнерів подібні.

3. У неконфліктних сім'ях психологічна задоволеність одного з партнерів тісно пов'язана з психологічною задоволеністю іншого.

4. Знання характерологічних особливостей подружжя дозволяє прогнозувати розвиток їх подальших стосунків [33, с. 497].

У процесі дослідження Ю.Н. Олійником такого показника соціально-психологічного рівня сумісності, як внутрісімейні цінності, досліджувалися особи, які вступають до шлюбу, благополучні молоді подружжя і пари з конфліктом у сфері сімейних взаємин. Проаналізувавши отримані дані, вчений виявив значні індивідуальні варіації у структурі сімейних цінностей у групі благополучних молодих пар, порівняно з двома іншими вибірками. По суті, це означає, що з накопиченням досвіду сімейного життя відбувається перехід від загальної, деякою мірою ідеально типової структури сімейних цінностей (у тих, хто вступає до шлюбу), до більшої індивідуалізації її у зв'язку вже з реальним укладом сімейного життя. Таким чином, були визначені певні тенденції до зміни ієрархії сімейних цінностей. У жінок такими тенденціями виступають:

1. Недооцінка тими, хто вступає до шлюбу, сексуального спілкування порівняно з благополучними і конфліктними сім'ями.

2. Падіння значущості цінності «зовнішня соціальна активність».

3. Недооцінка тими, хто вступає до шлюбу, цінності народження і виховання дітей порівняно з двома іншими групами.

4. Більш висока оцінка психотерапевтичної ролі сімейних взаємин у конфліктних сім'ях порівняно з двома іншими групами.

Для чоловічих груп характерні наступні тенденції:

1. Більш низька оцінка такої важливої цінності, як «виховання дітей», у тих, хто перебуває у благополучному шлюбі, порівняно з двома іншими групами.

2. Падіння значущості господарсько-побутових взаємин послідовно від тих, хто вступає до шлюбу, до тих, хто перебуває в благополучному шлюбі і конфліктних сімей.

3. Зростання важливості сексуальних стосунків від тих, хто вступає до шлюбу, до конфліктних сімей.

4. Зростання важливості цінності «зовнішня соціальна активність» [24, с. 500].

Заслуговує також на увагу дослідження Ю.Н. Олійником соціокультурного рівня сумісності подружжя, яке він здійснював шляхом аналізу цінностей партнерів. Ним було виявлено наступні особливості:

1. При переході з одного етапу розвитку молодої сім'ї на інший у партнерів відбувається значуща переорієнтація цінностей.

2. Якісно цінності у тих, хто вступає до шлюбу, носять більш альтруїстичний характер, ніж у тих, хто перебуває у шлюбі. В останніх домінують цінності більш егоцентричного характеру.

3. Якщо у тих, хто вступає до шлюбу, основною складовою міжособистісної взаємодії є афективний компонент, то у тих, хто перебуває у шлюбі, – поведінковий і когнітивний.

4. Структура цінностей у чоловіків та жінок не має значущих відмінностей.

5. В осіб, які вступають до шлюбу, цінності мають чітку сімейно-побутову спрямованість. Однак, у благополучних молодих сімей ці цінності мають орієнтацію і на сім'ю, і на роботу [33, с. 500–501].

Аналіз літератури з даної проблематики дає підстави для висновку про важливість початкового періоду розвитку сім'ї. У молодих сім'ях формується модель майбутніх сімейних стосунків, здійснюється розподіл прав і обов'язків, утворення духовних зв'язків між партнерами, пошук такого типу ставлень, який би задовольняв їх обох, вироблення на цій основі загальних сімейних цінностей. У партнерів актуалізуються проблеми психологічної і побутової адаптації. У молодих сім'ях спостерігається підвищена потреба у визнанні і взаєморозумінні. Протягом цього етапу змінюється інтенсивність почуттів партнерів, встановлюється просторова і психологічна дистанція між молодим подружжям і їх генетичними сім'ями.

Особливу увагу вітчизняні фахівці звертають на чинники дестабілізації сімейного життя майбутнього подружжя, зокрема такі, як: коротка тривалість дошлюбного знайомства, відсутність спільних інтересів у подружжя, дошлюбна вагітність, значна матеріальна, емоційна і психологічна залежність партнерів від своїх батьків, невиправдана ідеалізація партнера, розбіжність установок подружжя стосовно розподілу сімейних ролей. Більшість вчених зазначають, що існує зв'язок між задоволеністю шлюбом у чоловіків та жінок із ступенем схожості уявлень партнерів про розподіл ролей в сім'ї. Подружжя сумісність, на думку фахівців, є важливим чинником стабільності шлюбу. Вона тісно пов'язана з подібністю характерів партнерів, а також збігом їх внутрісімейних цінностей.

1.2 Лідерство у подружньому конфлікті молоді сім'ї

У психології під конфліктом розуміється зіткнення протилежно спрямованих інтересів, цілей, позицій, думок, поглядів суб'єктів взаємодії чи опонентів [34, с. 174]. Фахівець у галузі міжособистісних взаємин Москаленко В.В. стверджує, що соціально-психологічний конфлікт – це

особливий вид міжособистісної взаємодії, в основі якого лежить об'єктивна суперечність цілей, інтересів і думок учасників. На психологічному рівні ця суперечність виявляється у сильних негативних переживаннях учасників щодо ситуації, опонента, самих себе [26, с. 13].

Як справедливо зазначають дослідники, сутністю подружнього конфлікту є зіткнення суперечливих позицій членів сім'ї. Неблагополучні сімейні пари характеризуються тим, що між партнерами існують постійні сфери, де їх інтереси, потреби, наміри стикаються, породжуючи тривалі і сильні негативні емоційні переживання [41, с. 59].

У ході вивчення проблеми подружнього конфлікту у молодій сім'ї привертає увагу підхід Мягера В.К. та Мішиної Т.М., які вважають, що конфлікт у сім'ї виникає у тому випадку, коли обидва учасники прагнуть оволодіти одним і тим самим об'єктом, зайняти одне і те ж місце чи виключне положення, грати несумісні ролі, досягнути різноспрямованих цілей. Вступаючи у шлюб, люди зустрічаються із значною кількістю відмінностей. При цьому деякі із протиріч в інтересах, цінностях, цілях і потребах молодого подружжя можуть приводити до зовнішнього прояву цих протиріч. Крім того, у суспільній свідомості конфлікт, як правило, асоціюється з тим, чого не має бути у сім'ї. Для нас важливими є висновки вчених про те, що конфлікт містить можливість виходу на новий рівень взаємин, знаходження нових можливостей. Успішні сім'ї відрізняються не відсутністю чи низькою частотою конфліктів, а незначною їх глибиною і безболісністю [2, с. 193].

Ще одну цікаву точку зору на дану проблему знаходимо у Єлізарова А.Н. Автор вказує на те, що конфлікт виконує дві функції: конструктивну і деструктивну. Конструктивна функція конфлікту у сімейних взаєминах полягає у тому, що він може стати потужним джерелом розвитку особистості і групи. У сім'ї завдяки конфлікту можуть з'явитися нові цілі, норми, цінності. Конструктивна функція починає реалізовуватися тоді, коли партнери володіють навичками конструктивної поведінки у конфліктній ситуації. У межах своєї конструктивної функції конфлікт:

- а) адаптує сім'ю загалом і окремих її членів до нових умов, у яких вони опинились;
- б) об'єктивує причину протиріччя і завдяки цьому дозволяє перебороти її;
- в) згуртовує членів сім'ї і орієнтує їх на захист своєї єдності;
- г) допомагає перебороти внутрішню напругу і позбутися фрустрації;
- д) допомагає знайти способи впливу на іншого;
- е) допомагає членам сім'ї краще розкрити якості власної особистості і завоювати авторитет у сім'ї.

Деструктивна функція конфлікту полягає у тому, що зростання відчуття його невирішуваності може призводити до зростаючого відчуття психологічного дискомфорту. Інакше кажучи, відбувається зсув мотиву на ціль: конфліктуючі сторони починають забувати про те, що їх метою є конструктивне вирішення ситуації. На рівні внутрісімейного функціонування деструктивна функція конфлікту може проявлятися у порушенні обміну інформацією, системи взаємозв'язків, послаблювати єдність сім'ї, знижувати її здатність протистояти труднощам тощо [11, с. 214]

Проблема подружнього конфлікту досліджувалась С.В. Ковальовим. Вчений, спираючись на дані теоретико-експериментальних досліджень, стверджує, що істинні причини конфлікту важко виявити через певні психологічні моменти, а саме:

1. У будь-якому конфлікті раціональне начало послаблене високою інтенсивністю емоцій.
2. Істинні причини конфлікту можуть бути приховані і психологічно захищені у глибині підсвідомості і проявляються на поверхні лише у вигляді прийнятних формулювань.
3. Причини конфліктів можуть бути прихованими через взаємозв'язок різних галузей сімейного життя, коли порушення в одній сфері зумовлюють конфлікти в інших [17, с. 154].

Фахівець у галузі сімейного консультування Альошина Ю.Е. виділила такі групи приводів звертання в психологічну консультацію, які пов'язані з взаєминами між партнерами у молодій сім'ї:

1. Різного роду конфлікти, взаємне незадоволення, яке пов'язане з розподілом подружніх ролей і обов'язків.
2. Конфлікти, проблеми, зумовлені відмінностями у поглядах на сімейне життя і міжособистісні взаємини.
3. Сексуальні проблеми, взаємне невміння партнерів налагодити нормальні сексуальні стосунки.
4. Хвороба одного з партнерів, проблеми і труднощі, детерміновані необхідністю адаптації сім'ї до хвороби.
5. Проблеми влади і впливу в подружніх взаєминах.
6. Відсутність тепла у взаємостосунках партнерів, дефіцит близькості і довіри, проблеми спілкування [1, с. 96].

Ще одну цікаву точку зору на проблему джерел непорозумінь між подружжям висловлює В.А. Сисенко. На думку дослідника, причини всіх подружніх конфліктів можна згрупувати у три великі групи:

1. Конфлікти на основі несправедливого розподілу праці. Головним у розподілі сімейних обов'язків є саме їх узгодженість, внаслідок чого і традиційна, і егалітарна модель сім'ї можуть бути досить прийнятними для сімейного благополуччя, якщо вони задовольняють обох партнерів. Якщо ж члени сім'ї по-своєму розуміють свої ролі і пред'являють один одному неузгодженні очікування і вимоги, сім'я наперед є конфліктною.
2. Конфлікти на основі незадоволеності певних потреб. Кожен партнер хоче задовольнити власні потреби у шлюбі. Водночас, партнери досить часто не знають справжніх потреб один одного, тому не задовольняють їх.
3. Суперечки через недоліки у вихованні. Багато конфліктів в молодих сім'ях виникають через розбіжності у правилах сімейної поведінки, які партнери винесли з своїх батьківських сімей [42, с. 115].

У відповідності з дослідницькими фактами фахівців, гострота конфліктів, їх частота, сила емоційних вибухів, контроль за власною поведінкою, тактика і стратегія поведінки партнерів у різних конфліктних ситуаціях залежить також від індивідуальних особливостей, темпераменту і характеру. Певні недоліки чи дефекти характеру самі по собі можуть бути джерелами конфліктної ситуації у сім'ї. Так, у дослідженнях Т.М. Трапезнікової і М.А. Іванової було виявлено, що більш конфліктними є м'які, витончені, жіночні чоловіки. Серед жінок менш конфліктні ті, які відрізняються багатою уявою, творчим складом розуму.

Н.В. Грішина вказує на взаємозв'язок конфліктності з деякими особливостями особистості: нестриманістю, імпульсивністю. У дослідженнях А.П. Мусакіної було виявлено, що жінкам дружелюбним, комунікабельним краще і створити сім'ю, і зберегти її. Водночас ці жінки самі частіше бувають задоволені шлюбом. Крім того, чим більше жінка прагне добитися задоволення своїх інтересів, тим більше труднощів виникає при її спілкуванні з чоловіком і дітьми. Разом з тим, чим вищий рівень домінантності жінки, тим менше згоди між партнерами у конфліктних ситуаціях, які обумовлені порушенням рольових очікувань [2, с. 197].

Цікавим відгалуженням в аспекті проблеми подружніх конфліктів, на наш погляд, є дослідження відомого сучасного психолога Кратохвіла С. Він досліджував деякі психологічні риси особистості у зв'язку з тими проблемами, які можуть виникати у сім'ї. Комбінація особистісних особливостей є основою для конфліктів, які повторюються, роблячи їх ніби запрограмованими. У відповідності з цим, психокорекційна робота має бути спрямована на зміну поведінки клієнта, який сам звернувся у консультацію. На відміну від очікувань клієнта, аналіз його особистісних рис і рис партнера спрямований на досягнення розуміння того, що йому слід змінити в собі [21, с. 92].

Д. Кустар зазначає, що нездатність зійтися характерами – це одна з причин, яка найчастіше приводить до розлучення. За даними автора, цю обставину відзначають 44% чоловіків і 46% жінок. На початкових етапах формування сім'ї партнери часто не можуть реально оцінити позитивні і негативні якості партнера,

виявляється тенденція до переоцінки один одного. Вони бувають більш альтруїстичними й остерігаються висловлення крайніх негативних оцінок. Однак майже дві третини опитаних подружніх пар вже до вступу у шлюб знали про негативні якості майбутнього партнера, але, незважаючи на це, вони вирішили «перевиховати» партнера чи сподівалися, що за умов сімейного життя ці риси зникнуть [33, с. 506].

Особливу увагу дослідники звертають на те, що важливим соціально-психологічним чинником сімейних конфліктів є характер спілкування. Дослідження внутрішньосімейних стосунків показують, що можна виділити низку особливостей, які впливають на спілкування подружжя. Сімейні взаємини тим кращі, чим більше саморозкриття подружжя у спілкуванні; за наявності великої кількості спільних очікувань і установок; високого рівня невербальної комунікації; постійного підтвердження своєї подібності у сприйнятті подружніх ролей; наявності глибокого взаєморозуміння та ін. Відсутність подібної налагодженої системи міжособистісного спілкування у сім'ї призводить, як правило, до сімейних конфліктів.

З погляду багатьох психологів, різноманітні сімейні труднощі розглядаються як психотравмуючі чинники. У сім'ях, де непорозуміння між партнерами є частим явищем, створюється негативна психологічна атмосфера, яка підсилює руйнівну силу конфлікту [16, с. 143].

У ході опитування американських сімейних консультантів було виявлено таку ієрархію проблем подружніх пар, які зверталися за консультацією: труднощі комунікації, проблеми, пов'язані з дітьми і вихованням, сексуальні проблеми, фінансові труднощі, організація дозвілля, стосунки з батькам, подружня невірність, домашнє господарство. Беручи до уваги ці дані, а також результати власних досліджень, Ковальов С.В. стверджує, що у подружніх взаєминах дуже велику роль відіграє характер міжособистісних комунікацій, навичок і культури спілкування.

Досліджуючи проблеми молодих одружених жінок, Андрєєва Т.В. і Мусакіна А.П. виявили наступну послідовність різних типів проблем сімейного

характеру: взаємини з родичами, порушення рольових очікувань, прояв домінування одного з партнерів, розходження у ставленні до грошей, прояви ревностей, прояв прагнення до автономії, виховання дітей, неузгодженість норм поведінки. Підсумовуючи викладене, можна прослідкувати деяку культуральну специфіку: у пострадянських країнах проблеми стосунків з родичами, порушення рольових очікувань, прояв домінування одним з партнерів виявляються найбільш складними [2, с. 199].

О.С. Сермягіна, А.М. Еткінд, досліджуючи неврозогенну сім'ю, виявили, що для неї властивими є наступні особливості: виражена асиметрія взаємин між подружжям, низька самоповага обох партнерів, емоційне відкидання дружиною чоловіка при його залежності від дружини, переоцінка любові і недооцінка сексу, емоційна залежність обох партнерів від своїх матерів при порівняно низькій оцінці батьківської фігури [39, с. 85]. Подібні дані знаходимо у Альошиної Ю.Е. Так, авторка вказує на існування у багатьох молодих сім'ях надмірної залежності одного з партнерів від батьків, що часто стає причиною виникнення непорозумінь між партнерами. Для того, щоб подолати труднощі у стосунках з родичами, на думку авторки, слід удосконалити взаємини безпосередньо у парі [1, с. 138].

З огляду на наш дослідницький інтерес, стали в нагоді дослідження В.П. Левковича і О.Е. Зуськової. Психологи виділили три основні групи сімей залежно від рівня їх конфліктності:

- а) стабільні, які долають сімейні конфлікти;
- б) проблемні, які частково долають сімейні конфлікти;
- в) нестабільні, які не можуть подолати конфлікти.

Основною причиною виникнення сімейних конфліктів, на думку авторів, є розходження між уявленнями партнерів стосовно потреб одне одного, між уявленнями і очікуваннями одного стосовно іншого. У групі стабільних подружніх пар конфлікти відбуваються переважно у сфері розподілу ролей і, як правило, вирішуються конструктивно. Конфлікти у нестабільних сім'ях пов'язані

значною мірою з незадоволеною потребою у захисті «Я-концепції», а також з порушенням норм життя [2, с. 202].

Іншу точку зору знаходимо у В.А. Сисенка. Автор виділяє три категорії відносно неблагополучних сімей: конфліктні, кризові, проблемні. До перших належать такі, у яких між партнерами існують сфери, де їх інтереси, потреби, наміри постійно приходять у зіткнення, породжуючи негативні емоції. До кризових можна віднести ті сім'ї, де існує протистояння інтересів і потреб партнерів, які носять особливо різкий характер і захоплюють важливі сфери життєдіяльності сім'ї. Проблемні подружні союзи утворені людьми, перед якими виникали особливо важкі життєві ситуації, які можуть нанести важкий удар стабільності шлюбу.

Ще один цікавий підхід до проблеми подружніх конфліктів у молодій сім'ї знаходимо у Егіденса А.П., який виявив, що у процесі спільного життя партнери, як правило, стають більш терпимі одне до одного, погоджуються із незбігом поглядів з багатьох питань. Ці зміни, на думку автора, знижують конфліктність у сім'ї [2, с. 203].

Довірливе спілкування партнерів є запорукою успішних подружніх взаємин. З огляду на це, будь-який конфлікт означає, що партнери просто не можуть нормально домовитися з якогось приводу. Водночас, Альошина Ю.Е. стверджує, що скарги на труднощі спілкування досить рідко звучать у партнерів, які конфліктують. Для них основними проблемами є сварки, відсутність підтримки і допомоги, сексуальні проблеми тощо. Лише в процесі консультування у подружньої пари виникають і формулюються скарги, що безпосередньо пов'язані зі спілкуванням [1, с. 153].

Відомий фахівець у галузі сімейної психотерапії В. Сатір описує чотири типи ригідної, неаутентичної поведінки у спілкуванні, що, на її думку, потребує корекції у процесі надання психотерапевтичної допомоги:

1. Каральне спілкування: переважають нагадування, критика, відмова, звинувачення.

2. Підпорядковане спілкування: превалюють вираження згоди, вибачення і виправдання, прагнення до збереження спокою будь-якою ціною.

3. «Холодне» спілкування: раціональне, ділове, коректне спілкування, в якому відсутні емоційні прояви.

4. Безпредметне спілкування: увага відволікається від початкового предмету розмови, що робить неможливим вирішення проблеми.

Фахівці у галузі сімейного консультування і психотерапії, Альошина Ю.Е., Ейдемільер Е.Г., Юстіцкіс В.В., Шнейдер Л.Б., стверджують, що у випадку хронічних конфліктів бажаною є допомога сімейного консультанта чи психотерапевта. З огляду на це, сімейними консультантами-психологами розроблені тактики відновлення конструктивного подружнього з'ясування взаємин, які будуються на незвинувачульному спілкуванні. Частина цих технік розрахована на роботу у присутності психолога, інші можуть бути запропоновані на домашнє завдання [2, с. 204].

Для нашого дослідження становить інтерес «5-крокова модель роботи з клієнтом», розроблена Н. Пезешкіаном у межах позитивної психотерапії, яка дозволяє вирішувати подружні конфлікти у молодій сім'ї. Вона передбачає проходження наступних п'яти стадій:

1. На стадії спостереження і дистанціювання подружжя дистанціюється від проблеми, займає позицію спостерігача. Основою цієї стадії є позитивне тлумачення, нетрадиційна інтерпретація конфлікту, яка ініціює альтернативні можливості вирішення і дозволяє сім'ї відчувати себе «позитивно».

2. Стадія інвентаризації допомагає подружжю побачити, де беруть початок їхні життєві установки. Партнери визначають, яких способів, правил взаємодії у конфлікті вони дотримуються, бачать відносність власних оцінок.

3. На стадії ситуативного підбадьорювання відбувається з'ясування того, що об'єднує учасників конфлікту, які наявні у подружжя позитивні якості могли б створити можливість для менш конфліктних взаємин. Цей етап сприяє відновленню конструктивних стосунків у парі.

4. Стадія вербалізації. Її мета – конкретне і конструктивне обговорення проблеми партнерами в атмосфері розуміння.

5. Стадія розширення цілей допомагає подружжю усвідомити, що у них є інші можливості взаємодії, крім конфліктних галузей [14, с. 28].

Підсумовуючи викладене, можна дійти висновку, що у психології під конфліктом розуміється зіткнення протилежно спрямованих інтересів, цілей, позицій, думок, поглядів суб'єктів взаємодії чи опонентів. Сутністю подружнього конфлікту є зіткнення суперечливих позицій членів сім'ї. Аналіз літератури засвідчує, що існують різні підходи до визначення причин подружніх конфліктів. Гострота конфліктів, їх частота, сила емоційних вибухів, контроль за власною поведінкою, тактика і стратегія поведінки партнерів у різних конфліктних ситуаціях залежить також від індивідуальних особистісних особливостей, темпераменту і характеру подружжя.

Основою сімейних конфліктів, на думку фахівців, є розходження між уявленнями партнерів стосовно потреб одне одного, між уявленнями і очікуваннями одного стосовно іншого. Важливим соціально-психологічним чинником подружніх конфліктів є характер спілкування. Дослідження внутрісімейних стосунків показують, що можна виділити низку особливостей, які впливають на спілкування подружжя. Сімейні взаємини тим кращі, чим більше саморозкриття подружжя у спілкуванні, за наявності великої кількості спільних очікувань і установок, глибокого взаєморозуміння, високого рівня невербальної комунікації, постійного підтвердження своєї подібності у сприйнятті подружніх ролей та ін. Відсутність подібної налагодженої системи міжособистісного спілкування у сім'ї призводить до сімейних конфліктів.

1.3 Консультативна допомога сім'ї

Сімейне консультування є різновидом сімейної психотерапії, який має свої особливості, межі і об'єм інтервенцій. Воно ставить за мету спільне з консультантом вивчення запиту (проблеми) члена (членів) сім'ї для зміни

рольової взаємодії у ній та забезпечення можливостей особистісного росту. Принципова відмінність сімейного консультування від психотерапії полягає у відмові від концепції хвороби, в акценті на аналізі ситуації, аспектів рольової взаємодії у сім'ї, у пошуку особистісного ресурсу суб'єктів консультування й обговоренні способів вирішення ситуації [35, с. 557].

У процесі сімейного консультування і психотерапії відбувається модифікація взаємин між членами сім'ї як системи за допомогою психотерапевтичних та психокорекційних методів і з метою подолання негативної психологічної симптоматики та підвищення функціональності сімейної системи. При цьому психологічні симптоми і проблеми розглядаються як результат неоптимальної, дисфункціональної взаємодії членів сім'ї. Сімейна терапія здебільшого реалізує інтерперсональний підхід до вирішення проблем. Завдання полягає у тому, щоб змінити за допомогою відповідних інтервенцій сімейну систему загалом. Шнейдер Л.Б. зазначає, що ціль консультативної роботи – прагнути до виявлення індивідуальних причин сімейних дисгармоній і сприяти подоланню цих причин у конкретних випадках [5, с. 494].

Загалом, аналіз зарубіжних і вітчизняних теоретичних і конкретно-експериментальних робіт показує, що в основі психотерапевтичної моделі консультативної психологічної допомоги сім'ї лежать декілька передумов науково-методичного і соціально-практичного характеру.

1. Індивідуальний підхід. Об'єктом аналізу і впливу у межах консультативної психологічної допомоги завжди виступає конкретна сім'я з властивими лише їй особливостями розвитку, реагуванням на життєві ситуації, способами вирішення конфліктів тощо.

2. Використання методів психологічного впливу. Психолог-консультант апелює до розуму, емоцій, потреб, мотивів клієнта, при цьому використовуючи різні техніки, які активізують ресурси останнього.

3. Використання потреби у допомозі. Психотерапевтична модель допомоги передбачає роботу з сім'ями і членами сімей, які відчують труднощі у

сімейному спілкуванні, тобто мотивовані на отримання психологічної допомоги і добровільно звертаються у консультацію.

4. Професійний характер допомоги. Психологічна допомога будується на основі професійної підготовки у галузі індивідуального і сімейного консультування, індивідуальної чи групової психотерапії, а також інших галузей психології [38, с. 15].

У межах сімейної психотерапії існують різні підходи до надання психологічної допомоги сім'ї. Зупинимось на аналізі найбільш поширених напрямків консультативної психологічної допомоги сім'ї.

1. Психодинамічна модель консультування сім'ї

Професійне психоаналітичне консультування сім'ї – це терапія індивіда, яка завдяки з'ясуванню і корекції досвіду стосунків з батьками допомагає стати йому більш зрілим і разом з тим сприяє подоланню труднощів у його власній сім'ї. Така допомога більше акцентована на особистості, а не на сім'ї [28, с. 17].

Усіма цими властивостями володіє теоретична концепція психологічного консультування сім'ї М. Боуена, основними положеннями якої є:

1. Сім'я – це невелика група людей, які живуть у спільному будинку.
2. Сім'я – це емоційна система, до якої належать всі члени сім'ї. Ця емоційна система представляє собою трансгенераційний феномен, який включає представників усіх попередніх поколінь.

3. Емоційна система сім'ї впливає на дітей, формує їх особистості. Автор виділяє два типи особистості, які формуються під впливом емоційної системи сім'ї: відокремлена, незалежна і залежна, «сплавлена» з сім'єю [6, с. 81].

Важливо зауважити, що положення про диференціацію Я – центральне у боунівській теорії сімейних систем. На думку М. Боуена, процес диференціації особистості збігається з процесом її становлення. Особистість, яка здатна до диференціації, має сильне, цілісне внутрішнє «Я». На противагу їй, особистість, яка нездатна до диференціації, є більш залежною, керується переважно емоціями, а не здоровим глуздом. Проблеми, які виникають у сім'ї, великою мірою залежать від того, до якого типу особистості належить людина. Якщо індивід не володіє

здатністю диференціюватися і зустрічає подібного собі, то результатом їхнього шлюбу може бути хибне емоційне відокремлення від батьківських сімей і непродуктивна передача емоційних процесів, які мали місце у попередніх поколіннях, у майбутнє [3, с. 157].

Як правило, родинні зв'язки дуже сильні, вони визначають емоційну систему сім'ї, в якій кожен член займає певну позицію. З'ясування цих позицій у процесі психологічного консультування виявляється досить корисним, оскільки дає можливість психологу прогнозувати модель стосунків, передбачити роль дитини в емоційній системі.

Зауважимо, що стратегія психологічного консультування сім'ї, яка базується на теорії М. Боуена, будується на основі спостережень за емоційними процесами, які проявляються у сім'ї. Під спостереженнями слід розуміти повідомлення інформації психологу, щирі розповіді про себе, а цілеспрямована допомога полягає у рекомендаціях психолога. При цьому консультант має бути об'єктивним спеціалістом, який спонукає членів сім'ї до більш глибокого осмислення їх взаємин і створює умови для розв'язання сімейних проблем. Під час спостереження психолог поводить себе як незалежна, диференційована особистість, виступає у ролі інструктора, а основний контекст його роботи полягає в орієнтуванні на інтелектуальні процеси, пояснення сім'ї механізмів передачі емоційних проблем з покоління в покоління. Саме такий підхід сприяє стабілізації подружніх взаємин і сприяє виникненню диференціації [28, с. 22].

Резюмуючи сказане, можна стверджувати, що здійснити таке спостереження може лише кваліфікований спеціаліст, який сам повинен бути особистістю, здатною до диференціації. Тобто основне значення у процесі консультування має особистість психолога, а не спеціальні методи чи техніки.

2. Структурна модель роботи з сім'єю

Представники даної моделі, Б. Монталву, Б. Розман, Г. Апонте, М. Вальтерс, С. Грінштейн, намагаються аналізувати структуру сім'ї. Зокрема, С. Мінухін стверджує, що структурна модель сім'ї дає психологу конкретну

концептуальну «карту», яка пояснює, що відбувається у сім'ї і пропонує власні стратегії організації процесу сімейної психотерапії.

Основними поняттями структурної моделі є: структура сім'ї, субсистеми сім'ї, межі структури. Для того, щоб сім'я могла функціонувати, вона створює власну структуру, у якій можливо передбачити певну поведінку – способи взаємодії між членами сім'ї, що час від часу повторюються, а також способи регуляції сімейних взаємин. Відповідно, у структуру сім'ї входять набори усвідомлених і неусвідомлених правил, які визначають взаємодію всередині неї.

Прихильники даного підходу виділяють наступні субсистеми сім'ї: подружньої пари, батьків, дітей. Субсистема пари утворюється у момент реєстрації шлюбу. Одночасно починається і процес пристосування, коли відкидаються або приймаються ролі, які подружжя буде виконувати у процесі взаємодії один з одним. Головним критерієм успішного пристосування вважається ступінь незалежності від батьків. Основне завдання пари – відшукати прийнятну для неї компліментарність ролей. Вдалий вибір ролей передбачає узгоджену взаємодію і безболісне пристосування подружжя один до одного.

Субсистема батьків з'являється внаслідок трансформації подружньої пари після народження дитини. Досвід, який був набутий у субсистемі пари, не зникає, а є однією з основних умов функціонування субсистеми батьків. Основне призначення субсистеми дітей, за висловом С. Мінухіна, надати дитині можливість «бути лише дитиною» [11, с. 176].

Необхідно також зауважити, що взаємини між субсистемами і всередині них регулюються за допомогою поняття «межі». У сім'ї можуть існувати такі межі:

1. Чіткі – найбільш бажаний варіант, оскільки вони забезпечують необхідний ступінь підтримки і автономії, тому можлива рівновага між свободою і контролем.

2. Ригідні межі ізолюють членів сім'ї один від одного і навіть від суспільства. У сім'ї з ригідними межами її членам вдається зберігати автономію, але їй важко функціонувати, оскільки не відбувається узгодження і пристосування.

3. Дифузні межі за своєю суттю протилежні ригідним. У таких сім'ях кожен турбується про іншого, постійно пропонує і надає допомогу. За таких умов, коли забагато узгодження і пристосування, незрозумілими залишаються функції субсистем.

З точки зору структурного підходу, ідеальна сім'я наділена такими характеристиками:

1. Не обов'язково, щоб сім'я мала традиційну структуру, основне – сформованість відповідних субсистем і створення меж.

2. У субсистемі пари в ідеальній сім'ї кожний пристосовується, турбується і підтримує унікальність іншого.

3. Досвід незалежності і відповідальності повинен бути у кожного члена подружжя, а набувається він у батьківській сім'ї.

4. Автономія подружньої пари від родини.

5. Почуття захищеності у дітей.

6. Здатність дітей експериментувати з незалежністю і брати на себе ступінь відповідальності, відповідний їх віку.

7. Здатність сім'ї швидко і адекватно реагувати на життєві труднощі.

8. Чітка визначеність меж всередині сім'ї, завдяки чому у дітей успішно розвиваються навички конструктивного спілкування і взаємодії з дорослими членами сім'ї, а також в інших соціальних групах.

Таким чином, успіх сімейного життя полягає у здатності змінюватися, вдосконалюватися, перебудовувати структуру сім'ї в залежності від нових обставин і ступеня зрілості членів сім'ї.

З огляду на сказане, основні завдання структурної психологічної допомоги сім'ї полягають у наступному:

1. Створення ефективної ієрархічної структури, у якій батьки є авторитетом для дітей.

2. Створення ефективної батьківської коаліції, у якій батьки підтримують один одного при висуванні вимог до дітей.

3. Розширення субсистеми дітей у субсистему однолітків, спонукання до спілкування поза сім'єю.

4. Створення домірних до віку дітей умов для експериментів з автономією та незалежністю.

5. Відокремлення субсистеми пари від субсистеми батьків [28, с. 55–56].

Важливо зазначити, що у межах даного підходу психологічне консультування сім'ї є процесом чітко структурованим і передбачає три фази:

1. Знайомство з сім'єю. Психолог включається у сім'ю і займає у ній позицію лідера, при цьому зберігаючи автономію від сім'ї, не нав'язуючи власних цінностей, не оцінюючи.

2. Вивчення структури сім'ї, що здійснюється двома способами: через взаємодію її членів у процесі зустрічі з психологом і під час безпосереднього обговорення сімейних «законів», рольових меж.

3. Трансформація структури сім'ї. Вона може здійснюватися кількома способами. За умови успішного включення психолога в сім'ю, останній може продемонструвати чіткі межі, більш ефективну структуру і запропонувати перейняти такий стиль спілкування. Інший варіант: психолог з'ясовує, який зв'язок існує між оцінками, висловленими кожним її членом, інтерпретує на цій основі особливості структури даної сім'ї і рекомендує змінити її, удосконалити. При цьому консультант не критикує попередній досвід сім'ї, а заохочує спробувати нові способи взаємодії [11, с. 179].

Підсумовуючи викладене, можна дійти висновку, що вибираючи такий шлях роботи з сім'єю, психолог повинен бути переконаним, що сім'я здатна змінитися. Тому, як і в попередньому підході, для консультанта не стільки важливим виявляється володіння конкретними техніками і методами роботи, скільки впевненість у можливості росту сім'ї.

3. Поведінкова модель консультування сім'ї

Автори, які працюють у руслі даної парадигми, прагнуть, щоб способи впливу на сім'ю чітко визначались і повторювались. При чому важливим вони вважають не характер взаємодії між психологом і клієнтом, не особистість

консультанта, а ті способи впливу, які обирає останній. Ефективність такого впливу оцінюється досить просто. Вважається, що кожна особистість має своєрідну систему схвалення і покарання. Завдання психолога – знайти ключ до неї і відповідним чином впливати на поведінку.

Заслуговує на увагу те, що надаючи консультативну допомогу сім'ї, психолог прагне передусім чітко визначити проблему через ґрунтовний аналіз поведінки. Для цього використовується метод спостереження, фіксація частоти проявів тієї чи іншої поведінки. При цьому всі автори зауважують, що спостереження можна здійснювати повторно, і це ніяким чином не вплине на об'єктивність результатів.

Конкретними напрямками консультативної допомоги у межах біхевіорального підходу є:

1. Тренінг батьківських здібностей. Автори даного тренінгу, С. Гордон і Н. Давідсон, стверджують, що основне завдання консультанта – точно визначити проблему і спосіб її подолання. Психолог виконує в основному просвітницькі функції. Його обов'язок – озброїти батьків способами впливу на поведінку дитини. У консультуванні з питань виховання дітей прибічники даної моделі прагнуть допомогти дитині, але об'єктом консультативних впливів є її батьки та їх поведінкові реакції.

2. Корекція спілкування подружжя.

На думку Р. Стюарта, можна виділити вісім етапів у процесі розв'язання сімейних проблем:

- а) оцінка шлюбу (за допомогою питальників, інтерв'ю);
- б) укладання контракту про психологічну допомогу (вказуються обов'язки подружжя, їх права, планується кількість зустрічей);
- в) обговорення прав і обов'язків психолога;
- г) укладання шлюбного контракту подружжям, у якому вказуються взаємні очікування;
- д) комунікативний етап, який передбачає розвиток здатності щиро і конструктивно спілкуватися;

е) складання нового контракту, оскільки попередній не задовольняє подружжя;

є) контроль за виконанням контракту;

ж) підведення підсумків, аналіз змін, яких вдалось досягнути [28, с. 30–37].

Підсумовуючи викладене, можна дійти висновку, що біхевіоральна модель консультування сім'ї дає можливість об'єктивно фіксувати зміни поведінки партнерів, однак вона не розглядає такі важливі особливості сімейних відносин, як любов, піклування.

4. Модель комунікативного консультування сім'ї

Один з авторів даної моделі П. Ватславік, вважає, що метою психотерапії є зміна способу розв'язання проблеми через зміну судження про неї. Важливо зауважити, що нове судження пропонують самі клієнти. Вони повинні його прийняти і на цій основі створити нову взаємну комунікацію з новими правилами, що є досить складним завданням. Складність полягає ще й у тому, що сімейні комунікації здебільшого погано усвідомлюються.

На думку П. Ватславіка, дисфункціональна сім'я прагне уникнути змін, які є необхідними у силу зміни певних обставин. Комунікація у сім'ї слабка, неефективна, часто неконгруентна. З огляду на це, метою психологічного консультування у даній моделі є зміна комунікативного стилю у дисфункціональній сім'ї, наближення його до комунікативного стилю здорової сім'ї, що сприятиме конструктивному вирішенню проблем. На шляху до досягнення даної мети необхідно пройти чотири ступені:

1. Описати проблему сім'ї однозначними і зрозумілими термінами.
2. Здійснити аналіз способів розв'язання проблем, які сім'я уже застосовувала для розв'язання проблеми.
3. Чітко і конкретно визначити зміни, які необхідні сім'ї.
4. Випробувати нові комунікативні форми.

Автор стверджує, що допомагаючи сім'ї досягнути поставлених цілей, психолог бере на себе роль учителя і демонстратора різноманітних форм комунікації. Під час зустрічей з сім'єю він прагне зробити предметом обговорення

неусвідомлені комунікативні повідомлення. Задля цього консультант використовує парадоксальні техніки, нелогічні зміни вербальних повідомлень, техніку прояснення, демонструє зразки подвійних повідомлень, аналогічні тим, які використовує сім'я, з подальшим їх аналізом [28, с. 67–69].

Ще одну модель комунікативної допомоги сім'ї пропонує В. Сатір, яка вважає, що основне завдання психолога – допомогти сім'ї відмовитися від невдалих комунікацій і сприяти членам сім'ї у вдосконаленні їх як особистостей. Беручи до уваги сказане, у системі психологічного консультування сім'ї В. Сатір виділяє 5 етапів:

1. Етап виявлення причини звернення у психологічну консультацію та типу комунікації у сім'ї.

2. Етап з'ясування необхідності участі психолога у сімейній взаємодії. При цьому сім'я повинна потурбуватися про те, щоб не потрапити у цілковиту залежність від консультанта.

3. Етап незрозумілих комунікацій і суперечливої поведінки. В основному на цьому етапі виражаються емоції, розкриваються потреби, посилюється прагнення до особистісного зростання.

4. Етап практичних дій. Його основна мета – набуття нового досвіду у застосуванні навичок спілкування через практичні заняття, вправляння.

5. Етап нової сімейної ситуації. На цьому етапі можна приступати до нового циклу психологічного консультування [37, с. 163]

Орієнтація на зміну сімейної комунікації передбачає певні методи роботи з сім'єю. Насамперед, психолог повинен встановити контакт з кожним членом сім'ї. Більше уваги приділяється тому, що відбувається у ситуації «тут і тепер». Такі методи як рольова гра, арттерапія сприяють виникненню спонтанної поведінки членів сім'ї, і це великою мірою впливає на створення атмосфери довіри і захищеності. Під час зустрічі з сім'єю психолог демонструє збалансовану, гармонійну комунікацію, а також розкриває перед членами сім'ї суперечливість тієї комунікації, яка притаманна для їхньої сімейної структури.

Резюмуючи сказане, можна стверджувати, що дана модель консультування передбачає навчання, критерієм ефективності якого є підвищення рівня відкритості сім'ї. Для психолога важливо бути проникливим і мати досвід, а формалізовані процедури – речі другорядні.

5. Модель психологічного консультування сім'ї, яка базується на досвіді

Важливо наголосити, що суть цієї моделі полягає у передачі нового досвіду, який допомагає членам сім'ї стати більш гармонійними, інтегрованими особистостями. Особистісні зміни, у свою чергу, мають змінити стосунки у сім'ї. Новий досвід набувається у процесі психологічного консультування. Другорядним у цій моделі вважається усунення симптомів, адаптація на роботі або у сім'ї, а першочергове значення надається інтеграції особистості [11, с. 245].

Один із перших авторів даної моделі, В. Кемплер, великого значення надавав здатності узагальнювати на теоретичному рівні власний досвід. Це, на його думку, дає можливість передати досвід наступним поколінням. Основними поняттями теорії В. Кемплера є:

1. Поняття психологічної реальності – унікальної комбінації набутого «тут і тепер» знання. Психологічна реальність і сприйняття людиною самої себе часто не збігаються. Основне завдання психолога – зрозуміти відмінності індивідуального сприймання і допомогти це зрозуміти іншим членам сім'ї. Завдання особистості полягає у тому, щоб інтегруватися в сім'ю, тобто прийняти всіх членів.

2. Поняття зустрічі. Мета психологічного консультування сім'ї – це допомогти їй пережити більш успішні зустрічі у міжособистісному та особистісному аспектах [28, с. 41].

Беручи до уваги сказане, варто відзначити, що роль психолога є складною та важливою, оскільки він навчає нового досвіду. Консультант часто виступає у ролі каталізатора, який заохочує до більш відкритої і цілеспрямованої конфронтації, виступає з пропозиціями стосовно альтернатив, дає поради. Цей підхід висуває ряд вимог до його особистості. Психолог повинен бути прикладом для клієнта, задаючи зразок відповідальності за свою поведінку та емоції, зразок

спонтанності. Саме це допомагає налагодити особистісний зв'язок з клієнтом і досягнути ефекту у консультативній роботі.

6. Модель трансакційного психологічного консультування сім'ї

У даній моделі перевагу надають групам або парам, уникаючи індивідуальних консультацій з питань сім'ї. В основі такого підходу лежить переконання, що у сім'ї постійно проявляється певна доза патології, яка розподілена між партнерами. Якщо один з них отримує психологічну допомогу, то проблеми іншого можуть загостритися.

Варто відзначити, що при консультуванні сім'ї у даній моделі з'ясовують структуру шлюбу. Вона може бути описана у трьох аспектах:

1. Через формальний контракт, який склали двоє Дорослих;
2. Через контракт про спілкування, який підготовлений під час дошлюбного знайомства, коли один з партнерів займав позицію Дорослого чи Батька, а інший – позицію Дитини;
3. Через таємний контракт, який укладений між двома «дітьми». Кожен з цих контрактів може бути порушений.

Зважаючи на те, що завдання психологічного консультування сім'ї залежить від структури початкового шлюбного контракту, Е. Берн зазначає, що необхідно спробувати зберегти формальний контракт і гарантувати кожному партнеру максимум переваг, які можливі при компромісі у межах контракту про спілкування. У цій системі психологічного консультування сім'ї не ставиться за мету повне вирішення конфліктів. Вважається, що достатньо досягнути нового розуміння їх причин та способу вирішення.

Ще один представник даної моделі, Т. Харріс, вважає, що аналіз взаємин був би корисним до шлюбу. Однак закоханість заважає раціонально планувати майбутнє сім'ї. Тому в проблемному шлюбі єдиним виходом стає створення нової структури взаємин, а для цього необхідно проаналізувати існуючий шлюбний контракт. За допомогою психолога партнери аналізують власні контракти, що позитивно впливає на сім'ю [28, с. 63–65].

7. Стратегічна модель психологічного консультування сім'ї

У цій моделі допомога спрямована не на індивіда, не на внутрішні його проблеми, а на зміну способів взаємодії. У зв'язку з цим потрібно створити для сім'ї можливість вибрати і вивчити альтернативи змін, відчувати себе вільною. Важливо наголосити, що шлях до цього – нове формулювання проблем, коли змінюється значення, які приписуються певній поведінці. При зміні значень змінюється і поведінка, а спільна зміна значень і поведінки приводить до зміни сімейних взаємин. Для зміни значень психолог пропонує сім'ї змінити її ритуали, тобто характерні для неї паттерни поведінки.

На думку Дж. Галлея, психологу потрібно правильно зрозуміти проблему сім'ї і поведінку її членів. При цьому мета сім'ї (перебороти симптом) і цілі психолога (зруйнувати модель сімейної комунікації) можуть не збігатися. Автор виділяє такі етапи роботи з сім'єю під час зустрічі:

1. Ангажування, коли у систему психологічного впливу залучаються всі члени сім'ї, які беруть участь у зустрічі. На цій стадії психолог допомагає їм розслабитися, турбується про кожного, підкреслюючи його значущість.

2. Визначення проблеми. Психолог представляє себе, пояснює свою роботу і вислуховує, як кожен розуміє проблему сім'ї

3. Взаємодія. На цій стадії члени сім'ї вже обговорюють проблему між собою, а психолог пасивно спостерігає і водночас впливає на дискусію.

4. Повідомлення очікувань кожного члена сім'ї.

5. Складання плану наступних зустрічей і повідомлення директив сім'ї [11, с. 248–249].

Резюмуючи сказане, можна стверджувати, що у процесі сімейного консультування і психотерапії відбувається модифікація взаємин між членами сім'ї як системи за допомогою психотерапевтичних та психокорекційних методів з метою подолання негативної психологічної симптоматики, підвищення функціональності сімейної системи. При цьому фахівцями психологічні симптоми і проблеми розглядаються як результат неоптимальної, дисфункціональної взаємодії членів сім'ї. У межах сімейної психотерапії існують різні підходи до надання психологічної допомоги сім'ї.

Психодинамічна модель консультування сім'ї спрямована на терапію індивіда, яка, завдяки з'ясуванню і корекції досвіду стосунків з батьками, допомагає стати йому більш зрілим і разом з тим сприяє подоланню труднощів у його власній сім'ї. Така допомога більше акцентована на особистості, а не на сім'ї.

Представники структурної моделі роботи з сім'єю, Б. Монталву, Б. Розман, Г. Апонте, М. Вальтерс, С. Грінштейн, С. Мінухін намагаються аналізувати структуру сім'ї, субсистеми сім'ї, межі структури. У межах даного підходу психологічне консультування сім'ї орієнтоване на трансформацію структури сім'ї.

Надаючи консультативну допомогу у руслі поведінкової парадигми сім'ї, психолог прагне передусім чітко визначити проблему через ґрунтовний аналіз поведінки партнерів. Корекція подружніх взаємин здійснюється за допомогою спеціальних способів впливу, які чітко визначаються і повторюються.

Один з авторів комунікативної моделі консультування сім'ї, П. Ватславік, вважає, що метою психотерапії є зміна способу розв'язання проблеми через зміну судження про неї. Основне завдання психолога – допомогти сім'ї відмовитися від невдалих комунікацій і сприяти членам сім'ї у вдосконаленні їх як особистостей.

Суть моделі психологічного консультування сім'ї, яка базується на досвіді, полягає у передачі нового досвіду, який допомагає членам сім'ї стати більш гармонійними, інтегрованими особистостями. Особистісні зміни, у свою чергу, мають змінити стосунки у сім'ї.

Модель трансакційного психологічного консультування сім'ї спрямована на аналіз структури початкового шлюбного контракту. У цій системі психологічного консультування сім'ї не ставиться за мету повне вирішення конфліктів. Вважається, що достатньо досягнути нового розуміння їх причин і способу вирішення.

У стратегічній моделі психологічного консультування сім'ї допомога спрямована на зміну способів взаємодії партнерів. У зв'язку з цим створюється для сім'ї можливість вибрати альтернативи змін, що здійснюється шляхом нового формулювання проблем, коли змінюється значення, які приписуються певній

поведінці. При зміні значень змінюється і поведінка, а спільна зміна значень і поведінки приводить до зміни сімейних взаємин.

Висновки до першого розділу

Підсумовуючи викладене, можна дійти висновку, що кожна з вище перерахованих моделей психологічного консультування сім'ї розглядає різні аспекти функціонування сім'ї, формування подружніх взаємин і пропонує власні конкретні методи надання допомоги сім'ї.

1. Початковий період розвитку сім'ї є важливим для її подальшого успішного функціонування.

2. Подружній конфлікт – це зіткнення суперечливих позицій членів сім'ї.

3. У випадку значних сімейних труднощів необхідною є допомога сімейного консультанта чи психотерапевта.

4. У межах сімейного консультування і психотерапії існують різні підходи до надання психологічної допомоги сім'ї.

РОЗДІЛ 2. Особливості психологічної роботи з подружніми конфліктами у молодих сім'ях здобувачів вищої освіти

2.1 Сімейне консультування як методологічна основа дослідження.

Одна із гострих проблем сімейного консультування – отримання повної, об'єктивної, достатньої інформації про ситуацію у сім'ї клієнта. Від цієї інформації залежить точність постановки діагнозу, вибір методів і напрямку корекційної роботи і ефективність допомоги. А.Н. Волкова, Т.М. Трапезнікова вважають, що збір інформації передбачає наявність у консультанта певної моделі сім'ї і шлюбу, можливих джерел їх дестабілізації. Однак теорія сім'ї і шлюбу є ще далекою до завершеності. Це породжує значні розходження у методах і характері інформації, яка збирається, її інтерпретації і використанні [8, с. 110].

Психологічна діагностика – це наука і практика постановки психологічного діагнозу, тобто виявлення наявності і ступеня вираження у людини певних психологічних якостей [5, с. 427].

Психодіагностика у сімейному консультуванні існує у двох основних формах:

1. Психодіагностика, яка дозволяє здійснити аналіз взаємин у сім'ї і реалізовується за допомогою бесіди, питальників, проєктивних методів.

2. Психодіагностика, яка реалізовується під час корекційного впливу, тобто у процесі консультування, психотерапії, психокорекції. Реакція клієнта на психолога чи на інших клієнтів, поведінка в процесі психотерапії – все це стає важливим психодіагностичним матеріалом, на основі якого визначається тактика консультування [38, с. 38].

Аналіз літератури з даної проблематики дає підстави стверджувати, що різні теоретичні підходи до психотерапії та консультування сім'ї в основному однаково оцінюють крайні варіанти сімейних взаємин, але акцентують увагу на різних особливостях життєдіяльності сім'ї і помітно розходяться у розумінні завдань та способів психодіагностики сім'ї. Такий стан психодіагностики сім'ї не

задовольняє практику консультування сім'ї, ускладнює об'єктивну оцінку його результативності, а також перешкоджає удосконаленню і розвитку теорії. Тому фахівці роблять спроби побудувати діагностичні схеми, які б поєднували методики діагностики, що спираються на принципи різних теоретичних підходів [27, с. 231].

Навайтіс Г. зазначає, що спроби еkleктично поєднати елементи психодіагностики сім'ї навряд чи можуть достатньо відповідати задачі її пізнання, так як невирішеним залишається питання про більш загальні парадигми діагностики, про теоретичні і методологічні передумови, на які має спиратися дослідження. Автор виділяє такі парадигми психодіагностики сім'ї.

1. Теоретико-практичні парадигми. У літературі, присвяченій сімейній психотерапії, виділяються моделі сім'ї, які є узагальненням досвіду консультування. Зазвичай, таким способом описуються моделі сім'ї, в яких фіксується лише якийсь один аспект сімейних стосунків, а більшість сімей відноситься до середнього типу.

2. Парадигми послідовності-повторюваності. Оцінювання сімейних взаємин відбувається шляхом встановлення взаємозв'язків у середині сім'ї, у тому числі і причинної зумовленості.

3. Структурно-процесуальні парадигми. Дослідження структури сім'ї здійснюється для того, щоб віднести її до певної моделі сімейних взаємин.

4. Сімейно-індивідуальні парадигми. Моделі сімейної психодіагностики можуть з'ясовувати зв'язки, стосунки між членами сім'ї чи умови їх перебування у сім'ї, вплив сім'ї на особистісний розвиток.

5. Парадигми минулого – теперішнього – майбутнього. Кожна сім'я має свої етапи розвитку і об'єднання її членів. Тому у психодіагностиці сімейних взаємин часові парадигми набувають особливого значення.

6. Конкретно-метафоричні парадигми. Факти сімейного життя, зазвичай, оцінюються вербально. Особливості отриманої від сім'ї інформації впливають на логіку виділення сімейних моделей. Метафорична оцінка сім'ї дозволяє розкритися почуттям, які слабо усвідомлюються.

7. Якісно-кількісні парадигми. При описі соціальних об'єктів нерідко виникає дихотомія якісних і кількісних оцінок, тобто у конкретних дослідженнях сім'ї можна побачити переважання однієї чи іншої парадигми.

8. Зовнішньо-внутрішні парадигми. Обговорюючи питання пізнання сім'ї, дослідники мають на увазі внутрішні критерії, які відображають установки і самопочуття її членів, а також зовнішні оцінки, які відображають висновки сімейного психотерапевта.

9. Суб'єктивно-об'єктивні парадигми. Основним способом отримання суб'єктивних даних про сім'ю є самоспостереження членів сім'ї. Об'єктивні дані – це однозначні факти сімейного життя, хронології її розвитку, фіксовані результати спостереження за сімейними взаєминами [27, с. 236].

Важливо наголосити, що більшість сімейних консультантів оцінюють функціонування сім'ї, не використовуючи стандартну форму і тестування, а лише базуючись на даних клінічного інтерв'ю. У першому інтерв'ю терапевт виявляє моделі взаємодій всередині сім'ї [48, с. 180].

На думку Сміхова В.А., психологічне значення способів спілкування у конфліктних ситуаціях повноцінно розкривається лише у межах клінічного аналізу сімейних взаємин і глибинних психологічних особливостей учасників суперечок. Наявність у конфліктному спілкуванні та його причинах неусвідомлюваних компонентів значно ускладнює становище партнерів і роботу психолога-консультанта. Для досягнення корекційного ефекту психолог має володіти не лише спеціальними способами розуміння, але й особливими прийомами донесення до клієнтів психологічної суті конфлікту, шляхів виходу з нього [43, с. 83].

Особливу увагу дослідники звертають на те, що психодіагностику у сімейному консультуванні здійснювати нелегко через низку причин. До них, насамперед, відносять наступні:

1. Відсутність єдиного підходу до діагностики сімейних стосунків. Кожна теоретична модель консультування пропонує своє розуміння діагностики і власні техніки діагностування.

2. Досвід психолога і клієнтів, їх цінності, розуміння смислу сімейного життя великою мірою визначають оцінку сімейних взаємин. Професійний психолог повинен усвідомлювати ці обставини і критично розглядати свої висновки.

3. Діагностиці сімейних взаємин заважають різні пояснення їх динаміки партнерами.

На думку вчених, супротив сім'ї дійсному пізнанню взаємин у ній може бути обумовлений також змінами психологічного клімату сім'ї: у кожній сім'ї можливі періоди більшої емоційної близькості і деякого віддалення, які змінюють один одного. У психологічну консультацію конфліктні сім'ї найчастіше звертаються у період умовної стабільності. Внаслідок цього, точно діагностувати емоційний фон сімейних взаємин, зазвичай, вдається після тривалого спостереження. Згадані обставини дозволяють стверджувати, що діагностика сімейних взаємин продовжується стільки, скільки триває консультування сім'ї [28, с. 89–90].

Ще одну цікаву точку зору на діагностичні проблеми отримання інформації про сім'ю знаходимо у Ейдемільера Е.Г., Юстіцкіса В., які виділяють наступні проблеми:

а) проблема інтимності: у відповідності з моральними і естетичними нормами деякі галузі життя сім'ї приховані пеленою інтимності і тому важкодоступні для чужих людей;

б) проблема повноти інформації: багато подій сімейного життя протікають швидко, не затримуючи на собі уваги;

в) проблема розкиданості даних: багато явищ, які представляють інтерес для сімейного психотерапевта, існують у різних сферах життєдіяльності сім'ї і проявляються лише в окремі моменти її життя.

З огляду на це, для вирішення вище зазначених проблем психотерапевт використовує певні методи і прийоми роботи. Розмовляючи з членами сім'ї і спостерігаючи за ними, він намагається створити всі умови для того, щоб дати їм можливість без сорому розкрити життя своєї сім'ї. Це досягається відповідним

ставленням психотерапевта, його доброзичливістю, готовністю без обмежень обговорювати навіть найінтимніші питання. Американський психолог С. Мінухін розробив техніку «приєднання до сім'ї», яка дозволяє забезпечити повноту отриманої інформації. «Приєднання» психотерапевта до сім'ї дає унікальну можливість спостереження сім'ї у її звичних взаєминах.

Для вирішення проблеми розкиданості даних психотерапевт спеціально створює експериментальні ситуації, у яких поведінка клієнта може свідчити про наявність чи відсутність певних особливостей. Іншою можливістю вивчення властивостей, які проявляються нерегулярно, слугує застосування питальників, які спираються на самооцінку партнерів.

Аналіз літератури засвідчує, що відсутність у сучасній сімейній психотерапії єдиної теоретичної бази приводить до того, що завдання і шляхи вивчення сім'ї розуміються досить по-різному представниками різних шкіл. Так, у сучасній західній сімейній психотерапії справді досить поширеною є думка про те, що будь-який підхід є нормальним і у кінцевому результаті приводить до досягнення цілі. Природно, що це викликає стурбованість і критичну оцінку вчених, які більш методично відповідально ставляться до проблеми діагностики. Все частіше здійснюються спроби вирішити проблему вивчення сім'ї, не обмежуючись надбаннями певної школи. При цьому ставиться завдання – побудувати таку діагностичну схему, яка задовольняла б представників найрізноманітніших шкіл і напрямків [49, с. 293–294].

Зокрема, представники еkleктичного підходу намагаються вирішити проблему вивчення сім'ї шляхом об'єднання підходів різних шкіл у загальну діагностичну схему. Вони використовують ту обставину, що різні школи сімейної психотерапії, як правило, займаються аналізом і корекцією різних аспектів життєдіяльності сім'ї. При розробці діагностичних схем увага зосереджується на тому, яку саме інформацію і в якій послідовності психотерапевт має отримати у ході вивчення сім'ї. Всі схеми анамнезу спрямовуються на отримання двох видів інформації про сім'ю: відомості про сім'ю, які необхідні при роботі з нею (склад

сім'ї, вік її членів та ін.), а також дані про окремі аспекти функціонування сім'ї, які вважаються найважливішими у сімейній психотерапії.

Для ілюстрації цього розглянемо «модель Мак-Мастерса», розроблену Н. Епштейном, Б. Бішопом і Л. Балдвіном, яка ставить своєю метою – дати загальне уявлення про сім'ю, орієнтуючи сімейного психотерапевта на вивчення шести аспектів функціонування сім'ї:

1. Здатність сім'ї до вирішення проблем. Автори вважають, що члени сім'ї повинні: визначити проблему, розглянути альтернативні шляхи її вирішення, прийняти одне-єдине рішення, реалізувати це рішення, переконатися в успішності своїх дій й оцінити результат.

2. Комунікація у сім'ї. Модель Мак-Мастерса передбачає з'ясування двох важливих характеристик комунікаційних процесів у сім'ї: відкритість чи прихованість інформації, якою обмінюються члени сім'ї.

3. Сімейні ролі. Рольова структура сім'ї включає: функції, які виконує сім'я, звичні зразки поведінки, наявність навичок і вмінь, необхідних для виконання ролі, правила «приписування» ролей членам сім'ї.

4. Афективний відзвук об'єднує групу емоційних взаємин.

5. У центрі п'ятого аспекту – афективної включеності – характер мотивації, який визначає ставлення індивіда до сім'ї.

6. Контроль поведінки – спосіб, яким сім'я здійснює вплив на поведінку своїх членів, регулює її.

Модель Мак-Мастерса використовується багатьма психотерапевтами. Знайомство з нею показує, що вона здатна задовольнити ряд практичних потреб, які виникають при дослідженні сім'ї.

Ще одним цікавим підходом до аналізу подружніх взаємин є проблемний підхід, згідно з яким сімейний психотерапевт, вивчаючи неблагополучну сім'ю, насамперед виявляє особливості, які визначають її нездатність впоратися з психічним навантаженням. У схему діагностичного аналізу при цьому включається метод виявлення типових «слабких місць» сім'ї. Прикладом такого методу є діагностична схема, розроблена американськими психотерапевтами

В. Тангом, Дж. Мак-Дермотом, – «Триосьова класифікація проблемних сімей», яка включає три осі:

1. Порушення розвитку сім'ї – це сукупність труднощів, які виникають на різних етапах розвитку сім'ї.

2. Порушення сімейних підсистем: дисфункція у подружніх взаєминах, порушення у підсистемі «батьки-діти».

3. Порушення функціонування сім'ї – це порушення інтеграції окремих членів у сім'ї, порушення у взаємовідносинах сім'ї з оточуючим світом.

На думку фахівців, «Триосьова класифікація» – це найбільш послідовна спроба застосувати проблемний підхід до діагностики сім'ї. Вона озброює дослідника конкретною методикою виявлення сімейних проблем.

Для дослідження подружніх стосунків науковцями розроблені факторні моделі, які базуються на факторному аналізі. Найбільш відомим прикладом використання факторного аналізу слугує «колова модель», описана Д. Ольсоном, Д. Шпренкле, К. Русселем. Автори виділили два сімейні чинники, які найбільш повно характеризують сім'ю: сімейна згода і адаптованість. Сімейна згода – ступінь емоційного зв'язку між членами сім'ї. Сімейна адаптованість – характеристика того, наскільки гнучкі чи, навпаки, стабільні взаємини у сім'ї. Автори даної моделі вважають, що оптимальним є проміжний рівень стабільності. Першоджерелом порушень у сім'ї може виявитися будь-який аспект її життя. Поряд з факторним аналізом застосовують також й інші методи – метод головних компонент, інтуїтивну таксономію тощо [49, с. 286–291].

Вдалою схемою діагностики сімейних взаємин є модель оцінки сім'ї, запропонована В. Біверсом і М. Войлеро. Автори, зокрема, групують сім'ї таким чином:

а) оптимально функціонуючі, яким властиві теплі взаємини, повага амбівалентних почуттів, інтимності і визнання індивідуального вибору;

б) адекватно функціонуючі, у яких існують зрозумілі норми спілкування, іноді визнається, іноді заперечується амбівалентність почуттів, періоди інтимності і теплих почуттів змінюються періодами боротьби;

в) середньофункціональні, де комунікація між членами сім'ї у більшості випадків негнучка, виражена емоційна дистанція, амбівалентні почуття відкидаються;

г) пограничні, яким властивий хаотичний і тиранічний контроль, ригідні правила сімейного життя, велика емоційна дистанція між членами сім'ї;

д) порушені сім'ї, у яких комунікація між членами сім'ї стереотипна, оцінки цинічні, демонструється ворожість.

Співставивши наведені характеристики сім'ї з її орієнтацією на внутрісімейні стосунки чи на соціум, можна прогнозувати розлади поведінки і психіки членів сім'ї [28, с. 95].

По суті, на сьогоднішній день існують різноманітні підходи до вибору напрямку сімейного діагнозу, до відбору переліку характеристик, на які має бути звернена основна увага при пошуку причин порушень у сім'ї. Проблема діагностики сімейних стосунків не залишилась поза увагою вітчизняних дослідників. Фахівцями розроблені різні діагностичні схеми, які дозволяють діагностувати стиль подружніх взаємин у сім'ї. Сміхов В.А. психологічні методи вивчення сім'ї і роботи з сім'єю розрізняє за їх домінуючою спрямованістю:

а) науково-дослідницька, що пов'язана з теоретичними узагальненнями, які розширюють професійний світогляд психолога-практика;

б) діагностичною, що дозволяє психологу-консультанту отримувати конкретні дані, які необхідні для безпосередньої роботи з людьми;

в) корекційно-діагностичною чи психотерапевтичною, яка визначає форму і зміст корегуючого процесу [43, с. 83].

Основною метою методик двох перших типів є отримання інформації про сім'ю, а третього типу – організація корекційної взаємодії. Специфіка робочої діагностичної гіпотези полягає у тому, що її корекційний потенціал тим вищий, чим більше вона пов'язана з протіканням психотерапевтичного процесу. Прикладами методів з корекційно-діагностичною спрямованістю є методи дослідження внутрішньо сімейного спілкування, суть яких, як правило, полягає у

моделюванні у штучних умовах безпосередньої взаємодії членів сім'ї з наступним аналізом того, що відбулося, у термінах теорії комунікації [13, с. 262].

Спираючись на ці дані, можна стверджувати, що такий підхід до розуміння і корекції сімейного спілкування базується на реєстрації і аналізі лише зовнішньої об'єктивної картини взаємодії. Більш точно визначити напрямок і форму допомоги клієнту можна, спираючись на знання про особливості його суб'єктивного сприймання своїх реальних конфліктів. Для отримання такої суб'єктивної картини В.А. Сміхов розробив техніку спрямованої рефлексії конфліктної події. Її основою є методика аналізу конфліктної ситуації, яка відноситься до корекційно-діагностичних і орієнтована на аналіз та корекцію внутрішньо особистісних чинників, що визначають міжособистісну взаємодію у сім'ї. Для проведення методики у процесі консультативної бесіди необхідно підібрати конкретну конфліктну ситуацію, яка виникала у житті сім'ї і мала високу значущість, підвищений афективний заряд чи тенденцію ритуально повторюватися. Один чи обидва учасники конфліктної взаємодії аналізують цю ситуацію, відповідаючи у формі опису на ряд запитань, які відображають такі аспекти внутрішньої картини конфліктної події, як:

- а) уявлення клієнта про об'єктивні обставини, які передували конфлікту;
- б) уявлення про самого себе і про опонента, відображене в однотипних параметрах поведінки;
- в) уявлення клієнта про детермінанти конфліктної поведінки.

Психолог робить аналіз отриманих відповідей, порівнюючи різні аспекти, образи, плани і елементи внутрішньої картини конфліктної події. Спираючись на це, він виявляє протиріччя в актах взаємодії, які надалі стають об'єктами корекційної роботи. У процесі корекції у межах даного підходу завдяки зміні особистісного смислу елементів ситуації внутрішньої картини конфліктної події відбуваються продуктивні перетворення, які створюють основу для більш конструктивного сприймання і поведінки клієнтів в аналогічних ситуаціях [43, с. 85–92].

Заслуговує на увагу поетапна методика вивчення сім'ї, розроблена Г.М. Андрєєвою. Дана процедура передбачає чітку спрямованість кожного етапу, труднощів, які зустрічаються, і шляхів їх вирішення. Зокрема, авторка виділила такі послідовні кроки вивчення сім'ї:

1. Встановлення необхідності психотерапевтичного вивчення сім'ї. На даному етапі визначаються зовнішні ознаки наявності психологічних проблем у сім'ї.

2. Загальне знайомство з сім'єю, основна мета якого – формування у психотерапевта правильного уявлення про сім'ю. Засобом досягнення цього постає бесіда.

3. Виявлення психотравмуючої ситуації. Воно реалізується шляхом висунення і перевірки діагностичних гіпотез, що дає можливість психотерапевту не лише «локалізувати» психотравмуючу ситуацію, а й уявити собі почуття клієнта у даній ситуації.

4. Корекційний сімейний діагноз. Мета даного етапу – відповісти на запитання: які зміни у житті сім'ї можуть спричинити зміну психотравмуючої ситуації. Провідним методом постає мисленнєве експериментування [49, с. 300].

Інший підхід до діагностики сімейних взаємин представлений В.С. Торохтій. Автор розробив методику діагностики психологічного здоров'я сім'ї, що представляє собою один із можливих варіантів комплексного дослідження психологічного здоров'я сім'ї. Психологічне здоров'я сім'ї – це інтегративний показник динаміки життєво важливих для неї функцій, який виражає якісний контекст соціально-психологічних процесів, зокрема, здатність сім'ї протистояти небажаним впливам соціального середовища. Для діагностики психологічного здоров'я сім'ї використовується рівнева і комплексна оцінка. У рівневій оцінці значущими є три позиції:

1. Норма психологічного здоров'я. Коли сім'я гармонійно розвивається і взаємодіє з соціумом, тоді вона є психологічно здоровою сім'єю.

2. Відхилення від норми в психологічному здоров'ї сім'ї характеризується домінуванням тенденцій задоволення кожним членом своїх власних потреб,

мінімізацією узгодженості їх дій і частковою відсутністю активності. Це характерно для сімей, які потребують психологічного консультування.

3. Відсутність психологічного здоров'я проявляється у нездатності сім'ї самостійно вийти з конфліктної ситуації, частковій автономності дій її членів по задоволенню індивідуальних потреб.

У комплексній оцінці психологічного здоров'я сім'ї найбільш значущі особистісна, групова, діяльнісна складова і відповідні їй показники, до яких належать:

а) подібність сімейних цінностей – соціально-психологічна якість, що відображає єдність поглядів, ставлення членів сім'ї до загальнолюдських норм, правил, принципів формування, розвитку і функціонування сім'ї як малої соціальної групи;

б) функціонально-рольова узгодженість, котра являє собою динамічний показник психологічного здоров'я сім'ї, що відображає поточний і потенційний рівень готовності членів сім'ї до узгодження між собою внутрісімейних дій;

в) соціально-рольова адекватність – це свого роду здатність відповідати традиційно приписаній ролі індивіда у сім'ї, його позиція, яка проявляється у щоденній поведінці;

г) адаптивність у мікросоціальних взаєминах характеризується здатністю, насамперед, дорослих членів сім'ї пристосовуватися до соціально-психологічного клімату сім'ї після перебування в іншому соціальному середовищі. Це пристосування відбувається на афективному, когнітивному і поведінковому рівнях. Воно передбачає наявність у кожного члена сім'ї прагнення зберігати традиційний характер міжособистісного спілкування близьких людей;

д) емоційна задоволеність відображає характер міжособистісного внутрісімейного прийняття членами сім'ї один одного за умов спільної діяльності, спілкування і відпочинку;

е) спрямованість на сімейне довголіття представляє собою постійне усвідомлене прагнення індивідів до досягнення нових сімейних цілей, розумне планування і підтримку активності всіх членів сім'ї у вирішенні спільних завдань.

За допомогою даної методики, як свідчить досвід її застосування, спеціаліст-психолог може побачити повну картину психологічного здоров'я сім'ї чи окремих сфер її життєдіяльності. На основі цього можна моделювати проблемну ситуацію сім'ї і шукати оптимальні шляхи її вирішення [45, с. 36–38].

Методика діагностики міжособистісних взаємин Т. Лірі також дозволяє діагностувати взаємини у сім'ї. Вона призначена для дослідження уявлень суб'єкта про себе, а також для вивчення взаємовідносин в малих групах. Для представлення основних соціальних орієнтацій Т. Лірі розробив умовну схему у вигляді кола, поділеного на сектори (див. додаток А). У цьому колі по вертикальній і горизонтальній осях позначені чотири орієнтації: домінування – підпорядкування, дружелюбність – ворожість. Розміщення отриманих показників відносно центру кола вказує на адаптивність чи екстремальність інтерперсональної поведінки. На основі отриманих результатів визначається той чи інший варіант стилю міжособистісної поведінки: владний-лідуючий, незалежний-домінуючий, прямолінійний-агресивний, недовірливий-скептичний, покірний-сором'язливий, залежний-слухняний, співпрацюючий-конвенційний, відповідальний-великодушний.

Т. Лірі пропонував використовувати методику для оцінки близьких людей, для самооцінки, для опису ідеального «Я». Якісний аналіз отриманих даних проводиться шляхом порівняння дискограм, які демонструють відмінності між уявленнями партнерів. Використання даної методики у сімейному консультуванні виявило її досить високу ефективність: окрім констатації внутрішнього конфлікту метод дозволяє пізнати глибше причини подружньої несумісності. Для діагностики міжособистісних взаємин у сім'ї дається інструкція: описати своє реальне та ідеальне «Я», а потім – дати оцінку чоловікові (жінці) та ідеалу чоловіка (жінки); при необхідності те ж саме роблять стосовно будь-яких інших членів сім'ї. Неузгодженість ідеалу з реальним образом особи, що оцінюється, представляє значний інтерес для оцінки ситуації загалом, а також для уявлення про ступінь невідповідності реально існуючих жінки (чоловіка), батька, матері, сина уявленню про те, якими вони повинні бути [29, с. 633].

Заслуговує на увагу такий метод дослідження взаємин у сім'ї як Вісбаденський підхід до методу позитивної психотерапії, розроблений Н. Пезешкіаном, який є діагностичним інструментом для виявлення зон постійного емоційного напруження у сім'ї. Доробок цього вченого прислужився підґрунтям для експериментального дослідження нами проблеми подружніх конфліктів у молодій сім'ї. Автор застосовує поняття актуальних здібностей, під якими він розуміє конкретні правила, стереотипи, які спрямовують поведінку людини. Ми акцентуємо на ньому увагу, оскільки саме це поняття лежить в основі аналізу результатів нашого експериментального дослідження. На думку Калашник Т.І., кожна людина володіє двома базовими здібностями: здібністю до любові і здібністю до пізнання. Здібність до пізнання – це здібність сприймання, постановки запитань і пошуку відповідей на них. На її основі формуються вторинні здібності: пунктуальність, акуратність, чистоплотність, ввічливість, чесність, ощадливість. Здібність до любові – це здібність емоційної сфери, сфери почуттів. Розвиваючись, здібність любити породжує первинні здібності: терпіння, вміння розподіляти час, навички встановлення контакту, впевненості, довіри, надії, віри, сумніву, єдності [14, с. 7].

На думку автора, зміст актуальних здібностей формується у процесі соціалізації у відповідності з соціально-культурним середовищем, а неповторні умови індивідуального розвитку накладають на них особливий відбиток. Як життєві принципи вони стають невід'ємною частиною образу «Я» і визначають правила, за якими людина сприймає себе та оточуючий світ і справляється з вирішенням існуючих проблем. Кожна актуальна здібність набуває великого значення залежно від життєвої ситуації і соціального оточення. Ці відмінні ціннісні орієнтири стикаються у людському спілкуванні і можуть призводити до конфліктів [31, с. 14].

У партнерській взаємодії актуальні здібності відіграють вирішальну роль. Н. Пезешкіан вважає, що подружні конфлікти виникають унаслідок відмінностей у ступені вираженості певних актуальних здібностей у партнерів. Вісбаденський питальник являє собою каталог індивідуальних, сімейних, культурно

обумовлених конфліктогенних концепцій і дає можливість виявити зони емоційного напруження у сім'ї. За допомогою питальника психолог може встановити, коли в клієнта виникає певна конфліктна реакція, за яких обставин, у кого з партнерів і з якого приводу [32, с. 121].

Ще одну цікаву точку зору на проблему дослідження стосунків у сім'ї знаходимо у О.С. Сермягіної, А.М. Еткінда, які пропонують використовувати з метою діагностики кольоровий тест взаємин. Він представляє собою клініко-психодіагностичний метод, призначений для вивчення емоційних компонентів взаємин клієнта із значущими для нього людьми, і відображає як усвідомлені, так і частково неусвідомлені рівні цих стосунків.

У процесі дослідження сім'ї постає проблема співвіднесення самооцінки і взаємних оцінок подружжя. Для аналізу складної системи сімейних взаємин використовують графічний спосіб представлення отриманих даних, який дозволяє наочно побачити такі параметри стосунків у сім'ї, як симетрія і асиметрія, величина розходжень між оцінками подружжя, узгодженість самооцінки і оцінки, яку дає партнер [39, с. 82].

Фахівці у галузі сімейного консультування В.П. Левкович, О.Е. Зуськова розробили методику діагностики міжособистісного сімейного конфлікту, в основі якої лежить положення про те, що люди одружуються для спільного задоволення ряду потреб. Методика містить питальник, який досліджує такі галузі життєдіяльності сім'ї як: сімейну роль, потребу у спілкуванні, пізнавальні, матеріальні потреби, потреби у захисті Я-концепції, культура спілкування, взаємна інформованість, рівень моральної мотивації, проведення дозвілля, частота конфліктів і способи їх вирішення, суб'єктивна оцінка задоволеності кожного партнера шлюбом. Раніше нами вже було проаналізовано підхід В.П. Левкович, О.Е. Зуськової до класифікації сімей за рівнем їх благополучності. На основі отриманих за допомогою даної методики результатів визначається, до якої з вище виділених трьох груп сімей відноситься подружня пара. У процесі аналізу отриманих даних співвідносяться оцінки партнера і самооцінки, оцінки партнерів і їх очікувань від шлюбу; досліджується узгодженість уявлень партнерів про

сімейні взаємини; рівень моральної мотивації подружжя. Отриманий за допомогою даної методики опис особливостей сфери потреб подружжя, ступеня задоволення ними у шлюбі власних провідних потреб, основних конфліктогенних зон, частоти конфліктів і способів їх вирішення дає можливість для конструктивної роботи з сім'єю [22, с. 133].

На думку Е.Т. Соколової, модифікація тесту Роршаха для діагностики порушення сімейного спілкування дає можливість не лише виявити інтрапсихічну структуру особистості, але й дослідити динаміку міжособистісної взаємодії у сім'ї. Діагностика комунікативних процесів за допомогою даної методики стала можливою завдяки введенню у процедуру тестування методичного прийому, відомого під назвою гомеостату: партнерам пропонується досягти згоди з приводу однієї чи декількох таблиць. Тест Роршаха володіє підвищеною проєктивною здатністю невизначеного стимульного матеріалу, яка дозволяє діагностувати неусвідомлений індивідуально-стилістичний аспект комунікації, а саме те, яким чином подружжя зуміє прийти до спільного рішення, які стратегії взаємодії вибере, які почуття переживе. Кількість і якість спільних відповідей може слугувати мірою згуртованості сім'ї, а сам процес знаходження спільних рішень демонструє стиль міжособистісної взаємодії у сім'ї [44, с. 145].

Загалом аналіз вітчизняних і зарубіжних теоретичних і конкретно-експериментальних робіт показує, що різноманітні схеми діагностики сімейних взаємин дозволяють сім'ї по-новому подивитися на власні стосунки, розкривають часто недостатньо усвідомлені аспекти спілкування і взаємодії. Все це допомагає подальшій корекції сімейних взаємин, але може стати деякою перешкодою для змін, так як категорії, якими оперує психолог, можуть бути незрозумілими сім'ї. Тому є автори, які вважають, що наукова обґрунтованість діагностики, нові категорії опису сім'ї – це безрезультативні спроби «втиснути» сім'ю у раніше створену схему. На їхню думку, сімейні взаємини мають визначатися тими категоріями, якими користується сама сім'я. Інакше кажучи, сім'я повинна створити власні способи самодіагностики [28, с. 96].

Резюмуючи сказане, варто зазначити, що психологічна діагностика – це наука і практика постановки психологічного діагнозу, тобто виявлення наявності і ступеня вираження у людини певних психологічних якостей. Психодіагностика у сімейному консультуванні існує у двох основних формах: у формі психодіагностики, яка дозволяє здійснити аналіз взаємин у сім'ї, і психодіагностики, яка реалізовується під час корекційного впливу. Ейдемільер Е.Г., Юстіцкіс В., Навайтис Г. зазначають, що існують певні діагностичні проблеми отримання інформації про сім'ю.

Науковці роблять спроби побудувати діагностичні схеми, які б поєднували методики діагностики, що спираються на принципи різних теоретичних підходів. Відсутність у сучасній сімейній психотерапії єдиної теоретичної бази приводить до того, що завдання вивчення сім'ї розуміються досить по-різному представниками різних шкіл. Аналіз літератури засвідчує, що на сьогодні розроблена фахівцями у галузі психологічної діагностики значна кількість діагностичних схем для дослідження сім'ї, а саме: «модель Мак-Мастерса», розроблена Н. Епштейном, Б. Бішопом і Л. Балдвіном, «Триосьова класифікація проблемних сімей» В. Танга, Дж. Мак-Дермота, «колова модель», описана Д. Ольсоном, Д. Шпренкле, К. Русселем, модель оцінки сім'ї В.Біверса і М. Войлеро.

Особливу увагу дослідники звертають на конкретні діагностичні методи, які дозволяють психологу здійснити аналіз подружніх взаємин. Серед них значною ефективністю відрізняються наступні:

- а) поетапна методика вивчення сім'ї Г.М. Андрєєвої;
- б) техніка спрямованої рефлексії конфліктної події В.А. Сміхова;
- в) методика діагностики психологічного здоров'я сім'ї, розроблена В.С. Торохтій;
- г) методика діагностики міжособистісних взаємин Т.Лірі;
- д) Вісбаденський питальник, розроблений Н. Пезешкіаном;
- е) кольоровий тест взаємин у сім'ї;

є) методика діагностики міжособистісного сімейного конфлікту, розроблена В.П. Левкович, О.Е. Зуськова;

ж) модифікація тесту Роршаха для діагностики порушення сімейного спілкування.

Різноманітні схеми діагностики сімейних взаємин дозволяють сім'ї по-новому подивитися на власні стосунки, розкривають часто недостатньо усвідомлені аспекти спілкування і взаємодії.

2.2 Аналіз результатів дослідження

Наше емпіричне дослідження передбачало проведення опитування молодих подружніх пар за допомогою Вісбаденського підходу до методу позитивної психотерапії і сімейної психотерапії, розробленого Н. Пезешкіаном при співробітництві Х. Дайденабаха. Під молодим подружжям ми розуміємо подружню пару, стаж сімейного життя якої не перевищує 5 років. Дослідження проводилося на молодих сім'ях, з яких один чи обоє членів є студентами. і було спрямоване на виявлення причин виникнення подружніх конфліктів. Вибірка становила 89 молодих подружніх пар. Вісбаденський підхід дає можливість діагностувати зони постійного емоційного напруження у цих сім'ях. Він розроблений у двох варіантах, для чоловіків та для жінок, що дає можливість порівняти відповіді партнерів (див. додатки). Однією з найважливіших для нашого дослідження є теза про те, що неузгодженість норм та способів поведінки партнерів є однією з причин виникнення конфліктів у молодій сім'ї. Зокрема, неузгодженість може виникати через значну різницю у вираженості у партнерів наступних поведінкових норм і правил, виділених Н. Пезешкіаном: акуратності, охайності, пунктуальності, ввічливості, чесності, працелюбності, надійності, ощадливості, покірності, справедливості, вірності, терпіння, розподілу часу, частоти контактів, довіри, надії, ніжності, сексуальності, любові, віри, фантазії, ставлення до власного тіла, до батьків як прикладу, зразка для наслідування.

Резюмуючи отримані в ході емпіричного дослідження результати, варто зазначити, що найбільше конфліктів у досліджуваних молодих сім'ях виникає з приводу:

1. Розподілу часу. Один партнер може ефективно розподіляти свій робочий і вільний час, здатний приділяти достатньо уваги собі та оточуючим, знаходить час для розваг, інтересів, а інший постійно зайнятий, відчуває стрес через відсутність часу, перебуває у стані напруги і фрустрації.

2. Справедливості. Один з подружжя у своєму житті чітко дотримується принципу справедливості, є дуже вразливим, часто ображається на найменші прояви несправедливості стосовно себе. У той же час інший надає перевагу в оцінці життєвих ситуацій і людей власним особистим переконанням, відкидаючи принцип рівності.

3. Охайності. Один партнер регулярно слідкує за собою, турбується за чистоту у квартирі, а інший постійно розкидає речі, не прибирає, йому властива неохайність.

4. Ставлення обох партнерів до батька і матері як зразка для наслідування. У багатьох молодих сім'ях у ставленні кожного з партнерів до батьків існують значні відмінності. У одного з подружжя домінували позитивні, теплі взаємини у сім'ї, батьки постійно приділяли увагу дитині, були для неї прикладом. В іншого переважали холодні, індиферентні взаємини у батьківській сім'ї, батьки не проявляли терпіння, любові. Крім того, існують значні відмінності у ставленні батьків до питань релігії, смислу життя, майбутнього. У батьківській сім'ї одного з партнерів воно було оптимістичним. Батьки цікавилися питанням про смисл життя, важливе місце в їхньому житті відігравала релігія. Водночас, у батьківській сім'ї іншого партнера домінувало байдуже ставлення. З огляду на це, слід зазначити, що підтверджується теза про причинну зумовленість подружніх проблем, які виникають у молодій сім'ї, негативними взаєминами у їхніх батьківських сім'ях, особливо у тих випадках, коли один із партнерів виріс у сім'ї з гіпоопікою, а інший – навпаки. У результаті цього діти, наслідуючи поведінкові

паттерни батьків, не здатні порозумітися між собою у питаннях взаємин один з одним, ставлення до світу, виховання власних дітей.

Отримані кількісні результати відображені у рис. 2.1.

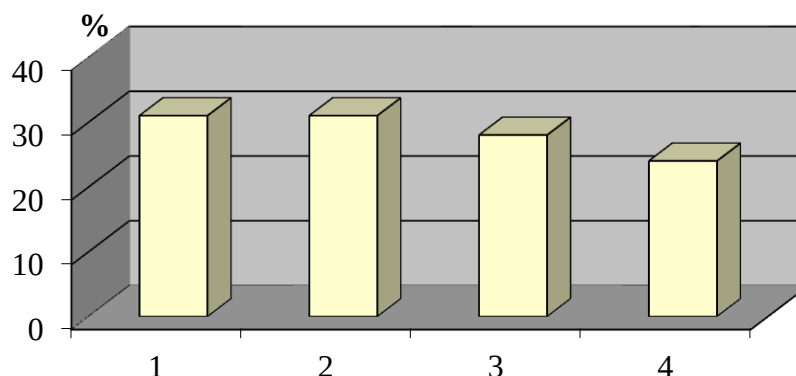


Рис. 2.1. Поведінкові норми, неузгодженість яких найчастіше викликає подружні конфлікти у молодих сім'ях (примітка: 1 – розподіл часу; 2 – справедливість; 3 – охайність; 4 – ставлення обох партнерів до батька і матері як зразка для наслідування)

Підсумовуючи викладене, можна дійти висновку, що найчастіше подружні конфлікти у молодих сім'ях виникають через неузгодженість між партнерами наступних поведінкових норм: справедливості, охайності, розподілу часу, ставлення до батьків як зразка для наслідування.

Необхідно також зауважити, що згідно з результатами нашого дослідження, неузгодженість між партнерами наступних поведінкових норм стоїть на другій позиції в якості причини виникнення подружніх конфліктів у молодій сім'ї:

1. Пунктуальності. Один партнер є пунктуальним, не звик спізнюватися, дратується, коли хтось приходить невчасно, а інший – постійно змушує чекати на себе.

2. Терплячості. Один з подружжя відрізняється значною витримкою, його важко вивести з рівноваги. Навіть у найскладніших ситуаціях він здатний

зберігати спокій. Іншому властива нетерплячість, агресивність, критичне ставлення до оточуючих, небажання чекати, поступатися власними інтересами.

3. Вірності. Один із членів сім'ї відрізняється ригідністю, впертістю. Він не може відмовитися від власних усвідомлених чи неусвідомлених концепцій поведінки, дотримується своїх правил, не зважаючи ні на які зовнішні впливи. Йому більше подобаються надійні стосунки з одною людиною, ніж багато короточасних контактів. У той же час інший легко змінює власні життєві принципи та цінності.

4. Ніжності, сексуальності. Один партнер прагне бути ніжним з багатьма, отримує значне задоволення від фізичного контакту з партнером. Водночас, іншому властивий страх доторків, надмірна стриманість, холодність у прояві фізичного потягу до партнера.

5. Любові. Один з подружжя прагне приймати, розуміти оточуючих, незалежно від їх поглядів, переконань, особистісних якостей, способу поведінки. Йому властивий надмірний альтруїзм. Інший партнер, навпаки, характеризується холодністю, песимізмом, байдужістю, ненавистю, вимогливістю у ставленні до оточуючих. Він не прагне допомогти, зрозуміти, його цікавлять лише власні проблеми.

6. Ставлення до власного тіла. Один із членів сім'ї турбується за своє здоров'я, постійно займається спортом, веде активний спосіб життя. Інший член байдуже ставиться до здоров'я, дуже переживає, коли виникають різноманітні життєві труднощі. Будь-яке хвилювання у нього проявляється у вигляді напруження і фізичних розладів. Через це він часто буває розслабленим та втомленим.

7. Працелюбності. Один партнер не може уявити свого життя без роботи, докладає максимум зусиль для досягнення успіху. Він може розслабитись і відпочити лише після того, як виконав завдання. Йому властиве прагнення вирішити свої проблеми за допомогою активної діяльності. У той же час інший відрізняється неточністю, необов'язковістю. Його не цікавлять досягнення у кар'єрі.

8. Зацікавленості у контактах. Один з подружжя часто присвячує себе іншим людям. Він постійно шукає близькості, інтимності з оточуючими, використовує спілкування як засіб подолання проблем. Водночас, інший соромиться людей, поводить себе невпевнено, відчуваючи тривогу, страх з приводу того, як він буде виглядати в їхніх очах. Тому цей партнер комфортно почуває себе, будучи на самоті.

9. Взаємин між батьком і матір'ю у батьківських сім'ях партнерів як прикладу для наслідування. Батьки одного партнера легко знаходили спільну мову, вміли разом вирішувати конфлікти. У складних ситуаціях вони могли відкрито говорити одне з одним. У той же час взаємини у батьківській сім'ї іншого мали негативне забарвлення. При цьому проблеми або надмірно загострювались, або постійно приховувались і не обговорювались.

Отримані кількісні результати відображені у рис. 2.2.

Резюмуючи сказане, можна стверджувати, що неузгодженість між партнерами таких поведінкових норм, як: пунктуальності, терплячості, вірності, працелюбності, ніжності, сексуальності, любові, ставлення до власного тіла, зацікавленості у контактах, взаємин між батьком і матір'ю у батьківських сім'ях як прикладу для наслідування, – виступає у ролі причини подружніх конфліктів у молодій сім'ї, яка зустрічається з середньою частотою.

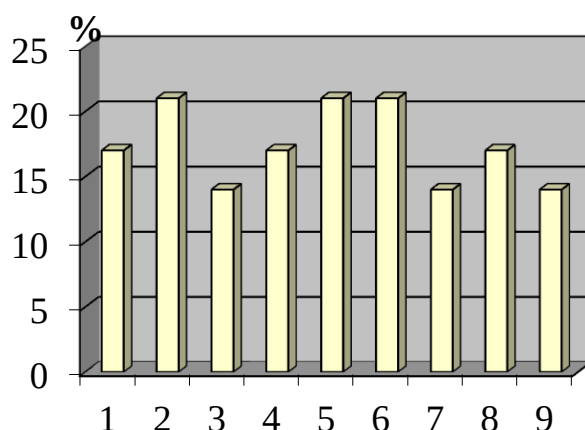


Рис. 2.2. Поведінкові норми, неузгодженість яких стоїть на другій позиції в якості причини виникнення подружніх конфліктів у молодих сім'ях (примітка: 1 – пунктуальність; 2 – терплячість; 3 – вірність; 4 – ніжність, сексуальність; 5 – любов; 6 – ставлення до власного тіла; 7 – працелюбність; 8 – зацікавленість у контактах; 9 – взаємини між батьком і матір'ю у батьківських сім'ях партнерів як приклад для наслідування)

Також варто зазначити, що згідно з результатами нашого емпіричного дослідження, найрідше в якості причини виникнення подружніх конфліктів у молодій сім'ї виступає неузгодженість наступних норм та способів поведінки партнерів:

1. Акуратності. Одному з партнерів властива педантичність, прагнення привести все до порядку. Інший, навпаки, не переймається цією проблемою, ніколи не прибирає і не слідкує за собою.

2. Ввічливості. Один член сім'ї відрізняється надмірною дружелюбністю аж до лицемірства, галантністю, нездатністю відмовити, що пов'язано з прагненням бути визнаним у оточуючих. Він цінує гарні манери поведінки. Для нього важливою є думка інших людей. Водночас, іншому властива надмірна неувважність, безтактність, нахабність. Він не вміє поводитися у колі знайомих і близьких, провокує виникнення конфліктів у взаєминах з оточуючими.

3. Чесності. Один з подружжя відкрито висловлює власну думку, навіть якщо це може йому зашкодити. Йому властива правдивість, щирість, прагнення до істини. У той же час інший прагне приховати власні переживання, думки, часто обманює, уникає пояснень. Його лякає надмірна відкритість.

4. Надійності. Один партнер є людиною надійною, принциповою, на яку можна покластися. Він додержує свого слова, добросовісно виконує роботу. На іншого, навпаки, не можливо покластися. Йому ніяк не вдається виконати власні обіцянки. Він не може ефективно розпланувати свою роботу.

5. Ощадливості. Один член сім'ї відрізняється скупістю, діє по принципу «час-гроші», економить навіть тоді, коли у цьому немає необхідності. Водночас, інший не здатний економити, не вміє доцільно, з користю витратити гроші.

6. Покірності. Один з подружжя схильний підпорядковуватися проханням, розпорядженням авторитетної особи. Також він сам прагне підпорядковувати оточуючих своїй волі. Водночас, інший проявляє непослух, впертість, не хоче виконувати накази, відрізняється незалежністю, на все має власну думку.

7. Довіри. Один партнер схильний довіряти навіть незнайомим людям, не може працювати без взаємної довіри і щирості, проявляє деяку наївність. У той же час іншому властива недовіра, підозрілість, ревності. Він не довіряє не лише оточуючим, але й навіть собі, що зумовлює формування комплексу неповноцінності.

8. Надії. Один член сім'ї з оптимізмом дивиться у майбутнє, надіється досягнути у житті ще більшого успіху. Навіть якщо все здається безнадійним, він не втрачає мужності. Інший, навпаки, невпевнений у власних силах, часто розчаровується, відчуваючи безнадійність, нездатність подолати життєві труднощі. Він не бачить перспективи життєвого росту, боїться рухатися уперед.

9. Віри. Один з подружжя є людиною віруючою, віра певним чином спрямовує його життя. Його цікавить питання про смисл життя. Водночас, інший відкидає релігію, ні в що не вірить, байдуже ставиться до питання про значення людського життя.

10. Фантазії. Один член сім'ї відрізняється творчим підходом, за допомогою якого ефективно вирішує різноманітні проблеми. До нього часто приходять натхнення, він мислить інтуїтивно, захоплюється фантазуванням, що допомагає уникнути життєвих труднощів. Інший, навпаки, концентрується на негативних думках, загострює складність проблем, не може відволіктися за допомогою фантазії.

11. Ставлення батьків обох партнерів до оточуючого світу як приклад для наслідування. Батьки одного з партнерів проявляли відкрите, уважне, терпляче ставлення до оточуючих. Вони мали багато друзів, знайомих, активно

встановлювали контакти. Батьки іншого відрізнялися замкнутістю, нетерплячістю у ставленні до оточуючих. Їх не цікавив оточуючий світ, вони намагалися зберегти свою автономність.

Отримані кількісні результати відображені у рис. 2.3.

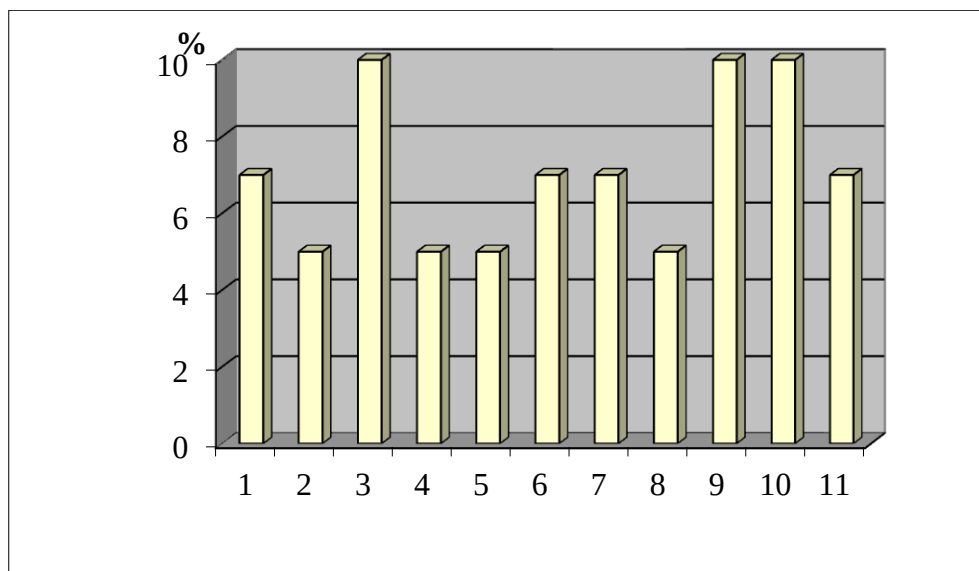


Рис. 2.3. Поведінкові норми, неузгодженість яких найрідше виступає у якості причини виникнення подружніх конфліктів у молодих сім'ях (примітка: 1 – акуратність; 2 – ввічливість; 3 – чесність; 4 – надійність; 5 – ощадливість; 6 – покірність; 7 – довіра; 8 – надія; 9 – віра; 10 – фантазія; 11 – ставлення батьків обох партнерів до оточуючого світу як приклад для наслідування).

Підсумовуючи викладене, можна дійти висновку, що найрідше причиною виникнення подружніх конфліктів у молодій сім'ї виступає значна різниця у вираженості таких поведінкових норм: акуратності, ввічливості, чесності, надійності, ощадливості, покірності, довіри, надії, віри, фантазії, ставлення батьків до оточуючого світу як приклад для наслідування.

У ході нашого емпіричного дослідження причин виникнення подружнього конфлікту у молодій сім'ї ми визначили, що 2/3 подружніх пар мають конфліктні взаємини. Підставою для таких висновків стали одержані кількісні дані, які свідчать, що вісімнадцять із двадцяти дев'яти молодих сімей мають по чотири і більше неузгодженостей норм та способів поведінки партнерів, що є причиною виникнення подружніх конфліктів. На підставі отриманих результатів ми

виділили три типи молодих подружніх пар у залежності від кількості сфер емоційного напруження у стосунках між партнерами.

До першої групи належать неконфліктні сім'ї, кількість яких становить 1/4 від загальної кількості молодих подружніх пар, які взяли участь у дослідженні. Для них характерний низький рівень неузгодженості способів поведінки партнерів (0–2 зон емоційного напруження). Неконфліктні сім'ї характеризуються не відсутністю чи низькою частотою конфліктів, а незначною їх глибиною і безболісністю. Для таких молодих подружніх пар властивими є наступні особливості: велика кількість спільних очікувань і установок, високий рівень вербальної та невербальної комунікації, постійне підтвердження своєї подібності у сприйнятті подружніх ролей, наявність взаєморозуміння та довірливого спілкування. Ці молоді подружні пари здатні легко налагоджувати контакт один з одним, вільно спілкуватися, конструктивно вирішувати суперечки, тому що партнери мають подібні уявлення про поведінкові норми, які були закладені у дитинстві. Зокрема, неконфліктні подружні пари характеризуються узгодженістю наступних поведінкових норм: акуратності, ввічливості, ощадливості, покірності, надійності, працелюбності, справедливості, терпіння, довіри, надії, любові. Водночас, варто зазначити, що у цих молодих сім'ях трапляються суперечки з приводу різного рівня вираженості у партнерів таких поведінкових норм, як: охайності, пунктуальності, чесності, вірності, ніжності, сексуальності, ставлення до власного тіла.

Друга група сімей – це проблемні сім'ї, у яких збільшується кількість сфер конфлікту до 3–4. Їхня частка від загальної кількості становить 1/3. Взаємини у таких сім'ях характеризуються дещо вищим, ніж у неконфліктних рівнем психологічного напруження, тому що партнери мають більшу кількість розходжень в уявленнях про те, як сприймати світ і поводитися у ньому. Проблемні молоді подружжя характеризуються тим, що між партнерами існують сфери, де їх інтереси, потреби, наміри постійно стикаються, породжуючи негативні переживання. Такі сім'ї найчастіше конфліктують з приводу неузгодженості, насамперед, таких поведінкових норм, як: охайності,

справедливості, терпіння, ставлення до контактів, любові, а також – розподілу часу, ставлення до власного тіла, до релігії, фантазування, працелюбності, ніжності, сексуальності, пунктуальності, акуратності. Незважаючи на те, що у проблемних молодих сім'ях зростає число сфер емоційного напруження, вони здатні адекватно оцінювати конфліктну ситуацію та конструктивно вирішувати суперечки власними зусиллями.

Третю групу становлять конфліктні сім'ї, число яких перевищує 1/3 від загальної кількості. Загалом ці подружні пари мають багато розходжень в уявленнях про поведінкові норми. У конфліктних сім'ях існують протистояння інтересів, потреб партнерів, які носять особливо різкий характер і захоплюють усі важливі сфери життєдіяльності. Для таких молодих подружніх пар є властивими наступні особливості: виражена асиметрія взаємин між партнерами, низька самоповага, відсутність налагодженої системи міжособистісного спілкування. У конфліктних сім'ях часто виникають суперечки, які довго вирішуються, тому що в їх основі лежить багато причин, які часто є неусвідомленими. Особливо велике число неузгодженостей виникає у цих подружніх пар з приводу справедливості, розподілу часу, працелюбності, вірності, терпіння, налагодження контактів, сексуальності, ніжності, любові, ставлення до власного тіла, а також значних відмінностей між батьківськими сім'ями партнерів, які є зразками для наслідування. Необхідно також зауважити, що одна із досліджуваних подружніх пар має особливо значні відмінності в уявленнях про норми поведінки і, очевидно, перебуває на межі розлучення.

Варто зазначити, що конфліктні молоді сім'ї мають настільки багато сфер емоційного напруження, що їм виявляється досить важко самотійно подолати проблеми, адекватно оцінити конфліктну ситуацію. Вони нерідко використовують під час суперечки взаємні звинувачення, не бачать шляхи виходу з конфлікту і не знають конструктивні способи його подолання. Тому конфліктним молодим сім'ям потрібна кваліфікована допомога психолога-консультанта. З ними доцільно проводити просвітницьку, інформаційну і консультативну роботу, спрямовану на налагодження ефективної взаємодії у сім'ї.

Підсумовуючи викладене, можна дійти висновку, що неузгодженість норм і способів поведінки партнерів є однією з вагомих причин виникнення подружніх конфліктів у молодій сім'ї. З огляду на це, у ході нашого експериментального дослідження ми виявили, що найбільше конфліктів у молодих подружніх партнерів виникає з приводу розподілу часу, справедливості, охайності, ставлення до батьків як прикладу для наслідування. Важливо також відмітити, що 2/3 досліджуваних сімей мають конфліктні взаємини. Загалом, ми виділили такі групи сімей у залежності від кількості сфер емоційного напруження у стосунках між партнерами:

- а) неконфліктні, які ефективно взаємодіють;
- б) проблемні, які характеризуються вищим рівнем емоційного напруження, однак здатні конструктивно вирішувати суперечки;
- в) конфліктні, які не можуть самотійно розв'язувати конфлікти і потребують психологічної допомоги.

2.3 Тренінгова програма «Конструктивне вирішення конфліктів у сімейному лідерстві»

З метою підготовки молоді до майбутнього сімейного життя і формування вміння конструктивно розв'язувати подружні конфлікти доцільно використовувати активні методи навчання, зокрема тренінги. Кожній молодій людині необхідно допомогти придбати систему знань про сімейне життя, усвідомити свою відповідальність як майбутнього сім'янина, розвинути навички повноцінного міжстатевого спілкування, навчитись адекватних способів взаємодії у поводженні з протилежною статтю, допомогти розкрити свій внутрішній потенціал у вираженні почуттів та емоцій. Тренінгові робота з визначення молоддю своїх життєвих планів і усвідомлення перспективи створення сім'ї має ряд наступних переваг:

- а) груповий досвід допомагає вирішенню міжособистісних проблем;

б) група представляє собою суспільство у мініатюрі, у ній моделюється система взаємин, що характерна для реального життя учасників;

в) можливість одержання зворотного зв'язку і підтримки від людей з подібними проблемами;

г) можливість здобути нові вміння, експериментувати з різними стилями взаємин між рівними партнерами;

д) учасники можуть ідентифікувати себе з іншими;

е) група полегшує процеси саморозкриття, самодослідження і самопізнання.

З огляду це, нами було розроблено тренінгову програму на тему: «Конструктивне вирішення конфліктів у сімейних взаємостосунках». За основу ми взяли тренінгові програми: «Молодь вибирає конструктивний конфлікт», запропоновану Н.В. Кошечко і «Проблема підготовки молоді до сімейного життя», запропоновану А.Й. Капською. Головна мета нашої програми полягає у формуванні в учасників навичок конструктивного розв'язання міжособистісних конфліктів у сімейних взаємостосунках. Досягнення мети тренінгу передбачає розв'язання наступних завдань:

а) обґрунтувати важливість конструктивного розв'язання міжособистісних конфліктів;

б) розкрити суть прояву психічних властивостей особистості під час розв'язання конфліктів;

в) поінформувати про специфіку чоловічого та жіночого сприйняття явища конфлікту і відповідну поведінку у ньому;

г) проаналізувати ефективні прийоми, форми, моделі спілкування у конфлікті;

д) подати рекомендації молодому подружжю щодо поведінки у конфлікті;

е) допомогти учасникам обмінятися досвідом і знаннями з вирішення конфліктних ситуацій.

Варто зазначити, що тренінгова програма спрямована на гармонізацію таких підструктур особистості, як: когнітивної (уточнення, конкретизація і розширення системи знань про себе), афективної (вироблення позитивного самоствердження,

адекватне оцінювання своїх можливостей і потенціалу у майбутньому сімейному житті) і поведінкової (закріплення власної «Я» – концепції у конкретних ситуаціях взаємодії і спілкування з протилежною статтю).

Враховуючи високий рівень зайнятості молоді, яка у переважній більшості вчиться чи працює, тренінг розрахований на невелику кількість годин. Він представляє собою цикл взаємопов'язаних, логічно побудованих шести занять, що проводяться один раз на тиждень. Тривалість кожного заняття становить дві години. Тренінгова програма спрямована на ознайомлення та апробацію молодими людьми різних форм та методів розв'язання конфліктів. Дані заняття, що подаються у компактній формі, є початком та базою для подальшої внутрішньої роботи учасників.

Водночас, психологічний зміст тренінгових занять, цікаві і різноманітні форми роботи, багатий методичний інструментарій викликають у молоді інтерес і бажання їх відвідувати. У ролі ведучого може виступати шкільний психолог, психолог консультативного центру. Реалізація програми вимагає систематичної роботи з групою (10–16 осіб) молодих людей, що дозволяє комплексно підійти до формування у останніх вміння налагоджувати позитивний контакт, конструктивно вирішувати конфлікти. Варто зазначити, що розроблена нами тренінгова програма, за внутрішньою логікою побудови першого заняття, націлена на поглиблене вивчення властивостей особистості, пізнання її внутрішнього світу та його проявів у конфліктах. Друге заняття містить інформаційні матеріали про специфіку особистісного життя іншої людини. Третє заняття пропонує ефективні шляхи вирішення конфліктів. Під час четвертого основний акцент ставиться на конструктивному спілкуванні, в якості загального методу розв'язання конфліктів, який забезпечує результати п'ятого заняття – формування гармонійних, конструктивних стосунків з соціумом. Шосте заняття спрямоване на засвоєння таких найбільш ефективних способів вирішення конфліктних ситуацій, як: переговорів та дискусії.

Кожне заняття складається з декількох частин: вітання, опитування самопочуття, пропозиція ведучим теми, групова дискусія, розминальні вправи,

практичні вправи та їх обговорення, підведення підсумків учасниками, резюмування ведучого, прощання. Така уніфікована етапність розгортання теми сприяє оптимальній організації роботи молодих людей, підвищенню їх активності, готовності приймати і виконувати запропоновані завдання.

Для зручності сприймання подаємо тренінгові програму у таблиці 2.1.

Таблиця 2.1. Структура тренінгу «Конструктивне вирішення конфліктів у сімейних взаємостосунках»

Зміст діяльності	Тривалість, години
Заняття I «Пізнай себе у конфлікті»	2 години
Відкриття тренінгу	10
Прийняття правил роботи групи	10
Вправа «Хто я?»	10
Вправа «Слухові асоціації до поняття «конфлікт»	10
Вправа «Свічки»	20
Вправа «Візуальні асоціації до поняття «конфлікт»	20
Вправа «Конфлікт – це...»	15
Вправа «Мій улюблений казковий герой»	10
Вправа «Позитивний досвід»	10
Вправа «Імпульс»	5
Заняття II «Конфлікт очима чоловіка та жінки»	2 години
Привітання... тільки очима та мімікою обличчя»	10
Вправа «Розтисни кулак»	10
Вправа «Подібності і відмінності»	15
Вправа «Кольорові окуляри»	15
Вправа «Я» у конфлікті»	25
Вправа «Сіамські близнюки»	15
Вправа «Дві кізочки, два козлики»	15
Вправа «Я розумію..., я відчуваю...»	10
Вправа «Спокійний танок»	5
Заняття III «Мистецтво розв'язання конфлікту»	2 години
Вправа-привітання	10
Вправа «Напад – захист»	20
Вправа «Кинь сніжку»	15
Вправа «Телефонна розмова»	10
Вправа «Я...Ти...»	10
Вправа «Дракон, що ловить свій хвіст»	10
Вправа «Розв'язання внутрішньоособистісних, міжособистісних, міжгрупових конфліктів»	20
Вправа «Ложка дьогтю»	10
Вправа «Похвали себе»	10
Вправа «Спогад»	5

Продовження табл.. 2.1.

Заняття IV «Ефективне спілкування у конфлікті»	2 години
Вправа-привітання	10
Вправа «Передача емоцій»	10
Вправа «Кошик ідей»	10
Вправа «Діалог»	20
Вправа «Позитивне мислення»	10
Вправа «Вечір цікавих історій»	15
Вправа «Прийоми активного слухання»	15
Вправа «Спілкування у малих групах»	15
Вправа «Спілкування у парі»	10
Вправа «Наслідування рухів»	5
Заняття V «Конфлікт – це можливість, а не проблема»	2 години
Вправа-привітання	10
Вправа «Довіра»	10
Вправа «Спостереження»	15
Вправа «З конструктивними конфліктами – у майбутнє»	20
Вправа «Помилкове ставлення»	10
Вправа «Рекомендовані стратегії поведінки у конфлікті»	20
Вправа «Друкарська машинка»	10
Вправа «Перефразування»	20
Вправа «Прощання»	5
Заняття VI. Вирішення конфліктних ситуацій у сім'ї	2 години
Вправа-привітання	5
Вправа «Комплімент»	10
Вправа «Прохання»	20
Вправа «Веселий потяг»	15
Вправа «Відкритий конфлікт»	15
Вправа «Вільний стілець»	15
Вправа «Вибір тактики»	25
Підведення підсумків тренінгу	10
Ритуал прощання «Лотос»	5

У процесі реалізації тренінгової програми застосовуються різноманітні прийоми і методи. Більшість вправ поліфункціональні за змістом, спрямовані на одночасне вирішення кількох завдань. Зупинимось детальніше на характеристиці основних методів, які ми включили у нашу тренінгову програму:

1. Групова дискусія дає можливість учасникам побачити обговорювану тему з різних сторін – уточнити взаємні позиції, зменшити опір сприйняттю нової інформації. Вона є способом групової рефлексії через аналіз індивідуальних переживань, що підсилює згуртованість групи й одночасно полегшує саморозкриття учасників тренінгу. Крім цього, розв'язується і ряд проміжних

цілей, таких як: актуалізація і вирішення прихованих конфліктів, усунення емоційної упередженості в оцінці позиції партнера шляхом відкритих висловлювань, надання можливості учасникам виявити свою компетентність і тим самим задовольнити потребу у визнанні та повазі.

2. Рольові ігри створюють нову модель світу, прийнятну для її учасників. У рамках цієї моделі задається нова уявлювана ситуація. Завдяки грі інтенсифікується процес навчання, закріплюються нові поведінкові навички, знаходяться недоступні раніше способи оптимальної взаємодії з однолітками, закріплюються вербальні і невербальні комунікативні вміння.

3. Психогімнастичні вправи сприяють оволодінню учасниками навичками контролю рухової та емоційної сфер. Вони дають можливість переключитися з одного виду діяльності на інший, зняти втому, розслабитися.

4. Арттерапія є одним з найдієвіших методів подолання страхів та агресивних проявів поведінки, посилення почуття ідентичності, ефективним способом розвитку її творчого потенціалу, здатності самовиражатися за допомогою символічної експресії, пізнати себе через мистецтво.

Підсумовуючи викладене, можна дійти висновку, що тренінгова програма «Конструктивне вирішення конфліктів у сімейних взаємостосунках» сприяє формуванню у молоді навичок конструктивного розв'язання міжособистісних конфліктів у сімейних взаємостосунках. Вона спрямована на гармонізацію когнітивної, афективної і поведінкової підструктур особистості. Чітка структура та уніфікована етапність розгортання теми кожного заняття сприяє оптимальній організації роботи молоді, підвищенню її активності, готовності приймати і виконувати запропоновані завдання. У процесі реалізації тренінгової програми застосовуються такі основні методи: групова дискусія, рольові ігри психогімнастичні вправи, артотерапія. Психологічний зміст тренінгових занять, цікаві і різноманітні форми роботи, багатий методичний інструментарій викликають у молоді інтерес і бажання їх відвідувати. Впровадження тренінгової програми сприяло покращенню психологічних показників в середньому на 20-25%.

2.4 Рекомендації щодо особистісних детермінант лідерства в гармонізації подружніх взаємин здобувачів вищої освіти

Ґрунтуючись на узагальненнях теоретичного аналізу і на результатах, отриманих у ході нашого дослідження, варто зазначити, що на сьогодні значна частина молодих сімей не здатні конструктивно вирішувати конфлікти, долати труднощі сімейного життя. Очевидно, брак досвіду спільного прийняття рішень, неузгодженість норм та способів поведінки партнерів, небажання поступатися один одному та ряд інших внутрішніх та зовнішніх чинників зумовлюють таку складну ситуацію. Тому багато молодих сімей потребують кваліфікованої допомоги, яку вони можуть отримати у психологічній консультації. Загалом з метою попередження виникнення конфліктів психологи-консультанти часто використовують рекомендації, які мають психологічну основу.

З огляду на це, нами були розроблені рекомендації, спрямовані на оптимізацію подружніх взаємин у молодій сім'ї, які включають основні вимоги до подружнього спілкування і конструктивного вирішення конфліктів:

1. Неприпустимо з'ясовувати сімейні стосунки перед сторонніми. 2. Не поспішайте розповідати про сімейні конфлікти, оберігайте гідність один одного.
3. Не дозволяйте собі і нікому ображати подружнього партнера, захищайте його добре ім'я. 4. Умійте стати на захист партнера під час суперечок з друзями, родичами. 5. Не соромтесь показувати на людях свою повагу і кохання до партнера, але дотримуйтесь міри. Не бійтеся похвалити один одного.
6. Аналізуйте помилки і недоліки одне одного наодинці, критикуйте по-діловому, спокійно, даючи можливість кожному висловитися до кінця. 7. Умійте забувати погане, якщо партнер визнав свою провину і попросив вибачення. 8. Не слід нікого допускати до з'ясування стосунків у сім'ї. 9. Намагайтесь відчувати стан втоми один одного і своєчасно «розряджайте» негативні емоції. 10. Вчіться не ревнувати партнера до друзів, родичів. Станьте другом друзів вашого партнера, щоб друзі були спільними. 11. Навчіться

пристосовуватись один до одного, поважати звички, працю та бажання інших.

12. Проявляйте інтерес до справ партнера. 13. Вибачайте партнеру дратівливість. Постарайтесь зрозуміти і виправдати його. 15. Завжди будьте готові заспокоїти свого партнера, зняти з нього психічне напруження, прийти на допомогу. 16. Смійтеся разом з людиною, а не над людиною, вирішуйте разом з партнером, а не замість нього.

17. Будьте оптимістами, вірте у краще. Знаходьте джерела щастя і задоволення у всьому.

18. Вмійте розуміти і випереджувати бажання і потреби один одного.

19. Будьте у міру вимогливі до себе і самокритичні.

20. Обмінюйтесь думками з тих чи інших питань, тактовно висловлюйте претензії.

21. Радьтесь з партнером про спільні справи. Свої пропозиції висловлюйте лише у порядку обговорення.

22. Прагніть викликати ентузіазм у свого партнера. Частіше говоріть про його достоїнства. Підкреслюйте партнеру постійно його значущість, робіть це щиро.

23. Не придушуйте волю коханого, не намагайтеся переробити його у відповідності зі своїми уявленнями про ідеал.

24. Не дозволяйте собі те, що забороняєте іншому. Взаєморозуміння неможливе, якщо хтось присвоює собі право на винятковість.

25. Не уникайте труднощів. Спільне подолання складних ситуацій – чудова можливість взаємопізнання.

26. Пам'ятайте, що для людини звук її імені – найсолодший і найважливіший звук людської мови.

27. Щедро даруйте один одному знаки уваги і поваги.

28. Намагайтеся просити, а не вимагати. Пам'ятайте, що поряд з вами людина, що має рівні права з вами.

29. Не маніпулюйте партнером у своїх інтересах, а активно взаємодійте.

30. Завжди вважайте себе відповідальним за свого партнера, за свою сім'ю.

31. Уникайте монотонної одноманітності у сімейному житті.

32. Не забувайте виконувати свої обов'язки і хоч зрідка допомагайте партнеру у виконанні його обов'язків.

33. Постійно вивчайте свого партнера, намагайтеся дізнатися, що йому подобається, приносьте один одному якомога більше радості.

34. Не мрійте про досконалого, ідеального партнера. Не вірте, що з іншим вам було б краще.

35. Прагніть бачити у партнері співбесідника, умійте слухати і чути його.

36. Завжди пам'ятайте, що навіть справедливо докоряючи і критикуючи окремі недоліки партнера, ви не повинні порушувати його впевненості у тому, що загалом високо його цінуєте.

37. Більше уваги приділяйте своїй зовнішності, час від часу змінюйте її, вносьте елементи новизни у ваші стосунки.

38. Поважайте звички партнера, рахуйтеся з ним, критично ставтеся до своїх слабостей. Пам'ятайте, що у шлюбі ніхто нікому нічим не зобов'язаний.

З метою підвищення рівня культури конструктивної поведінки у ситуаціях суперечки, молодому подружжю можна дати такі поради:

1. Для обговорення конфліктних ситуацій виберіть потрібний час.

2. Встановіть для себе істинну причину конфлікту: з'ясуйте причини невдоволення, уважно вислухайте і сформулюйте основні претензії.

3. Усвідомте: чого ви хочете досягнути своїм скандалом?

4. Говоріть лише тільки про конкретний предмет суперечки.

5. Не дозволяйте собі згадувати про попередні невдачі партнера.

6. Сперечайтеся чесно, вимогливо, принципово. Не втрачайте доброзичливість до іншого, не говоріть один одному образливих слів.

7. Не втрачайте контроль над собою, не підвищуйте голос і замість аргументів не використовуйте звинувачення. Чим більш аргументовані докази, тим м'якшим тоном їх викладайте.

8. Не використовуйте прийоми, що зачіпають глибинні почуття людини.

9. У будь-якому конфлікті краще шукайте вину не у партнері, а у собі. Пам'ятайте, що розумний не той, хто правий, а хто розуміє, коли треба зупинитися.

10. Ніколи не пред'являйте свої претензії іронічним тоном, тому що він ображає. Уникайте недомовленостей, подвійного тлумачення сказаних слів, що ускладнює взаєморозуміння.

11. У конфлікті будьте максимально емпатійним, намагайтесь зрозуміти партнера, визнати його право мати свою точку зору.

12. Не поведіться агресивно.

13. Будьте готовими переступити через самолюбство, визнати свою неправоту, почати у будь-яку хвилину переговори. Пам'ятайте про те, що повна перемога у боротьбі з коханою людиною означає поразку її особистості, а значить, поразку всієї сім'ї.

14. Після вичерпання конфлікту переведіть розмову на іншу тему і своїм тоном, всією манерою спілкування покажіть, що сварка вже забута.

Молодому подружжю важливо також знати шляхи і способи виходу з конфлікту:

1. Пом'якшіть чи навіть заперечте можливу провину партнера:

- а) визнайте певну обґрунтованість його дій;
- б) покажіть розуміння його стану;
- в) виправдайте його дії обставинами;
- г) виразіть впевненість, що у партнера не було поганих намірів;
- д) дайте зрозуміти партнеру, що його поведінка некоректна.

2. Якщо нормалізація не відбувається, подумайте, чи не дали ви самі привід для конфліктної поведінки. Якщо приводу ви не давали, то, можливо, що причина такої поведінки партнера не у вас, а у ситуації, яка негативно на нього діє.

3. Спробуйте усунути причину конфлікту:

- а) усуньте випадковий привід для конфлікту чи поясніть неможливість зробити це;
- б) визнайте свою частину провини;

в) пом'якшіть свою провину, тому що ви діяли по-своєму логічно, обґрунтовано;

г) попросіть вибачення.

4. Коли після цих зусиль конфлікт залишається не вичерпаним, здійсніть конструктивну критику конфліктної поведінки партнера. З цією метою тактовно висловіть думку, що дії партнера:

а) необґрунтовані або зовсім необґрунтовані;

б) спричиняють вам чи оточуючим незручності;

в) викликають негативні емоції.

5. Внесіть конструктивні пропозиції стосовно дій партнера і способів ваших взаємин.

6. Знизить значущість нанесеної партнером шкоди:

а) висловіть думку, що все зводиться до непорозуміння;

б) покажіть, що все легко виправити.

7. Висловіть жаль з приводу:

а) обставин;

б) поведінки партнера;

в) необхідності вести подібну розмову.

8. Дайте партнерові можливість розрядитися, виговоритися.

Висновки до другого розділу

Підсумовуючи викладене, варто зазначити, що з метою попередження виникнення конфліктів психологи-консультанти часто використовують рекомендації, що мають психологічну основу. Рекомендації, які включають основні вимоги до подружнього спілкування і конструктивного вирішення конфліктів, є ефективним засобом оптимізації подружніх взаємин у молодій сім'ї.

1. На сьогодні фахівцями у галузі психологічної діагностики розроблена значна кількість діагностичних схем для дослідження сім'ї.

2. Відповідно до результатів експериментального дослідження 2/3 молодих подружніх пар мають конфліктні взаємини, а також усі сім'ї у залежності від

кількості сфер емоційного напруження у стосунках між партнерами ми поділили на три групи: неконфліктні, проблемні, конфліктні.

3. Тренінгова програма «Конструктивне вирішення конфліктів у сімейних взаємостосунках» є ефективним засобом формування у молоді навичок конструктивного розв'язання міжособистісних конфліктів у подружніх взаєминах.

4. Психологічні рекомендації сприяють оптимізації подружніх взаємин у молодій сім'ї.

ВИСНОВКИ

Проблема подружніх конфліктів у молодій сім'ї є на сьогодні дуже актуальною, адже дослідження М.І. Алексєєвої, Т.В. Говорун, С.В. Дворняка, В.І. Зацепіна, Т.С. Кириленко, С.В. Ковальова, О.С. Кочаряна, М.М. Обозова дозволяють стверджувати про наявність кризи, в якій опинилась сьогодні молода сім'я як елемент соціальної системи суспільства. Ознаками такої кризи є: високий рівень незадоволеності подружнім життям, дисфункційний розвиток взаємин у шлюбі, конфліктність, стійка орієнтація подружжя на розлучення, на малодітну сім'ю, нездатність досягти злагоди, зростання кількості розлучень. Під цим кутом зору стає зрозумілим, що сім'я, особливо на початковій стадії її розвитку, потребує психологічної підтримки та допомоги.

Проблемою сімейних конфліктів займалися багато як вітчизняних, так і зарубіжних вчених. Методологічну основу наших теоретико-експериментальних пошуків склали дослідження Г.М. Андрєєвої, Ю.Е. Альошиної, Н.В. Грішиної, Е.Г. Ейдемільера, М.А. Іванової, С.В. Ковальова, С. Кратохвіла, Н. Пезешкіана, В.А. Сисенко, Т.М. Трапезнікової, Л.Б. Шнейдер, В.Р. Юстіцкіса тощо. Попри досить значний обсяг теоретичної та прикладної розробки даної проблеми, вона і досі викликає гострі дискусії. У літературі немає єдиної думки щодо комплексного підходу до діагностики сімейних взаємин, недостатньо розроблені шляхи попередження та подолання виникнення протиріч у сім'ї. Значної уваги потребує теоретичне та експериментальне дослідження причин виникнення подружніх конфліктів у молодій сім'ї, яка легко піддається впливу різноманітних зовнішніх і внутрішніх негативних чинників. Очевидна актуальність, недостатня розробленість та перспективність дослідження даної проблеми зумовили вибір теми наших наукових пошуків.

Відповідно до законодавства, сім'ю складають особи, які спільно проживають, пов'язані спільним побутом, мають взаємні права та обов'язки. Аналіз літератури з даної проблематики дає підстави для висновку про важливість початкового періоду розвитку сім'ї. У молодих сім'ях формується модель

майбутніх сімейних стосунків, здійснюється розподіл прав і обов'язків, утворення духовних зв'язків між партнерами, пошук такого типу ставлень, який би задовольняв їх обох, вироблення на цій основі загальних сімейних цінностей. Особливу увагу фахівці звертають на чинники дестабілізації сімейного життя майбутнього подружжя, зокрема такі, як: коротка тривалість дошлюбного знайомства, відсутність спільних інтересів у подружжя, дошлюбна вагітність, значна матеріальна, емоційна і психологічна залежність партнерів від своїх батьків, невиправдана ідеалізація, розбіжність установок подружжя стосовно розподілу сімейних ролей.

З огляду на це, у молодій сім'ї існує значна ймовірність виникнення подружніх конфліктів. У психології під конфліктом розуміється зіткнення протилежно спрямованих інтересів, цілей, думок суб'єктів взаємодії чи опонентів. Сутністю подружнього конфлікту є зіткнення суперечливих позицій членів сім'ї. Основою сімейних конфліктів, на думку науковців, є розходження між уявленнями партнерів стосовно потреб одне одного, між уявленнями і очікуваннями одного стосовно іншого. Фахівці у галузі сімейного консультування і психотерапії, Альошина Ю.Е., Ейдемільер Е.Г., Юстіцкіс В.В., Шнейдер Л.Б., стверджують, що у випадку хронічних конфліктів бажаною є допомога сімейного консультанта чи психотерапевта.

Варто зазначити, що у процесі сімейного консультування і психотерапії відбувається модифікація взаємин між членами сім'ї як системи за допомогою психотерапевтичних та психокорекційних методів. У межах сімейної психотерапії існують різні підходи до надання психологічної допомоги сім'ї: психодинамічна, структурна, поведінкова, комунікативна, трансакційна, стратегічна модель консультування сім'ї, а також модель консультування, яка базується на досвіді.

Грунтуючись на викладеному, варто зазначити, що ефективність надання консультативної допомоги сім'ї залежить від вдалого вибору діагностичного інструментарію. Аналіз літератури засвідчує, що на сьогодні фахівцями у галузі психологічної діагностики розроблена значна кількість діагностичних схем для дослідження сім'ї, а саме: «модель Мак-Мастерса», описана Н. Епштейном, Б.

Бішопом і Л. Балдвіном, «Триосьова класифікація проблемних сімей» В. Танга, Дж. Мак-Дермота, «колова модель» Д. Ольсона, Д. Шпренкле, К. Руссея, модель оцінки сім'ї В.Біверса і М. Войлєро.

Особливу увагу дослідники звертають на конкретні діагностичні методи, які дозволяють психологу здійснити аналіз подружніх взаємин. Серед них значною ефективністю відрізняються наступні: поетапна методика вивчення сім'ї Г.М. Андрєєвої; техніка спрямованої рефлексії конфліктної події В.А. Смєхова; методика діагностики психологічного здоров'я сім'ї, розроблена В.С. Торохтій; методика діагностики міжособистісних взаємин Т.Лірі; Вісбаденський питальник, розроблений Н. Пезешкіаном; кольоровий тест взаємин у сім'ї; методика діагностики міжособистісного сімейного конфлікту, розроблена В.П. Левкович, О.Е. Зуськова; модифікація тесту Роршаха для діагностики порушення сімейного спілкування.

Наше експериментальне дослідження було спрямоване на визначення причин виникнення подружніх конфліктів у молодій сім'ї і передбачало проведення опитування молодих подружніх пар за допомогою Вісбаденського підходу до методу позитивної психотерапії і сімейної психотерапії, розробленого Н. Пезешкіаном при співробітництві Х. Дайдєнбаха. Воно проводилося на молодих сім'ях, з яких один чи обое членів є студентами і було спрямоване на виявлення причин виникнення подружніх конфліктів у молодих сім'ях. Вибірка становила 89 молодих подружніх пар. Однією з найважливіших для нашого дослідження була теза про те, що неузгодженість норм та способів поведінки партнерів є однією з причин виникнення подружніх конфліктів у молодій сім'ї. Зокрема, неузгодженість може виникати через значну різницю у вираженості у партнерів наступних поведінкових норм і правил, виділених Н. Пезешкіаном: акуратності, охайності, пунктуальності, ввічливості, чесності, працелюбності, надійності, ощадливості, покірності, справедливості, вірності, терпіння, розподілу часу, частоти контактів, довіри, надії, ніжності, сексуальності, любові, віри, фантазії, ставлення до власного тіла, до батьків як прикладу, зразка для наслідування.

Відповідно до результатів нашого експериментального дослідження найбільше конфліктів у молодих сім'ях виникає з приводу розподілу часу, справедливості, охайності, ставлення до батьків як прикладу для наслідування. Важливо також відмітити, що 2/3 досліджуваних подружніх пар мають конфліктні взаємини. Загалом, ми виділили такі групи сімей у залежності від кількості сфер емоційного напруження у стосунках між партнерами: неконфліктні, проблемні, конфліктні.

З метою формування у молоді навичок конструктивного розв'язання міжособистісних конфліктів у подружніх взаєминах ми розробили тренінгову програму на тему: «Конструктивне вирішення конфліктів у сімейних взаємостосунках». Вона спрямована на гармонізацію когнітивної, афективної і поведінкової підструктур особистості. Чітка структура та уніфікована етапність розгортання теми кожного заняття сприяє оптимальній організації роботи молоді, підвищенню її активності, готовності приймати і виконувати запропоновані завдання. У процесі реалізації тренінгової програми застосовуються такі основні методи: групова дискусія, рольові ігри психогімнастичні вправи, арттерапія. Психологічний зміст тренінгових занять, цікаві і різноманітні форми роботи, багатий методичний інструментарій викликають у молоді інтерес і бажання їх відвідувати.

Варто зазначити, що з метою попередження виникнення сімейних конфліктів психологи-консультанти часто використовують рекомендації, які мають психологічну основу. З огляду на це, нами були розроблені рекомендації, спрямовані на оптимізацію подружніх взаємин у молодій сім'ї, які включають основні вимоги до подружнього спілкування і конструктивного вирішення конфліктів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Альошина Ю.Є. Індивідуальне та сімейне психологічне консультування. К: Клас, 2020. 245 с.
2. Андрєєва Т.В. Психологія сучасної сім'ї Монографія. Херсон: Мова, 2021. 435 с.
3. Бейкер К. Теорія сімейних систем М. Боуена: [Ст. амер. психолога]. Проблеми психології. 2021. №6. С. 155-164.
4. Бендлер Р., Гріндер Д., Сатир В. Сімейна терапія та НЛП. К., 2019. Інститут загальногуманітарних досліджень. 243 с.
5. Великий психологічний словник/ Упоряд. та заг. ред. Б. Мерещяков, В. Зінченко, Харків. ПРАЙМ-ЄВРОЗНАК, 2013. 672 с. (Проект "Психологічна енциклопедія").
6. Варга А.Я. Системна сімейна психотерапія: Короткий лекційний курс. Миколаїв: Мова, 2021. 144 с.
7. Вишневецька В.М. Експериментальне дослідження психологічних особливостей антиципації подружжям розвитку своїх відносин. Вісник Дніпропетровського університету. Дніпро. 2020. Вип. 5. С. 32-41.
8. Волкова А.М., Трапезнікова Т.М. Методичні проблеми діагностики подружніх стосунків. Проблеми психології. 2015. №5 С. 110-116.
9. Гребенніков І.Ф. Основи сімейного життя. Львів: Просвітництво, 2021. 153 с.
10. Джордж Рікі, Крістіані Тереза Консультування: теорія та практика Пер. з англ. А. Шадура. Вид-во Ексімо, 2012. 448 с. (Серія «Мистецтво консультування»)
11. Єлізаров А.Н. Основи індивідуального та сімейного психологічного консультування. Навчальний посібник. Мукачево, 2018. 335 с.
12. Желдак І.М. Мистецтво бути сім'єю. Практичний посібник. Львів, 2018. 75 с.

13. Кабанов М.М., Лічко А.Є., Смирнов В.М. Методи психологічної діагностики корекції в клініці. К., 2013. 310 с.
14. Калашник Т.І. Метод позитивної психотерапії у груповій та індивідуальній психокорекції. Одеса – Черкаси – Вісбаден, 2020. 73 с.
15. Калмикова Є.С. Психологічні проблеми перших років подружнього життя. Проблеми психології. 2013. №3. С. 83-89.
16. Ковальова Л. Психологічні аспекти дружніх конфліктів. Матеріали студентської наукової конференції, присвяченої 170-річчю з дня народження Ю. Федьковича (12–13 травня 2004). Чернівці, 2014. С. 143-144.
17. Ковальов С.В. Психологія сучасної сім'ї. Вінниця: Просвітництво, 2018. 185 с.
18. Кошечко Н.В. Тренінг «Молодь вибирає конструктивний конфлікт». Практична психологія та соціальна робота. 2012. №7-11.
19. Кравець В.П. Психологія сімейного життя: Навч. сел. Частина. І. Тернопіль, 2015. 696 с.
20. Кравець В.П. Психологія сімейного життя: Навч. сел. Частина. ІІ. Тернопіль, 2015. 696 с.
21. Кралешіна Ю.Є. Індивідуальне консультування. Рівне.: Клас, 2019. - 243 с.
22. Кіреєва Т.В. Психологія сім'ї. Монографія. Херсон.: Мова, 2013. 439 с.
23. Кейкер К. Теорія сімейних відносин: [Ст. амер. психолога]. Питання психології. 2012. №8. С. 158-166.
24. Кендлер Р., Сатир Ст. Сімейна терапія. К., 2013: Інститут загальногуманітарних досліджень. 248 с.
25. Короткий психологічний словник. Упоряд. та заг. ред. Б. Мерешяков, В. Зінченко, К. ПРАЙМ-ЄВРОЗНАК, 2013. 272 с. (Проект «Психологічна енциклопедія»).
26. Карлос А.Я. Системна психотерапія: Короткий лекційний курс. К.: Мова, 2021. -144 с.

27. Кишневецька В.М. Експериментальне дослідження психологічних особливостей антиципації. Вісник Дніпропетровського університету. Дніпро. 2010. Вип. 6. С. 32-59.
28. Колкова О.М. Методичні проблеми діагностики подружніх відносин. Проблеми психології. 2015. №5 С. 110-116.
29. Кребенніков І.Ф. Основи сімейної психотерапії. Харків: Просвітництво, 2011. 153 с.
30. Кен Рікі, Крістіані Тереза. Консультування. Пров. з англ. А. Шадура. Вид-во Ексімо, 2012. 448 с. (Серія «Мистецтво консультування»)
31. Кізаров А.Н. Основи індивідуального та сімейного психологічного консультування. Навчальний посібник. Мукачево, 2013. 335 с.
32. Келдак І.М. Мистецтво бути сім'єю. Практичний посібник. К., 2018. 75 с.
33. Кабанов М.М., Лічко А.Є., Смирнов В.М. Методи психологічної діагностики та корекції в клініці. К., 2013. 310 с.
34. Калашник Т.І. Метод позитивної психотерапії у груповій та індивідуальній психокорекції. Одеса - Черкаси - Вісбаден, 2010. 73 с.
35. Калмикова Є.С. Психологічні проблеми перших років подружнього життя. Проблеми психології. 2013. №3. С. 83-89.
36. Ковальова Л. Психологічні аспекти дружніх конфліктів. Матеріали студентської наукової конференції, присвяченої 170-річчю з дня народження Ю. Федьковича (12–13 травня 2004). Чернівці, 2014. С. 143-144.
37. Ковальов С.В. Психологія сучасної сім'ї К: Просвітництво, 2018. 185 с.
38. Кошечко Н.В. Тренінг «Молодь вибирає конструктивний конфлікт». Практична психологія та соціальна робота. 2012. №7-11.
39. Кравець В.П. Психологія сімейного життя: Навч. сел. Частина. І. Тернопіль, 2005. - 696 с.
40. Кравець В.П. Психологія сімейного життя: Навч. сел. Частина. ІІ. Тернопіль, 2015. 696 с.
41. Кратохвіл С. Психотерапія сімейно-сексуальних дисгармоній. Пров. з чеської. К: Медицина, 2021. 275 с.

42. Левкович В., Зуськова О., Методика діагностики подружніх відносин. Проблеми психології. 2017. №4. С. 128-134.

43. Лисенко О.В. Модифікація методики дослідження особливостей міжособистісного сприйняття у конфліктній ситуації. Практична психологія та соціальна робота. 2015. №5. С. 23-27.

44. Мінухін С., Фішман Ч. Техніки сімейної терапії/Пер. з англ. А.Д. Йорданського. К.: Незалежна фірма "Клас", 2018. 304 с. (Бібліотека психології та психотерапії).

45. Молода сім'я: проблеми та умови її становлення / За ред. проф. А.Й. Капської, К.: ДЦССМ, 2013. 184 с.

46. Москаленко В.В. Конфлікт. Практична психологія та соціальна робота. 2015. №5. С. 13-16.

47. Навайтіс Г. Парадигми сімейної психодіагностики. Світ психології. 2013. №3. С. 231-236.

48. Навайтіс Г. Сім'я у психологічній консультації. К: Психолого-соціальний інститут; Київ: Видавництво НВО «МОДЕК», 2009. 224 с. (Серія "Бібліотека педагога-практика").

49. Основи психології: Практикум / Ред.-упоряд. Л.Д. Столяренка. Вид 5 е. Херсон: вид-во «Фенікс», 2014. 704 с. (Серія «Вища освіта»).

50. Пезешкіан Н. Психотерапія повсякденного життя: тренінг вирішення конфліктів. Львів: Мова, 2021. 288 с.

51. Пезешкіан Н. Торговець та папуга. Східні історії та психотерапія: Пер. з ним. / Загальн. ред. А.В. Брушлинського та А.З. Шапіро, передисл. А.В. Брушлинського, комент. О.З. Шапіро. М., 2021. 98 с.

52. Пезешкіан Н. 33 - і одна форма партнерства: Пер. з ним. - К.: Медицина, 2008. 228 с.: Іл.

53. Психологія сім'ї. Хрестоматія: Навчальний посібник для факультетів психології, соціології, економіки та журналістики / Ред. Д.Ф. Райгородський. Харків: Бахрак. М., 2019. 752 с. (Психологія сімейних стосунків).

54. Психологія. Словник / За заг. ред. А.В. Петровського, М.Г. Ярошевського. - 2 е вид., Випр. та дод. К.: Політвидав, 2020. 174 с.
55. Психотерапевтична енциклопедія / за ред. Карвасарського. К. ПРТС. Ком, 2019. 752 с. (Серія «Майстри психології»).
56. Сатир В. Як будувати себе та свою сім'ю. К., 2012. 96 с.
57. Сатир В. Психотерапія сім'ї. Львів: Мова, 2010. 283 с. (Психотерапія на практиці).
58. Сім'я в психологічній консультації: Досвід та проблеми психологічного консультування/НДІ заг. та пед. психології АПН; [А.А. Бодальов та ін]; За ред. А.А. Бодальова, В.В. Століна. К. Педагогіка, 2019. 206 с.
59. Семягіна О.С., Еткінд А.М. Застосування колірної тесту відносин щодо неврозогенної сім'ї. Проблеми психології. 2021. №3. С. 80-85.
60. Сімейний кодекс України. За станом на 19 вересня 2020 року. З додатком за станом на 22 вересня 2020 року // Верховна Рада України: Офіційне видання. К.: Парламентське видавництво, 2020. 84 с. (Бібліотека офіційних видань).
61. Сисенко В.А. Подружні конфлікти. К., 2019. 132 с.
62. Сисенко В.А. Стійкість шлюбу. Проблеми, фактори, умови. К: Думка, 2021. 156 с.
63. Сміхов В.А. Досвід психологічної діагностики та корекції конфліктного спілкування в сім'ї. Проблеми психології. №4. 2015. С. 34.
64. Соколова Є.Т. Модифікація тесту Роршаха для діагностики розладів сімейного спілкування. Проблеми психології. 2015. №4. С. 145-150.
65. Торохтій В.С. Методика діагностики психологічного здоров'я сім'ї. Практична психологія та соціальна робота. 2019. №9. С. 30-37.
66. Шерман Р., Фредман Н., Структуровані техніки сімейної терапії: Керівництво/Пер. з англ. О.З. Шапіро. К: Незалежна фірма «Клас», 2017. 336 с. (Бібліотека психології та психотерапії).
67. Шнейдер А.Б. Психологія сімейних стосунків: Курс лекцій. К: Квітень-Прес, 2020. 512 с. (Сер. "Кафедра психології").

68. Шнейдер Л.Б. Посібник із психологічного консультування: Навчальний посібник. К.: Вісь 89, 2013. 272 с.

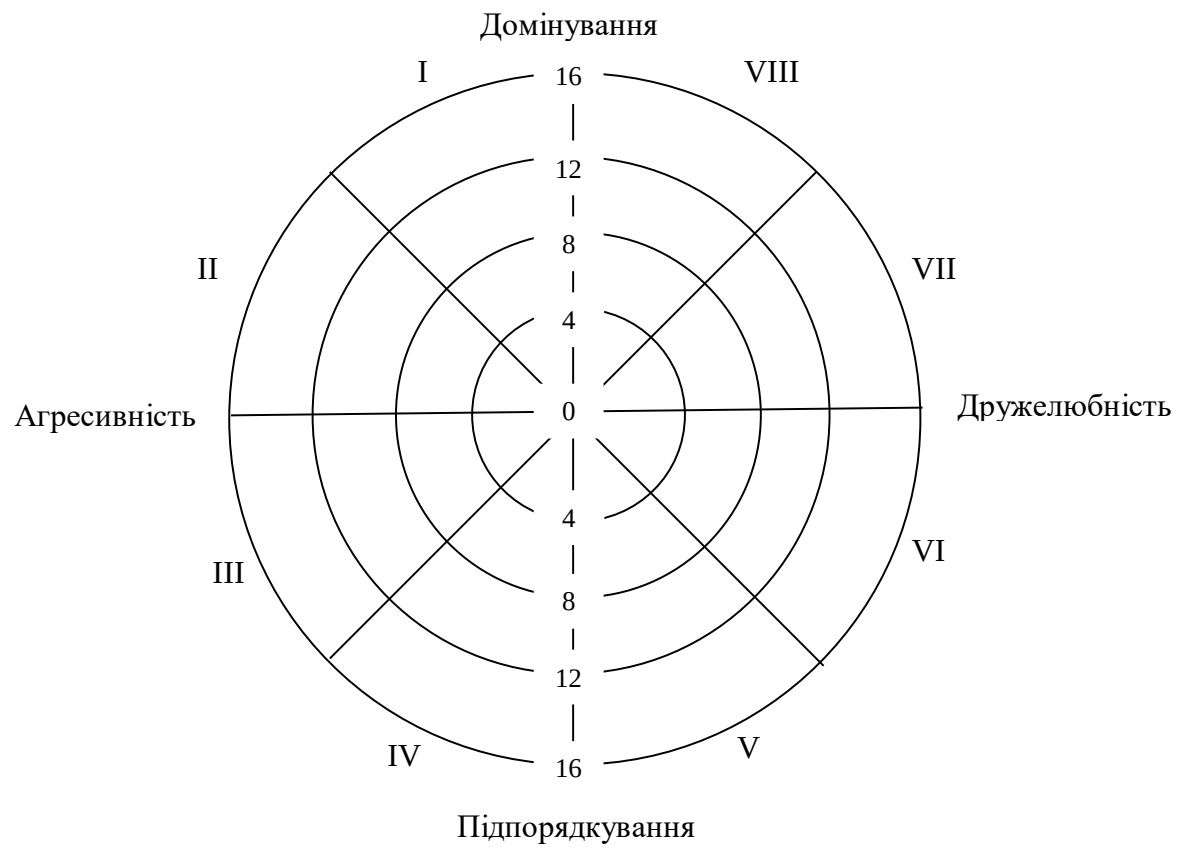
69. Ейдемільер Е.Г., Юстіцкіс В. Психологія та психотерапія сім'ї К: Велес, 2019. 656 с. (Сер. «Майстри психології»).

70. Ейдемільер Е.Г., Юстіцкіс В.В. Сімейна психотерапія. К.: Медицина, 2020. 490 с.

71. Anderson, J. A. Borkowski. Experimental Psychology. Research Tactics and their Applications. USA, 2018. P.350-355.

Додаток А

Дискограма стилю міжособистісної лідерської поведінки Т. Лірі



Інструкція

На наступних сторінках вам пропонуються твердження і висловлювання, які потрібно оцінити. Оцінюючи їх, ви не можете зробити щось «неправильно», тому що кожна людина має право на свою власну думку. Ви можете вибрати будь-яку відповідь з чотирьох варіантів:

1. Якщо ви згодні з якимось твердженням, поставте хрестик зліва (перша колонка), під словом «так».

2. Якщо ви не згодні з якимось твердженням, поставте хрестик справа (четверта колонка), над словом «ні».

Може так статися, що вам важко, як повністю підтвердити, так і відкинути якесь висловлювання, оскільки воно може бути для вас правильним чи неправильним лише за певних умов. У цих випадках у вас є дві можливості:

3. Якщо ви схиляєтесь до того, що якесь твердження більше підходить вам, ніж не підходить, то ви можете поставити хрестик ближче до «так» (друга колонка).

4. Якщо ви швидше всього не згодні з якимось твердженням, ніж можете підтвердити його, то поставте хрестик ближче до «ні» (третя колонка).

Будь-ласка, виберіть для кожного висловлювання один варіант відповіді. Оскільки ви не можете відповісти «неправильно», не думайте довго, а швидко відзначаєте свої відповіді одна за одною.

Слова «батьки», «батько», «мати» означають, насамперед, ваших батьків. Якщо ж ви росли здебільшого у родичів, в сім'ї опікунів чи прийомних батьків, а також у дитячому будинку, то слова «батьки», «батько», «мати» означають у такому випадку тих вихователів, які відігравали для вас роль батьків (наприклад, бабуся, дядько, сестра, сусід, няня, вихователь дитячого будинку і т.д.).