

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**Тернопільський національний економічний університет**  
**Юридичний факультет**  
Кафедра психології та соціальної роботи

**БАВДА Руслан Вікторович**

**Актуалізація регуляційного потенціалу Я-концепції  
подружніх пар/  
Actualization the regulative potential of self-conception of  
married couples**

спеціальність: 8.18010001 - Управління соціальним закладом  
магістерська програма - Управління соціальним закладом  
Магістерська робота

Виконав студент групи УСЗм-21  
Р.В. Бавда

---

Науковий керівник:  
д.пс.н., доцент О.Є. Фурман

---

Магістерську роботу  
допущено до захисту:

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Завідувач кафедри  
\_\_\_\_\_ **А. В. Фурман**

**ТЕРНОПІЛЬ-2017**

## АНОТАЦІЯ

**Бавда Руслан Вікторович. Актуалізація регуляційного потенціалу Я-концепцій подружніх пар.** – Рукопис.

Дослідження на здобуття освітньо-кваліфікаційного рівня магістра за спеціальністю 8.18010001 – «Управління соціальним закладом». – Тернопільський національний економічний університет. Юридичний факультет. – Тернопіль, 2016.

У магістерській роботі обґрунтовано феномен Я-концепції як регулятор подружніх взаємостосунків; описано систему уявлень людини про себе у соціально-психологічному дискурсі; емпірично вивчено особливості функціонування Я-концепцій подружніх пар як регуляційного чинника їхніх сімейних взаємин; охарактеризовано принципи, підходи і методи соціально-психологічної допомоги подружжю.

## ANNOTATION

**Bavda Ruslan Victorovych. Actualization of regulative potential of self-concept of married couples.** – Manuscript.

Research on gaining education-qualification level Master of specialty 8.18010001 – "Managing social institution." – Ternopil National Economic University. Faculty of Law. – Ternopil, 2016.

In the master's work substantiated the phenomenon of self-concept as a regulator of the marital relationship; described a system of human representations of themselves in the socio-psychological discourse; empirically studied the peculiarities of functioning self-concept of married couples as regulatory factors of their family relationships; characterized principles, approaches and methods of social-psychological help to couples.

## РЕЗЮМЕ

**Магістерська робота** складається із вступу, трьох розділів, висновків до них, загальних висновків, списку використаних джерел. Робота містить 102 сторінки загального тексту, основного – 91 сторінку, 1 рисунок, 8 таблиць, список використаних джерел налічує 79 найменувань.

**Мета** дослідження полягає в обґрунтуванні зовнішніх умов і внутрішніх чинників актуалізації взаємозалежного регуляційного потенціалу Я-концепції молодих подружніх пар.

**Об'єктом дослідження** є подружні взаємовідносини чоловіка і жінки на етапі становлення і функціонування сім'ї як малої групи і соціального інституту, а **предметом** – регуляційно-психологічні відмінності Я-концепцій представників подружніх пар як чинники взаємодоповнення міжособистих стосунків у сім'ї.

**Одержані висновки та їх новизна:** на основі міждисциплінарного аналізу проблематики подружніх взаємовідносин у часопросторі сім'ї як малої групи і соціального інституту, створено та застосовано принципи, орієнтири і методи психодіагностичного вивчення гендерних особливостей Я-концепцій подружніх партнерів, а також встановлені регуляційно-психологічні відмінності концептуальних «Я» чоловіка та жінки як чинники взаємодоповнення міжособистих стосунків у сім'ї.

**Ключові слова:** подружні пари, Я-концепція, самоствавлення, установки, Я-образ, самооцінка, гендерні відмінності, сім'я.

## RESUME

**Master's work** consists of introduction, three chapters, conclusions to them, general conclusions, list of used sources. The work contains 102 pages of total text, the main – 91 pages, 1 picture, 8 tables, list of used sources includes 79 items.

**The purpose** of the research is to substantiate external conditions and internal factors of actualization interdependent regulative potential of self-concept of young married couples.

**The object** of research is marital relationships of man and woman at the stage of becoming and functioning family as a small group and a social institution, and **the subject** – regulatory-psychological differences of self-concept of representatives of married couples as complementarity of interpersonal relationships in the family.

**Received conclusions and their novelty:** based on an interdisciplinary analysis of problems in the marital relationship in timespace of family as a small group and social institution, created and applied principles, landmarks and methods psychodiagnostic study of gender peculiarities of self-concepts of married partners and also established regulatory-psychological differences of conceptual "I" of man and woman as factors of complementarity of interpersonal relationships in the family.

**Key words:** married couples, self-concept, self-becoming, installing, self-image, self-esteem, gender differences, family.

## **ПЛАН**

### **Вступ**

#### **Розділ 1. Система уявлень людини про себе як предмет соціогуманітарного пізнання**

1.1. Теоретичні засади дослідження Я-концепції в науці

1.2. Структурні компоненти Я-концепції особистості та їх змістово-сутнісне наповнення

1.3. Залежність подружніх взаємостосунків від гендерних особливостей Я-концепції чоловіка та жінки

Висновки до розділу 1

#### **Розділ 2. Емпіричне вивчення особливостей функціонування Я-концепцій подружніх пар як регулятора сімейних взаємин**

2.1. Принципи і методологічні орієнтири експериментального дослідження

2.2. Експериментально-констатувальне вивчення особливостей Я-концепцій подружніх партнерів

Висновки до розділу 2

#### **Розділ 3. Пізнання і формування подружніх взаємостосунків у процесі впровадження експериментальних умов**

3.1. Дослідження рольових очікувань, домагань і самоставлень у подружніх парах

3.2. Підходи і методи соціально-психологічної допомоги подружжю під час формувального експерименту

Висновки до розділу 3

### **Висновки**

### **Список використаних джерел**

## ЗМІСТ

<b>Вступ.....</b>	<b>4</b>
<b>Розділ 1.</b>	
<b>Система уявлень людини про себе як предмет соціогуманітарного пізнання.....</b>	<b>7</b>
1.1. Теоретичні засади дослідження Я-концепції в науці.....	7
1.2. Структурні компоненти Я-концепції особистості та їх змістово-сутнісне наповнення.....	14
1.3. Залежність подружніх взаємостосунків від гендерних особливостей Я-концепції чоловіка та жінки.....	20
Висновки до розділу 1.....	34
<b>Розділ 2.</b>	
<b>Емпіричне вивчення особливостей функціонування Я-концепцій подружніх пар як регулятора сімейних взаємин.....</b>	<b>36</b>
2.1. Принципи і методологічні орієнтири експериментального дослідження..	36
2.2. Експериментально-констатувальне вивчення особливостей Я-концепцій подружніх партнерів.....	45
Висновки до розділу 2.....	60
<b>Розділ 3. Пізнання і формування подружніх взаємостосунків у процесі впровадження експериментальних умов.....</b>	<b>61</b>
3.1. Дослідження рольових очікувань, домагань і самоствавлень у подружніх парах.....	61
3.2. Підходи і методи соціально-психологічної допомоги подружжю під час формувального експерименту.....	74
Висновки до розділу 3.....	87
<b>Висновки.....</b>	<b>89</b>
<b>Список використаних джерел.....</b>	<b>92</b>

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження.** Подружня пара як повноцінна основа сім'ї пов'язана, як відомо, спільним побутом та взаємною відповідальністю, щонайперше, перед своїми дітьми, а відтак відіграє важливу роль під час розвитку й функціонування суспільства. Сім'я як соціальний інститут сприяє соціалізації майбутнього покоління, формує його відповідну ціннісно-смыслову сферу і т. ін., оскільки є основним осередком суспільства.

Зрозуміло, що соціально-економічні труднощі, безробіття, працевлаштування за кордоном одного із членів подружжя, розірвання шлюбу – все це знижує його адаптаційні можливості і спричиняє деформації у вихованні як своїх нащадків, так і в культурних процесах суспільства. Подружня пара, виконуючи відповідною мірою свої соціальні ролі, котрі утверджувалися у процесі соціально-історичного розвитку, утримує міцно укорінені стереотипи стосовно місця чоловіка і жінки у сім'ї, що пов'язане із сформованими їхніми Я-концепціями. Прийнято, що перші уявляють і позитивно приймають себе шляхом вироблених установок щодо успішно виконуваних, в основному, трудових і професійних успіхів, а другі – за наявності повноцінної сім'ї, дітей і таке інше (хоча професійна кар'єра подекуди може бути й основною). Ці узагальнені усталені стереотипи вказують на їхні гендерні відмінності і ставлення як до себе, так і дітей та інших членів суспільства.

Відтак науковий інтерес до актуалізації регуляційного потенціалу Я-концепції подружжя викликаний індивідуальними характеристиками особистості (установки, переконання, уявлення та ін.), які мають вплив на подружню взаємодію, а також зумовлений тим, як адекватний чи неадекватний взаємовплив один на одного сприяє їхньому особистісному розвитку (самоствлення, самооцінка, саморегуляція та ін.). Окрім того, це стосується й Я-концепцій чоловіків і жінок, котрі перебувають у шлюбі та здатні актуалізувати перехід від «Я» до «Ми».

**Мета** роботи полягає в обґрунтуванні зовнішніх умов і внутрішніх чинників актуалізації взаємозалежного регуляційного потенціалу Я-концепції молодих подружніх пар.

**Об'єктом дослідження** є подружні взаємостосунки чоловіка і жінки на етапі становлення і функціонування сім'ї як малої групи і соціального інституту, а **предметом** – регуляційно-психологічні відмінності Я-концепцій представників подружніх пар як чинники взаємодоповнення міжособистих стосунків у сім'ї.

**Завдання** наукового дослідження:

- 1) обґрунтувати систему уявлень, ставлень, установок людини про себе у соціально-психологічному дискурсі;
- 2) емпірично вивчити особливості функціонування Я-концепцій подружніх пар як особливого регуляційного чинника їхніх сімейних взаємостосунків;
- 3) описати принципи, методологічні орієнтири, підходи і методи соціально-психологічної допомоги подружжю.

**Теоретико-методологічну основу** дослідження становлять: принципи і підходи про явище самосвідомості особистості (І.С. Кон, В.В. Столін, М.Й. Боришевський, А.В. Фурман, П.Р. Чамата); принцип єдності свідомості, діяльності та спілкування (С.Л. Рубінштейн, Г.О. Балл, М.І. Боришевський, З.С. Карпенко, О.М. Леонт'єв, С.Д. Максименко, Н.В. Чепелева та ін.); структура глобальної Я-концепції Р. Бернса; взаємодоповнення структурних компонентів позитивно-гармонійної Я-концепції О.Є. Фурман; гендерний підхід до розмежування відмінностей між маскуліною і фемінною природою чоловіка і жінки (Т.В. Говорун, О.М. Кікінеджи, А.В. Фурман, Т.Л. Надвична).

Для розв'язання поставлених завдань використовувались такі **методи дослідження**: теоретико-методологічний аналіз наукової літератури; методи індукції та дедукції, узагальнення; концептуалізація експериментальних даних; спостереження, бесіда, моделювання експериментальних ситуацій, інтерв'ю, анкетування, проєктивні методики, РОД (рольові очікування та домагання у

шлюбі), методика вивчення самоствавлення С.Р. Пантелєєва; емпіричні – констатувальний та формувальний експерименти; методи математичної статистики – кореляційний аналіз, методи порівняння та ін.

**Одержані висновки та їх новизна:** на основі міждисциплінарного аналізу проблематики подружніх взаємостосунків у часопросторі сім'ї як малої групи і соціального інституту, створено та застосовано принципи, орієнтири і методи психодіагностичного вивчення гендерних особливостей Я-концепцій подружніх партнерів, а також встановлені регуляційно-психологічні відмінності концептуальних «Я» чоловіка та жінки як чинники взаємодоповнення міжособистих стосунків у сім'ї.

**Апробація дослідження.** Дослідження було проведено на базі міського відділу служби сім'ї та молоді Тернополя.

За **структурою** робота складається: із вступу, трьох розділів і висновків до них, загальних висновків та списку використаних джерел.



# РОЗДІЛ 1

## СИСТЕМА УЯВЛЕНЬ ЛЮДИНИ ПРО СЕБЕ ЯК ПРЕДМЕТ СОЦІОГУМАНІТАРНОГО ПІЗНАННЯ

### 1.1. Теоретичні засади дослідження Я-концепції в науці

Наукове підґрунтя проблеми самоставлень, самоуявлень, самопереконань або Я-концепції міститься у працях вітчизняних і зарубіжних методологів, філософів, управлінців-менеджерів, психологів, соціологів, педагогів тощо. І це не дивно, адже природа людського Я та самосвідомості завжди була предметом досліджень Дж. Міда, Ч. Кулі, Б.Ф. Ломова, В. Джемса, І. Канта, Г.П. Щедровицького, Р. Бернса, О. Леонтьєва, С.Л. Рубінштейна, В.В. Століна, К. Роджерса, С.Д.Смирнова та ін.

Основним ядром самосвідомості людини є її Я-концепція або система уявлень людини про себе. Вона (Я-концепція) утримує усвідомлення своїх: а) когнітивних (інтелектуальних) властивостей, котрі організуються в образі Я; б) емоційних самоставлень, котрі постають у самооцінці; в) зреалізованих і потенційно бажаних вчинкових дій. Водночас самосвідомість відображає *ставлення* кожного до своїх потягів, бажань, здібностей, потреб, мотивів, на відміну від Я-концепції як *сукупності самоуявлень*. Якщо «Я» – це динамічний центр свідомості, то Я-концепція – самосвідомості. Водночас свідомість – це властивий людині спосіб ставлення до об'єктивної дійсності, що опосередкований формами різної трудової діяльності.

Відомо, що Я-концепція виникає в людини у процесі розгортання *соціальної взаємодії* як результат її культурного розвитку, є відносно стійке і водночас піддатливе внутрішнім коливанням і змінам психічне новоутворення. Стверджується також, що вона справляє значимий вплив на перебіг життя людини від раннього дитинства до глибокої старості, зумовлюючи той чи інший вибір *життєвого шляху* та її власної долі загалом.

Отже, первинна залежність Я-концепції від зовнішніх умов та обставин суспільного мешкання не підлягає сумніву, хоча з віком вона відіграє все самостійнішу роль у житті людини. Це означає, що навколишній світ, уявлення про інших сприймаються кожним через *формат* Я-концепції, котра формується за етапами соціалізації та організованого виховання й водночас має відповідне соматичне, передусім індивідуально-природне, спричинення. Її головні функції – утвердити у *самосвідомості* людини своєрідне *відчуття визначеності* у соціальному просторі, ідентифікуватися з конкретним довкіллям, досягнути благодатного самоототожнення.

Залежно від того, на якому рівні – організму, соціального індивіда чи особистості – виявляється активність людини, у структурі Я-концепції російський психолог Володимир Столін виділяє [56; 57; 79]:

- *фізичний Я-образ* (схема тіла), викликаний потребою у фізичному благополуччі організму;
- *соціальні ідентичності* (ототожнення): статева, вікова, етнічна, громадянська, соціально-рольова, які пов'язані з потребою людини у приналежності до спільності і бажанням перебувати у ній;
- *диференційований* (розмежований, розрізнений) *образ Я*, який характеризує знання про себе порівняно з іншими людьми та надає індивіду відчуття власної унікальності, забезпечує потребу у самовизначеності і самореалізації.

Існують також інші варіанти структури аналізованого феномена:

- а) неусвідомлені Я, котрі подані лише у переживаннях як установки щодо себе;
- б) часткові, парціальні самооцінки;
- в) відносно цілісна організація концептуального Я;
- г) Я-концепція як частина системи ціннісних орієнтацій особистості тощо.

Крім того, у психології Я-концепцію описують ще із боку змісту і характеру уявлень про себе, складності і диференційованості цих уявлень, їх

суб'єктивної важливості для особистості, а також внутрішньої цілісності і послідовності, узгодженості, стійкості у часі (Я-минуле, Я-теперішнє, Я-майбутнє). Виокремлюється також *динамічне Я* (як, за моїми уявленнями, я змінююся, розвиваюся, яким хочу стати), «уявне Я», «Я-маска», «фантастичне Я» і т. п. Відмінність між «ідеальним Я» і «реальним Я» – це важливе *джерело розвитку*, хоча сутнісні суперечності між ними можуть стати джерелом внутрішньоособистісних конфліктів і негативних переживань.

Зазначена структурна складова психологічної самоорганізації особи містить оцінкові уявлення, які виникають у результаті її реакції на саму себе, а також уявлення про те, який вигляд вона має в очах інших. На основі останніх формується психічний образ про те, якою людиною хотіла б бути і як повинна себе поводити в оточенні. Я-концепція індивіда знаходиться не у його свідомості (структура якої за О.М. Леонтьєвим містить чуттєву тканину образу, значення і особистісний смисл), а у самосвідомості. Центральним ядром останньої є Я-концепція людини.

Як і свідомість, самосвідомість виникає на основі суспільно-трудової діяльності, під час якої в людини розвивається здатність усвідомлювати не лише навколишню дійсність, інших людей, а й саму себе. Початок формування самосвідомості російський фізіолог і психолог Іван Сеченов пов'язував з періодом, коли дитина починає виділяти себе з оточення, зокрема, з моментами, коли вона здатна відрізнити відчуття, котрі надходять від власного тіла (самовідчуття), від тих, які виникають унаслідок дії на неї предметів і явищ зовнішнього світу. Вирішальна роль у розвитку самосвідомості належить спілкуванню дитини з дорослими, ігровій, навчальній і трудовій різновидам діяльності.

У сучасній українській психології не існує єдиної думки щодо початкового моменту й критерію появи самосвідомості в онтогенезі. Згідно з поглядами радянського психолога Бориса Ананьєва, самосвідомість виникає у той період, коли дитина починає виділяти себе як суб'єкта своїх дій [7]. Проте

межі даного періоду невизначені. На думку дослідника, остаточне вирішення цього питання є не можливим.

Кілька послідовних моментів становлення самосвідомості в онтогенезі розглядає радянський психолог і філософ Сергій Рубінштейн. Це оволодіння власним тілом, виникнення довільних рухів, самостійне пересування і самообслуговування. Так, дитина стає самостійним суб'єктом різних дій, виділяє себе з оточення, в неї формуються перші уявлення про своє «Я». Серед психологів зустрічаються думки, що появу самосвідомості можна віднести до періоду формування мислення та мови, у результаті чого постає можливість оцінювати свої вміння в різних видах діяльності, а також, що уперше вона виникає тільки у підлітковому віці.

Певні ознаки появи самосвідомості на початкових стадіях розвитку ще не свідчать про її утвердження у формі усвідомлення особистістю себе в усій сукупності фізичних і психологічних якостей. Але ці ознаки можуть характеризувати онтогенетичний рівень самосвідомості, що відповідає певному віковому етапу розвитку людини.

Водночас професійна самосвідомість прямо пов'язана з усвідомленням людиною себе у професійній діяльності, тобто зміст професійної самосвідомості передбачає ставлення до себе, як до суб'єкта діяльності. Якщо самосвідомість формується в життєдіяльності і спілкуванні з навколишніми людьми та є результатом пізнання власних дій, психічних якостей, то професійна самосвідомість – це проекція всіх структурних компонентів самосвідомості на професійну діяльність. Тож можна припустити, що остання починає формуватися зі студентської лави, через самопізнання як один зі структурних компонентів самосвідомості.

Студентський вік – початок переходу від юності до дорослості, найважливіший період розвитку самосвідомості і зрілої самооцінки. На завершальну стадію виходить і професійне самовизначення студентів. Усе це робить не тільки можливою, але й необхідною спеціальну роботу з управління

процесом професійної самосвідомості студента, формування його професійної Я-концепції.

Вивчення закономірностей процесу розвитку професійної самосвідомості показало її нерівномірність. Так, упродовж перших трьох років навчання у вищому навчальному закладі в більшості студентів втрачається особистісне значення професійного навчання, що виявляється в незадоволеності своїм професійним вибором і небажанні продовжувати професійний шлях. Якщо на першому курсі дві третини студентів задоволені своїм професійним вибором, то на другому таких є близько половини, а на третьому – третина. Якщо на першому курсі дві третини студентів стверджують, що підуть працювати за професією, то вже на другому курсі їх число скорочується до чверті.

Стійке позитивне ставлення особистості студента до себе як суб'єкта майбутньої діяльності виступає критерієм завершеності процесу його професійного самовизначення, а також є показником того, що професійне навчання має для нього особистий сенс.

У реальній життєдіяльності людини самосвідомість виявляється у неподільній єдності окремих внутрішніх процесів – *самопізнання, емоційно-ціннісного самоставлення і саморегулювання поведінки* у всіляких формах взаємодії осіб у суспільстві. Вони забезпечують самоорганізацію таких складових Я-концепції, як: когнітивної (Я-образ), емоційно-оцінкової (Я-ставлення) і поведінкової (Я-вчинок). Але відомо, що самосвідомість може набувати ознак самостійного суб'єкта і являти собою джерело і підґрунтя існування духовності.

Вільям Джемс першим із психологів почав розробляти проблематику Я-концепції [48]. *Глобальне, особистісне Я (Self)* він розглядав як подвійне утворення, яке утримує *Я-усвідомлювальне (I)* і *Я-як об'єкт (Me)*. Це – дві сторони однієї цілісності, котрі завжди співіснують одночасно. Перша з них являє собою чистий досвід (Я-усвідомлювальне), друга – його зміст (Я-як об'єкт охоплює все те, що особа може назвати своїм, тобто не тільки власне тіло, психічні сили, а й одяг, дім, сім'ю, пращурів, друзів, репутацію, творчі

досягнення, земельну власність тощо). Емпіричне Его або Ме В. Джемс цілком слушно поділяє на три компоненти: матеріальне Я – тіло, одяг, власність; соціальне Я – те, ким визнають людину навколишні; духовне Я – сукупність психічних здібностей і схильностей.

У перші десятиліття ХХ ст. вивчення Я-концепції тимчасово перемістилося з традиційного формату психології у сферу соціології. Головними теоретиками тут стали американський соціолог Чарлз Хортон Кулі (1864-1929) і американський філософ, соціолог, соціальний психолог Джордж Герберт Мід (1863-1931) – представники символічного інтеракціонізму. Ними запропонований новий погляд щодо пізнання природи індивіда, а саме через формат *соціальної взаємодії*. На їхню думку, «Я» та «Інші» утворюють єдине ціле, тому що суспільство, організуючи низку поведінкових реакцій громадян накладає певні соціальні обмеження на діяльність кожного з них. Хоча суто теоретично й можна від'єднати Я від суспільства, все ж інтеракціонізм виходить з того, що глибоке осмислення першого неподільно пов'язане з розумінням другого. Тому проблема зводиться до пізнання природи їхньої взаємозалежності, взаємоспричиненого відношення.

Людина, яка самотійно стоїть перед аудиторією, або якій доводиться взаємодіяти з іншими людьми, спроможна виявити різні ознаки хвилювання, нервового напруження, розгубленості, агресивності тощо. Але ці емоції здебільшого пов'язані з тим, «що вони про мене думають», аніж із реальним завданням взаємодії. Саме на основі символічної взаємодії індивіда з різними первинними групами, до яких він належить, й виникає його *дзеркальне Я*. Водночас актуальні взаємини між членами групи надають особистості інформацію про перебіг зворотного міжсуб'єктного зв'язку, що необхідна для вироблення самооцінки. Отож Я-концепція формується під час організованого засвоєння цінностей, установок і ролей, переважно методом спроб і помилок щодо успішності безперервної соціальної взаємодії. Тому становлення людського Я як *цілісного психічного явища* сутнісно є не чим іншим, як

розгорнутим «усередині» «індивіда *соціальним процесом*, у межах якого виникають Я-усвідомлювальне і Я-як об'єкт.

Дж. Мід, так само як і В. Джемс, розділяє Я на два витoki: *I* та *Me*. Перший – це імпульсивна творча сторона Я, яка безпосередньо відповідає на вимоги ситуації. Другий – це рефлексія *I* або деяка норма, що контролює дії *I* від імені інших. Тобто *Me* відповідає за процес засвоєння особою відносин, котрі формуються у ситуаціях взаємодії. Тому головна думка інтеракціоністів полягає в тому, що Я людини розвивається в останній, а головним механізмом цього циклу є встановлення контролю над її діями через ті уявлення про неї, які складаються у довкіллі.

Цей дослідник також стверджує, що *Me* сприяє засвоєнню людиною значень і цінностей, а *I* характеризує те, як людина в ролі суб'єкта психічної діяльності спонтанно сприймає ту частину свого Я, яка позначена як *Me*. Сукупність *I* і *Me* утворює власне особистісне, себто *інтегральне Я* (Self). У такий спосіб *I* дає рух психічному життю, а *Me* спрямовує його в певне русло. Звідси випливає, що людина – не *ізолювана істота*, не «поодинокий острів». І психологія дає числені підтвердження того, що саме суспільство спричинює форму та зміст процесу формування Я-концепції особистості, а тому й психіка людини зумовлена циклом соціальної взаємодії.

Інтеракціоністичний підхід у формуванні Я-концепції індивіда обстоює й Роберт Бернс. Він інтегрує свої наукові погляди з концепцією психосоціального розвитку особистості американського психолога Еріка Еріксона (1902-1994) та підтримує ідеї неогуманістів, зокрема американського психолога Карла Ренсома Роджерса (1902-1987), який запропонував теорію повноцінно функціональної особистості. Примітною особливістю підходу цього автора у розвитку Я-концепції є поєднання і широке використання емпіричних (досвідних) досліджень з теоретико-особистісними, соціально-психологічними і педагогічними проблемами. Він зауважує, що «*позитивній Я-концепції*» [16] сутнісно притаманні такі ознаки: переконаність в імпонуванні іншим людям, упевненість у здатності до того чи іншого виду діяльності, наявність почуття

власної вартісності. І, навпаки, синонімами опису «*негативної Я-концепції*» (Р. Бернс) є внутрішнє неприйняття себе, відчуття неповноцінності та меншовартості. Всі ці основні характеристики набуваються людиною тільки у процесі *міжособистісної* взаємодії у відповідному соціокультурному середовищі.

Зазначений підхід (інтеракціоністичний) соціально зорієнтований на проблему людини, оскільки надає перевагу тому, що особа (як і суспільство в цілому) – продукт *рольової взаємодії* між людьми. Щонайперше тут мовиться про дію *механізму взаємоспрямованого спілкування*, який прискорює становлення Я-концепції.

## **1.2. Структурні компоненти Я-концепції особистості та їх змістово-сутнісне наповнення**

Поняття про Я-концепцію як систему уявлень людини про себе чи відповідну сукупність її установок дає змогу обґрунтувати такі її структурні компоненти: когнітивний, емоційно-оцінковий та поведінковий. Стосовно Я-концепції, то перший конкретизують через *образ Я* – уявлення (думка) індивіда про самого себе; другий через *самооцінку* – афективна (емоційна) оцінка цього уявлення, яка може мати різну інтенсивність, тому що конкретні риси образу Я спроможні викликати більш чи менш сильні емоції, котрі пов'язані з їх прийняттям або відторгненням (ставлення до себе); третій – через *потенційну поведінкову реакцію*, тобто ті конкретні дії, які викликані образом Я і самооцінкою та уможлиблюють саморефлексію (*рис. 1.1*).

Когнітивну складову Я концепції характеризують через Я-образ. Розуміння картини Я (синонім слова Я-образ) як системи установок дає змогу стверджувати, що вона утримує уявлення людини не тільки про її зовнішній вигляд, психічні властивості, моральні якості тощо, а й головно про деяку сукупність когнітивних ознак, на які впливають емоційні та поведінкові.



Проблема Я-образу є фундаментальною в психології. Вона аналізується в працях І.А. Зязюна, Б.Ф. Ломова, К.К. Платонова, С.Д. Смирнова, О.М. Ткаченко, С.Л. Рубінштейна, М.Г. Ярошевського, Т.С. Яценко та інших. Я-образ розглядається як індивідуально-варіативна реальність, що формується і змінюється під впливом певної діяльності і залежить від попереднього досвіду суб'єкта. Система Я-образів і характер ставлення до інших завжди є показником не тільки того, як людина уявляє іншого, але й те, як вона оцінює сама себе.

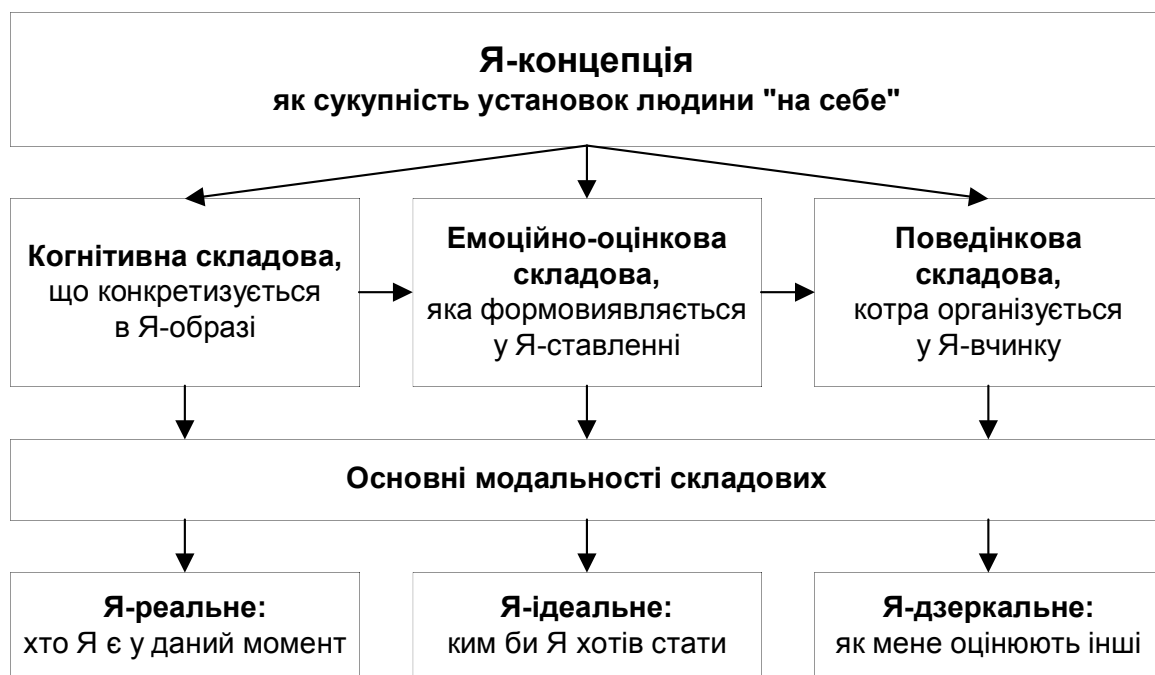


Рис. 1.1. Структурні компоненти Я-концепції людини та їх зв'язок із модальностями

Якщо порівнювати поняття «Я-образу» та «Я-концепції», то вони співвідносяться як частина і ціле, а тому є досить близькими, але не тотожними феноменами. Зокрема, друге віддзеркалює більш широке уявлення особи про себе, оскільки інтегрує як картину Я, самооцінку людини, її поведінку, а також по-різному спрямовує вибирати стратегічні цілі і завдання в житті. Хоча у літературі термін «Я-образ» інколи вживають як синонім Я-концепції. Таке

трактування не точно, так як неповно передає зміст останньої. Тому доцільно вживати поняття «Я-образу» для описання першої, тобто когнітивної складової Я-концепції [47].

Відомим дослідником образу Я був американський психолог Прескот Лекі (1892-1941), котрий стверджував таке: якщо спонукати студента скорегувати його самоуявлення, то виникне зміна й у здібностях до навчання. Практика підтвердила правильність цієї гіпотези. Зокрема, виявлено, що студент, котрий допускав орфографічні помилки у 55 словах із 100, через рік ставав одним із кращих філологів.

Розвиток Я-образу суб'єкта пізнання залежить не лише від уявлень, ставлень, установок, оволодіння інформацією та знаннями, а й від процесу утворення його нових когнітивно-емоційних психоформ, котрий визначально спричиняє формування *картини Я*. Отже, формування Я-образу людини поетапно проходить певний первинний цикл, який постійно збагачується, взаємодоповнюється Я-ставленням, Я-вчинками, можливо, формуванням елементів Я-духовного, а в підсумку – виникає Я-концепція як феноменальна цілісність сфери-самосвідомості. Тому **Я-образ** – це системне самоуявлення, *котре розвивається і формується на основі установок стосовно себе, через когнітивні та емоційні компоненти соціальної взаємодії, а тому є передумовою для становлення самооцінки людини; з іншого боку – це бачення себе відмінним від інших у контексті самопритаманного набору статусних, рольових та інтелектуальних характеристик.*

Друга – емоційно-оцінкова – складова відображає *особистісне судження людини про власну цінність*, котра виявляється у властивих людині установках.

Самооцінка характеризується за такими параметрами:

- рівнями – високим, середнім і низьким;
- співвідношенням з реальною успішністю – адекватна і неадекватна (завищена і занижена);
- особливостями будови – конфліктна і безконфліктна.

Вона формується на основі оцінкових суджень оточуючих, усвідомлення вагомості результатів власної діяльності, а також на підґрунті зіставлення реального та ідеального уявлень про себе. Водночас збереження сформованої, узвичаєної самооцінки стає для людини потребою.

Вільям Джемс визначив самооцінку за допомогою оригінальної формули [48]:

$$\text{самооцінка} = \frac{\text{успіх}}{\text{домагання}},$$

за якою в чисельнику представлені реальні досягнення індивіда, а у знаменнику – його домагання. Тому маємо два *шляхи підвищення самооцінки*. Так, особа може покращити уявлення про себе, або збільшити чисельник цього дробу (примножити успіх), або зменшити її знаменник (мінімізувати домагання), тому що для самооцінки важливе тільки співвідношення цих показників.

Самооцінка відображає ступінь розвитку в індивіда *почуття самоповаги, відчуття власної цінності і позитивного ставлення* до всього того, що входить до сфери його Я. Тому низька самооцінка передбачає неприйняття себе, самозаперечення, негативне ставлення до своєї особистості. Крім того, самооцінка виявляється в усвідомлених судженнях індивіда, в яких він прагне визначити свою непересічну значущість.

Поведінковий компонент Я-концепції людини спричинений функціонуванням когнітивної, емоційно-оцінкової складових і безперервної соціальної взаємодії між людьми. Якщо в особи сформовані позитивні Я-образ і *Я-ставлення*, то й поведінка її буде гуманною, адекватною, відкритою. Коли ж у внутрішньому світі існує лише негативізм чи занижена самооцінка, то вочевидь поведінкова складова і вчинкові дії характеризуватимуться невпевненістю або мерзенністю.

Внутрішні процеси самосвідомості (самопізнання, самоствавлення, саморегуляція) дають змогу глибше зрозуміти те, як виникають Я-образ, Я-ставлення, котрі й спонукають до поведінкових дій. Зокрема, здатність до *пізнання себе* через різноманітний зміст взаємин, під час якої збагачується

система установок, притаманна лише людині і реалізується за допомогою розуму. Самопізнання – це дослідження самого себе. Його елементарні форми виявляються вже в ранньому дитинстві, а рівень зростає водночас з розумовим розвитком дитини. Воно потрібне для успішної адаптації особи до природного довкілля, її ефективної соціалізації.

Відстежити специфіку самопізнання, емоційно-ціннісного ставлення до себе і саморегулювання можна шляхом їх послідовного виокремлення із цілісного процесу самосвідомості. Самопізнання є найпершою ланкою й вихідною засадою існування і прояву самосвідомості, коли людина приходить до певного змістовного знання про себе. Тому це – складний, багаторівневий процес, котрий персоніфікований та індивідуалізовано розгорнутий у часі. Дуже умовно й узагальнено можна говорити про його два основні рівні. *На першому – самопізнання* здійснюється через різні форми співвіднесення самого себе з іншими людьми, тобто людина переважно спирається на зовнішні моменти у порівнянні себе із суб'єктивним контекстом довкілля. Основними внутрішніми прийомами тут є самосприймання та самостереження. Проте на стадії більш-менш зрілого самоспоглядання до самопізнання також задіюється і самоаналіз.

Отже, *на першому рівні самопізнання* утворюються одиничні образи самого себе і своєї поведінки, котрі ніби «прив'язані» до конкретної ситуації, «живого» процесу спілкування. Водночас формуються окремі відносно стійкі уявлення про своє Я, хоча без цілісного, повного розуміння себе, котре вже пов'язане з поняттям про свою сутність. Аналізований рівень самопізнання є основним і єдиним на ранніх онтогенетичних ступенях розвитку людини, себто до підліткового віку, коли відбуваються найважливіші якісні зрушення. Надалі, упродовж усього життя особи, цей первинний рівень продовжує існувати поряд з наступним, більш досконалим. Причому їхнє взаємопричинене функціонування компенсує актуалізаційний перебіг один одного.

*Для другого рівня* характерним є те, що співвіднесення знань про себе здійснюється в межах не «Я та інша людина», а «Я та Я», коли особа оперує вже готовим знанням про себе, якоюсь мірою сформованими, здобутими в

різний час і в різних ситуаціях. Провідними прийомами тут є самоаналіз і самоосмислення, які з необхідністю спираються на самосприйняття і самоспостереження. Водночас відбувається ускладнення способів вивчення власного внутрішнього світу і поступово виникає *узагальнений образ власного Я*. Він не є раз і назавжди заданим, статичним, а навпаки, йому притаманний постійний внутрішній рух-поступ. Причому його зрілість та адекватність майже безперервно перевіряються і коректуються практикою життя.

З багатьох емоційних станів та почуттів особистості щодо самої себе на різних вікових періодах розвитку виникає емоційно-оцінкове *ставлення особистості до себе*. Останнє, так само як і самопізнання, підпорядковане завданню сформувати єдність особистості, інтегрувати її внутрішній психічний світ. Ставлення кожного до себе – результат діяльності самосвідомості і водночас одна з фундаментальних її властивостей.

За відповідних життєвих умов в особистості може виробитися таке емоційно-ціннісне ставлення до себе, у змісті якого велику роль відіграватимуть елементи неадекватно низької самоповаги. Такі люди відрізняються надзвичайною чутливістю, хворобливо реагують на все, що стосується їхньої особистості, а негативна думка дуже хвилює і глибоко ранить їх. Саме страх негативної думки і велика чутливість викликають прагнення обмежити соціальні контакти і перебувати у психологічній ізоляції, а тому потребу у спілкуванні, в контактах з людьми, вони намагаються реалізувати у вигаданому світі фантазії, нездійснених мріяннях.

У сфері діяльності поведінка таких людей може бути непослідовною, нерішучою, вони вчиняють, ніби увесь час оглядаючись на оточуючих, шукають у них схвалення і власного ствердження. Навпаки, адекватно усвідомлене і послідовне емоційно-ціннісне ставлення особистості до себе у таких формах, як самолюбство, гордість, самоповага, вимогливість, совість, почуття власної гідності тощо, становить центральну ланку її психодуховного світу, що формує його єдність, прийняття і цілісність, погоджуючи й упорядковуючи внутрішні цінності особи. Емоційно-ціннісне ставлення

людини до себе виникає на підґрунті *переживань*, які є своєрідним сигнальним критерієм позитивного чи негативного самоствавлення.

Визначальною ланкою цілісного процесу самосвідомості є *саморегулювання* особистістю складних психічних актів діяльності та поведінки. За умов розширення когнітивної й емоційно-оцінкової складових Я-концепції розвивається також її регулятивний компонент – від окремих рухів у дитини до складних форм активності в дорослої особистості у різних системах міжіндивідної взаємодії. Отже, Я-концепція людини визначає її стратегічні плани і життєві цілі, оскільки забезпечує гармонію психічного світу особи та утверджує у самосвідомості відчуття визначеності у соціальному житті.

### **1.3. Залежність подружніх взаємостосунків від гендерних особливостей Я-концепції чоловіка та жінки**

Подружні взаємини є об'єктом різних досліджень – психологічних, соціологічних, культурологічних. Вони стосуються тих міжособистісних стосунків, які можна визначити в загальному вигляді як взаємозв'язки між шлюбними партнерами, які переживаються ними суб'єктивно, а об'єктивно виявляються у характері та способах взаємних впливів, що їх здійснюють партнери один на одного у процесі спільного проживання, діяльності та спілкування. Подружні взаємини як один із видів міжособистісних стосунків охоплюють систему установок, орієнтацій, очікувань, стереотипів та інших диспозицій, через які шлюбні партнери сприймають та оцінюють один одного [9; 19; 28].

Різні аспекти подружніх взаємин, взаємодії у сім'ї досліджувалися вітчизняними та зарубіжними дослідниками. Так, значна кількість досліджень присвячена питанням становлення шлюбно-сімейних стосунків, зокрема в перші роки подружнього життя [4; 5; 79 та ін.]. Важливий внесок у вивчення феномену сім'ї здійснений соціально-психологічними дослідженнями (роботи

О.О. Бодальова, А.М. Волкової, Т.М. Мішиної, М.М. Обозова [17; 18; 37] та ін.). Значної уваги заслуговують роботи Ю.Є. Альошиної, А.М. Обозової, М.І. Пірен [3; 4; 5; 6] та ін. Діяльнісні аспекти подружнього життя висвітлюються у працях Г.С. Васильченко, О.Е. Зуськової, В.П. Левкович, Т.М. Мішиної, Ю.А. Решетняка [61; 92] та ін.

Значна увага приділяється дослідниками екстремальним та кризовим етапам в житті особистості та сім'ї. Даний напрям представлений роботами М.І. Алексєєвої, І.С. Кона, С. Кратохвіла, В.А. Семиченко, О.С. Сермягіної, Т.М. Титаренко, Р.П. Федоренко [2; 9; 17; 28; 36; 39 та ін.].

Окрему групу становлять дослідження психологічних основ стабільності подружніх стосунків, зокрема: факторів подружньої сумісності (А.К. Дмитренко, М.М. Обозов, А.М. Обозова, Ю.Н. Олейник та ін.), соціально-перцептивних процесів і розуміння партнерами один одного (Ю.Є. Альошина, Л.Я. Гозман, О.П. Новгородцева, Н.Ф. Федотова, [3; 4; 5] та ін.), причин конфлікту та способів їх корекції (Н.В. Малярова, Т.М. Мішина, В.О. Сисенко, В.В. Столін, М.І. Пірен та ін.).

Також популярним у наукових дослідженнях є вивчення сімейних проблем і приводів звернення до сімейної консультації (Калмикова Е.С., 1983, Обозова А.Н., 1984, Келам А., Еббер І., 1985, Навайтис Г., 1985, Копьев А.Ф., 1986). Розробки підходів до сімейного консультування та психотерапії здійснювалась більшою мірою у працях зарубіжних психологів (К. Вітакер, В. Сатир, С. Мінухін [35; 36] та ін.), хоча протягом останніх років спостерігаємо підвищення інтересу до даної проблеми і в Україні (З.Г. Кісарчук, Т.П. Юрченко [68; 69] та інші). Останнім часом доволі популярними темами досліджень є вивчення психологічних факторів насильства у сім'ї (О.Шинкаренко та ін.), гендерні проблеми, що виявляються зокрема і в подружній взаємодії (Т.В. Говорун, О. Кікінежді [43] та ін.). Особистісні характеристики шлюбних партнерів як самостійний предмет вивчення висвітлені, переважно, в соціально-психологічних дослідженнях. В роботах Т.В. Галкіної, В.І. Зацепіна, Д.В. Ольшанського, В.О. Сисенко та інших авторів

вивчалися особистісні характеристики, які впливають на створення психологічного клімату в сім'ї; цінності і ціннісні орієнтації подружжя, якості особистості, які сприяють розвитку чи гальмуванню конфліктної взаємодії [26; 54] тощо. Незважаючи на численні емпіричні дослідження, різноманітність підходів до вивчення особистісних характеристик шлюбних партнерів та їх міжособистісної взаємодії, питання впливу особливостей самосвідомості партнерів, їхньої Я-концепції на процес подружньої взаємодії в якісно різні періоди шлюбу, залишається недостатньо вивченим. Оскільки досліджувана нами проблема Я-концепції як механізму саморегуляції особистості у подружній взаємодії найтіснішим чином пов'язана із способами поведінки особистості, то вважаємо за доцільне представити стислий огляд наукових досліджень, присвячених вивченню різних аспектів подружніх взаємин, зокрема становленню взаємин молодого подружжя, подружнім конфліктам.

Досліджуючи характер та причини сімейних конфліктів, багато дослідників відзначали, що будь-який конфлікт викликається одночасно як соціальними, так і психологічними чинниками. Так, Б.Г. Херсонський до причин подружніх конфліктів відносить такі риси характеру членів сім'ї, як емоційна збудливість, запальність, причепливість, педантичність [65]. В.П. Левкович запевняє, що труднощі у розвитку подружніх відносин викликані інколи психологічною і моральною незрілістю подружжя.

Риси характеру членів подружжя так чи інакше впливають на їхні взаємини. На думку М.І. Пірен, першочерговими у розвитку конфліктних відносин у молодій сім'ї слід вважати наступні ознаки: риси характеру, які потенційно конфліктогенні, акцентуації характеру, особливості самоствавлення та ставлення до партнера [цит. за 38]. Зокрема, егоцентричні риси характеру членів подружжя, їх концентрація на своєму «Я» виступають одним із факторів дестабілізації шлюбного життя. Концентрація на своєму «Я» заважає зайняти об'єктивну позицію, проаналізувати власні дії.

Певної уваги заслуговують люди з акцентуацією характеру, які мають сильно виражену індивідуальність, перебільшену своєрідність, неподібність до



інших. Акцентуації характеру, як відомо, являють собою граничні варіанти норми, що межують з психопатіями, проявляються у внутрішніх та зовнішніх конфліктах, можуть призводити до девіантної поведінки, мають тенденцію до переходу в патологічний стан. Вони накладають свій відбиток на всю особистість і, набуваючи патологічного характеру, можуть зруйнувати структуру особистості [77]. Зрозуміло, що у подружньому чи сімейному житті така особистість створює додаткові складності у взаємодії через способи свого реагування, особливості спілкування, захисні механізми тощо. Часто саме такі особливості одного або обох членів подружжя стають основою конфліктів, водночас зумовлюючи неможливість їх реагувати по-іншому (наприклад, при наявності збудливого, епілептоїдного, демонстративного типу акцентуацій). На жаль, ця тема ще не знайшла повного висвітлення в науковій літературі.

Отже, кожна особистість є індивідуально своєрідною, має притаманні лише їй поєднання рис характеру, цінності, способи поведінки. Очевидно, що чим повніші та адекватніші уявлення про себе, свої потенційні реакції має індивід, тим більш свідомим буде вибір поведінки і ширшим репертуар цієї поведінки. Так, повнота та адекватність Я-концепції сприяє ефективності соціальної взаємодії. Звідси, одна з головних ознак особистості, яка дозволяє їй ефективно будувати свої стосунки з навколишніми і, зокрема, із шлюбним партнером, – це адекватне уявлення про себе самого, а на цій основі – ставлення до себе, самооцінка і саморегуляція у взаємодії.

Для аналізу подружньої взаємодії важливим є її афективний компонент, адже міжособистісний взаємовплив відтворюється не лише в когнітивних перебудовах, а й у зміні станів і властивостей людей, які перебувають у процесі взаємодії. Ступінь взаємовпливу значною мірою залежить від характеру міжособистісних стосунків. При позитивних стосунках партнери частіше, швидше і більшою мірою піддаються взаємовпливу, внаслідок чого в них частіше виявляється схожість думок, оцінок, вони легше досягають згоди в суперечках.

Глибина змін однієї особистості під впливом іншої залежить від обсягу включеності механізмів конформності, навіювання та наслідування. Величина міжособистісного впливу залежить від стажу знайомства партнерів. Так, встановлено, що подружні пари порівняно з молодими людьми, які вступають у шлюб, виявляють більшу схожість особистісних профілів, ціннісних орієнтацій, інтересів, смаків і звичок [12].

Порівняння індивідуальних особливостей шлюбних партнерів із благополучних і неблагополучних подружніх пар, які здійснювалося за допомогою опитувальника Р.Кеттела, показало, що індивідуальна схожість у останніх навіть вища, ніж серед благополучних [22]. Також, за результатами інших досліджень, для подружніх пар, стаж яких не перевищував 3-5 років, характерний вищий рівень схожості за темпераментами (за Айзенком), ніж для пар, стаж подружнього життя яких перевищує п'ять років [18].

Структури самосвідомості подружніх партнерів (образ «Я», самооцінка) впливають на всі сторони їхньої взаємодії. Однак зазначимо, що у більшості наявних психологічних досліджень вивчалися самооцінка, тоді як проблеми регулятивного впливу Я-концепції на ставлення до іншого, на способи та характер взаємодії подружжя дослідники торкалися лише побіжно, недостатньою мірою висвітлюючи механізми та специфіку цього впливу.

Взагалі проблема зв'язку ставлення до себе та ставлення до інших традиційна для психології. Варіанти її розв'язання в тій чи іншій формі пропонували майже всі дослідники, що звертались до проблем самосвідомості, міжособистісних стосунків, розвитку особистості тощо. Так, З. Фройд, виходячи з уявлень про обмеженість запасів лібідо, вважав, що позитивне ставлення до себе зумовлює негативне ставлення до інших людей [61]. Представники неофройдистського напрямку (Е. Фромм, К. Хорні, Х. Салліван та ін.) стверджують, що, навпаки, позитивне ставлення до себе необхідна умова позитивного ставлення до інших людей. Вчені вважають, що людина, яка не любить себе, не здатна любити інших, оскільки ставлення до себе є базою, на якій ґрунтується ставлення до інших людей [62; 66].

Самореалізація особистості завжди опосередкована пізнанням і ставленням людини до іншої людини та іншої – до неї. У шлюбі найбільш близькою і значущою людиною, яка значною мірою сприяє самореалізації, є шлюбний партнер. Образ «Я», як програма самореалізації, виявляється кожним шлюбним партнером в конкретних результатах шлюбно-сімейної взаємодії. Когнітивні та афективні складові самосвідомості при цьому утворюють тріаду, яка вміщує очікування і реальний статус: а) яким я повинен бути як шлюбний партнер і яким я реально є; б) яким повинен бути мій шлюбний партнер і який він у реальності; в) яким мене повинен сприймати мій шлюбний партнер і як він мене сприймає реально. Зміст цієї тріади визначають потреби, які входять у структуру самосвідомості – це потреба в певній перспективі, у розподілі ролей, у пізнанні та інші, а також переживання, пов'язані з їх задоволенням.

Неузгодженість уявлень шлюбних партнерів відносно власних характеристик, оцінки особистісних властивостей партнера та очікувань щодо нього, як переконливо показує дослідження В.П. Левкович та О.Е. Зуськової [19], є однією з основних причин виникнення напруженості та конфліктів у багатьох сферах подружньої взаємодії. За даними авторів, умови для виникнення конфлікту в подружній діаді створюються, по-перше, коли рівень самооцінки індивіда вищий за рівень оцінки, даної партнеру, по-друге, коли рівень очікувань вищий за рівень оцінки партнера. Умов для виникнення конфлікту немає, коли рівень оцінки партнера вищий або дорівнює рівню його самооцінки; коли рівень очікувань щодо партнера нижчий або дорівнює його оцінці. Незадоволеність шлюбних партнерів не обов'язково повинна проявлятися на поведінковому рівні, але наявність незадоволення є передумовою до виникнення сімейних проблем в тій чи іншій сфері життєдіяльності подружньої пари.

Розглядаючи подружні проблеми та конфлікти, психологи зазначають, що подружня проблема – це ситуація, в якій сім'ї необхідно прийняти певне рішення, і прийняття цього рішення або його виконання пов'язане із значною для сім'ї складністю. У контексті впливу уявлень партнерів про себе на їхню

поведінку цікаво розглянути питання розв'язання подружніх проблем, серед яких Ейдемільер Е., Юстицькіс В. виокремлюють два типи рішень:

– Реінтеграційні рішення – рішення, які визначають достатньо високий ступінь інтеграції особистості з його сім'єю на основі реструктурування його позиції в сім'ї. У результаті такого рішення у кожного з партнерів з'являються нові мотиви, які інтегрують їх в сім'ї. Завдяки чому стійкість сім'ї, її здатність протистояти різним труднощам зростає. Всі важливі рішення в сім'ї приймаються колегіально, а тому підвищується рівень значущості кожного з членів подружжя, поле сімейних відносин розширюється, з'являються нові сімейні процедури та правила.

– Дезінтеграційні рішення – будь-які інші рішення, які послаблюють інтеграцію сім'ї та негативно впливають на подружні взаємини. Це можуть бути:

1. Відмова від рішення (дезінтеграційне – конфліктне). Партнери можуть продовжувати подальшу боротьбу за лідерство в сім'ї.

2. Взаємна поступка (дезінтеграційне – компромісне). Кожен з членів подружжя певною мірою стримує свої домагання на лідерство.

3. Відмова одного з партнерів від претензій на лідерство. Це рішення задовольняє одного члена сім'ї. Якщо подружжя завжди розв'язує проблеми таким чином, то основна сімейна філософія одного члена сім'ї – безмежна самопожертва, а іншого – віра в те, що він один робить всіх щасливими.

4. Пряма дезінтеграція. Ніхто з подружжя не прислухається та не підкоряється один одному. Партнери не зв'язують один одного, підтримують лише взаємини, які не обмежують свободи один одного.

Отже, вибір того чи іншого способу поведінки значною мірою залежить не лише від особистісних рис, властивостей темпераменту, а й від уявлень партнерів про себе, самооцінки та рівня домагань. Серед якостей, які вважають необхідними для пошуку реінтегруючих рішень важливими, є, зокрема, адекватність уявлень партнерів про себе та самооцінки.

Будь-які людські стосунки, у тому числі і подружні взаємини, неможливо уявити без емоційної складової, у якій яскраво відображаються явища та ситуації, що мають особливу значущість для суб'єкта. Виступаючи суб'єктивною формою вираження потреб, емоції спричиняють та спрямовують діяльність на їх задоволення, виступаючи таким чином одним із процесів внутрішньої регуляції поведінки людини [15].

Афективний компонент, як вже зазначалося вище, поданий у Я-концепції людини у формі самоствавлення, самооцінки. Він має своє відображення і в когнітивній сфері – в уявленнях індивіда про себе як носія певних рис, емоційних станів та реакцій. У міжособистісній взаємодії, на думку багатьох дослідників, емоційний компонент є визначальним. Людина завжди намагається із нестійкого стану емоційних стосунків перейти до стабільних відносин. Стабілізація емоційних стосунків – це процес їх збереження у постійному переході у нову якість, на більш високий рівень. Головним критерієм стабілізації емоційних стосунків у парі є розвиток. Розвиток – це процес формування емоційних стосунків, постійний їх перехід у нову якість, на більш високий рівень.

Цікавою для аналізу емоційних стосунків є модель В. Сатір, на одному полюсі якої знаходиться «проблемна сім'я», а на іншому полюсі «зріла сім'я» [51]. Дослідниця описує дисгармонійну сім'ю таким чином: «Проблемна сім'я характеризується низькою самооцінкою, непрямими, сплутаними, неясними, значною мірою нереалістичними і нечесними комунікаціями; ригідними, інертними стереотипними, нерегулярними, не спрямованими на допомогу іншим і надмірними правилами поведінки, соціальними зв'язками, які сповнені страхом і загрозою» [51, с. 19].

На іншому полюсі – «зріла сім'я». Для зрілих сімей характерні такі якості: висока самооцінка, неопосередковані, прямі, чіткі і чесні комунікації; правила в цих сім'ях динамічні, гуманні, гнучкі, орієнтовані на прийняття, а члени родини здатні до змін; соціальні зв'язки відкриті, і сповнені позитивних установок і надій. Кожен член сім'ї впевнений в тому, що у сім'ї він може бути

почутим. Зріла сім'я здатна до продуктивного і узгодженого планування свого життя. Члени зрілої сім'ї здатні без паніки реагувати на різні життєві ситуації. «В зрілій сім'ї дуже добре видно, що людське життя і почуття людей – головніше за будь-що інше. Поведінка членів сім'ї не розходиться з їхніми словами» [65, с.20].

Подружні стосунки є складовою більш широкої системи стосунків – сімейної системи. Тому видається правомірним звернення до аналізу подружніх взаємин як складової сімейної системи. Сімейна система – це відкрита організованість, яка знаходиться у постійному взаємообміні з навколишнім середовищем. Це система, що самоорганізується, тобто поведінка системи є доцільною, і джерело, перетворень системи знаходиться всередині неї самої (А.В.Черніков). Одним із положень такого підходу є детермінація поведінки людей сімейною системою: вважається, що вони діють так або інакше під впливом правил функціонування даної сімейної системи, а не під впливом своїх потреб та мотивів.

Одночасно діє закон розвитку: будь-яка сімейна система прагне пройти повний життєвий цикл. Було помічено, що сім'я в своєму розвитку проходить певні стадії, пов'язані з деякими невідворотними об'єктивними обставинами. Однією з таких обставин є фізичний час. Вік членів сім'ї весь час змінюється і обов'язково змінює сімейну ситуацію. Як було показано Е.Еріксоном, кожному віковому періоду в житті людини відповідають певні психологічні потреби, які людина прагне задовольнити [цит. за 67]. З віком змінюються запити до життя взагалі і до близьких людей зокрема. Це визначає стиль спілкування і відповідно саму сім'ю. Народження дитини, смерть старої людини – все це істотно змінює структуру сім'ї та якість взаємодії її членів один з одним.

У межах цього підходу сім'я розглядається як соціальна система, яка встановлює зв'язки з іншими соціальними інституціями. Система має наступні характеристики: 1. Цілі, які визначають, для чого призначена дана система. Мета сім'ї – виховання підростаючого покоління та подальший розвиток всіх її членів. 2. Основні елементи. У сім'ї це – чоловік і жінка, діти, інші дорослі. 3.

Порядок функціонування системи. У сім'ях він проявляється в тих правилах, за якими сім'я живе, в типі спілкування між її членами і в особливостях їх самооцінки. 4. Енергетика системи, яка важлива для нормального функціонування. 5. Взаємодія з навколишнім світом. У сім'ях вона пов'язана зі ставленням до змін, які відбуваються у сім'ї [21].

Існують два типи сімей – закриті і відкриті. Основні відмінності між ними визначаються характером реакції на внутрішні і зовнішні зміни. В закритій системі її частини нерухомо поєднані між собою, або зовсім не з'єднані. В будь-якому випадку обмін інформацією між елементами не відбувається, незалежно від того, завжди надходить інформація ззовні або зсередини. Відкрита система – це та, в якій частини взаємопов'язані, рухомі, чутливі одна до одної і дозволяють інформації проходити всередину системи та виходити за її межі [64] (*табл. 1.1*).

Таблиця 1.1

### Характеристики закритої та відкритої сімейних систем (за В. Сатіра)

<b>Закрита система</b>	
Самооцінка –	Низька
Спілкування –	непряме, сплутане, невизначене, неадекватне, перешкоджає зростанню
Стиль взаємодії –	обвинувачення, закритість, відчуження, обмеження, закритість
Правила –	скриті, закостенілі, жорсткі, повільні, люди змінюють свої потреби, підлаштовуючись під правила
Результати –	випадкові, хаотичні, деструктивні. Власна самооцінка стає нестійкою і сильно залежить від оцінок інших людей
<b>Відкрита система</b>	
Самооцінка –	висока
Спілкування –	пряме, визначене, адекватне, сприяє зростанню
Стилі –	відкриті, сучасні, гуманні, змінні, повна свобода будь-яких обговорень
Результат –	заснований на реальному стані речей. Самооцінка стає більш стійкою і все більш залежить від внутрішньої оцінки

Крім того, дослідження психологів свідчать про те, що існують певні **гендерні відмінності** в уявленнях про себе, про партнера та самооцінках шлюбних партнерів [64]. При зіставленні сімей з різним ступенем напруженості найбільша різниця в даних була отримана щодо показників вольових і комунікативних рис у осіб чоловічої статі. В уявленнях подружжя один про одного, як в реальному, так і в ідеальному плані, проявляються суттєві відмінності. Так, у сім'ях з високою напруженістю у стосунках розрив між ідеальними та реальними уявленнями про емоційні характеристики партнера в жінок виражений найбільшою мірою. В ідеальному портреті партнера дружина ніби хоче нівелювати ті негативні риси, які великою мірою виражені у чоловіка в реальному житті. Виявилось також, що чоловіки із сімей з високою напруженістю у стосунках уявляють себе в передбачуваних оцінках своїх дружин з більшою неадекватністю, ніж їх дружини. У сім'ях з низькою напруженістю у стосунках жінки проявляють тенденцію до переоцінювання своїх негативних емоційних рис, а їх чоловіки – до заниження цих же рис в передбачуваних оцінках своїх дружин.

Розглядаючи гендерні особливості образу «Я» та самооцінок чоловіків та жінок, автори звертають увагу, насамперед, на такі аспекти: зміст та повноту образу «Я» чоловіків та жінок, значущість тих чи інших рис у самоописах, порівняння адекватності уявлень про себе та самооцінок. Підсумовуючи дані досліджень у цій сфері, можна виокремити наступні тенденції:

- В онтогенетичному аспекті становлення та розвиток Я-концепції дещо сповільнені у хлопчиків порівняно з дівчатками: Дж. Діксон та Дж. Стріт відзначають, що Я-концепція хлопчиків за процентним співвідношенням охоплених у нього характеристик поступається Я-концепції дівчаток і її можна зіставити з уявленнями про себе дівчаток, які молодші на 2 роки.
- Під час опису реального образу «Я» дівчата оцінюють свої комунікативні та моральні якості вище, ніж юнаки. Творчий потенціал



достовірно вищий у групі юнаків, а духовний потенціал є вищим у дівчат, причому це стосується як образу «Я», так і образу ідеальної людини [13].

- При описанні свого психологічного портрету дівчата значно вище характеризують свою емоційну сферу («спокійна», «весела», «життєрадісна» тощо), а у відповідях юнаків частіше зустрічаються характеристики інтелектуальної та вольової сфери («відповідальний», «наполегливий») [67].

- Суб'єктивна значущість якостей особистості відрізняється в жінок та чоловіків. У жінок більшу значущість мають риси, у яких виявляється ставлення людини до інших, тоді як для чоловіків більш вагомими є об'єкти, пов'язані з їхньою роботою [63].

- У чоловіків основою для позитивної самооцінки є такі якості як психічна врівноваженість, адаптованість, здатність до самоконтролю, соціабельність, моральність. У жінок позитивна оцінка пов'язана не стільки з наявністю соціально бажаних рис, скільки із ставленням до себе в цілому [34].

- У розвитку самооцінки відзначається наступна динаміка: попри те, що в дівчаток 6-7 років висока самооцінка зустрічається частіше, ніж у хлопчиків того ж віку, з часом це співвідношення може змінюватися на протилежне. Як зазначає Г. Крайг, багато дівчат виходять з отроцтва із збитковим образом «Я», порівняно низькими очікуваннями та меншою впевненістю у своїх здібностях, ніж хлопці [63].

- Щодо адекватності самооцінок дівчат та юнаків наявні суперечливі дані, проте більшість дослідників сходяться у тому, що чоловікам більш притаманна об'єктивність при сприйнятті світу, тоді як для жінок характерна суб'єктивність та вразливість [19].

- Значення самооцінок чоловіків віком 20-25 років більш високі, ніж жінок того ж віку [42].

У сфері міжособистісних стосунків виявлені наступні гендерні особливості:

- Оцінка прийнятності іншої людини пов'язана з уявленням про подібну високу оцінку з боку цієї людини. Цей зв'язок вищий у дівчат, ніж у

хлопців незалежно від віку. Отже, у дівчат уявлення про себе з боку інших дітей відіграють значно більшу роль у процесі встановлення з ними стосунків, ніж у хлопчиків [13].

- Через більш високу конкурентність хлопчики частіше за дівчаток надають перевагу дружбі з тими, хто досягнув менших успіхів і дистанціюються від тих ровесників, хто має кращі навчальні чи спортивні показники. Дівчата ж, навпаки, товаришують з тими, хто досягнув кращих результатів, ніж вони самі [28].

- Жінки мають тісніші дружні стосунки, ніж чоловіки, вони більш схильні до саморозкриття та ведуть інтимніші розмови. О.О.Бодальов відзначає, що непрямим свідченням більшої значущості сфери міжособистісних, зокрема, інтимних комунікацій для жінок є причини жіночих неврозів [17]. Так, за даними психоневрологічного інституту ім. В.М. Бехтерева, близько 80% неврозів жінок є наслідком такого розвитку взаємин у сім'ї, яке розходиться з їхніми бажаннями, домаганнями, а в чоловіків цей фактор призводить до неврозів лише в 20% випадків. Отже, відсутність інтимних стосунків жінки переживають сильніше, ніж чоловіки.

- Найзагальніші тенденції щодо стилів спілкування наступні: чоловіче спілкування характеризується більшою емоційною стриманістю, прагненням до домінування, до креативних та раціональних способів взаємодії. Жінки вільніше виражають свої емоції та почуття, вони мають більший діапазон міжособистісних дистанцій, кожна з яких показує певний рівень близькості з людиною [63].

- Численні дослідження зв'язку агресивності та статі свідчать про тенденцію до переважання агресивності у хлопчиків та чоловіків у формі фізичної та прямої вербальної агресії, тоді як жінки більш схильні до непрямой вербальної агресії (плітки) [73]. Доволі цікавим у контексті досліджуваної проблеми видається той факт, що жінки, на відміну від чоловіків, вважають схильність до домінування у свого можливого чоловіка вельми привабливою рисою (Р. Берон, Д. Річардсон, 1998). Різною є і реакція чоловіків і жінок після

прояву агресивної поведінки: чоловіки меншою мірою, ніж жінки, відчують провину та тривогу (Х. Хекхаузен, 1986).

Цікавими є результати досліджень, присвячених вивченню гендерних відмінностей щодо питань, пов'язаних із шлюбом та сім'єю: образи ідеальних чоловіка/жінки, очікування щодо шлюбу, задоволеність шлюбом. Так, існують доволі суперечливі дані щодо потреб та цілей, які реалізуються чоловіком та жінкою у шлюбі. За даними Л.А. Коростильової, уявлення про те, що дає сім'я, у чоловіків і жінок практично однакові. Інші дані отримав У. Харлі (1992), котрий виокремив п'ять основних потреб, задоволення яких очікується у шлюбі. У чоловіків цей список складає: 1) статеве задоволення, 2) супутник по відпочинку, 3) привабливість жінки, 4) ведення домашнього господарства, 5) моральна підтримка жінки. У жінок основними потребами є: 1) романтична атмосфера у сім'ї, ніжність чоловіка, 2) потреба у спілкуванні, 3) чесність та відкритість у стосунках з чоловіком, 4) фінансова підтримка, 5) роль батька [63]. Подібні результати були отримані на білоруських та російських жінках у дослідженні Т.В. Андрєєвої та Т.Ю. Піпченко [9]. Щодо задоволеності шлюбом, то, за даними О.В. Шишкіної, жінки більш орієнтовані на сім'ю, але менше задоволені нею. Чоловіки, навпаки, менше орієнтовані на сім'ю, але більш задоволені шлюбом [20]. Психологи вважають, що одним з найважливіших факторів, що визначає задоволеність або незадоволеність жінки шлюбом, є взаємна підтримка або її відсутність.

Отже, наявна значна розбіжність як у характеристиках самосвідомості чоловіка і жінки, так і в їхніх уявленнях про шлюб, подружнє життя. Ми зупинилися на розгляді даних досліджень, оскільки у своїй роботі також здійснюємо аналіз певних компонентів Я-концепції та подружньої взаємодії в гендерному аспекті.

## Висновки до розділу 1

1. Я-концепція людини як цілісний психологічний феномен системи уявлень та установок про саму себе зароджується у сімейному колі, інтенсивно розвивається у шкільному середовищі, вдосконалюється у ділових та виробничих відносинах, прогресує чи деградує у буденних стосунках з навколишніми упродовж життя, є глибинно-вершинним утворенням внутрішнього світу людини, центром її соціального всесвіту, оскільки сотнями і тисячами невидимих ліній-зв'язків єднає її з багатопроблемним довкіллям.

2. Я-концепція – це не тільки продукт самосвідомості, а й важливий фактор детермінації поведінки; є таким внутрішньо-особистісним утворенням, яке у багатьох випадках визначає спрямованість діяльності людини, поведінки у ситуації вибору, контакти з іншими, а також структурно взаємодоповнюється у єдності таких складових: когнітивного, емоційно-оцінкового та поведінкового.

3. Подружня взаємодія є вкрай значущою для кожного індивіда, однак містить в собі багато потенційних конфліктів, оскільки об'єднує двох суб'єктів з їх різними життєвими історіями, уявленнями, потребами та проблемами, і при цьому актуальну ситуацію їх взаємодії. Відтак слід очікувати, що у подружньому житті тенденція регулятивного впливу Я-концепції кожного з партнерів на їх поведінку є суттєвими, значущими. Очевидно, специфічні уявлення кожного партнера про себе самого (Я-концепція), про партнера, певні очікування щодо партнера та шлюбу, загалом зумовлюватимуть у кожному випадку своєрідну поведінку і специфічні проблеми взаємодії, які, проте, можна узагальнити і типологізувати з метою розробки психокорекційних та профілактичних стратегій.

4. Аналіз динаміки подружньої взаємодії сприяє більш глибокому розумінню складної специфіки її взаємозв'язку з особистісною динамікою. Суперечності між шлюбними партнерами, що виникають на різних етапах шлюбу, в разі їх конструктивного розв'язання можна розглядати як вагоме джерело зміни та розвитку самосвідомості, зокрема Я-концепція особистості, яка виступає

передумовою ефективної саморегуляції та самореалізації особистості в усіх сферах життєдіяльності.

## РОЗДІЛ 2

# ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФУНКЦІОНУВАННЯ Я-КОНЦЕПЦІЙ ПОДРУЖНІХ ПАР ЯК РЕГУЛЯТОРА СІМЕЙНИХ ВЗАЄМИН

### 2.1. Принципи і методологічні орієнтири експериментального дослідження

Дослідження впливу Я-концепції на становлення і розвиток подружніх взаємин базується на теоретико-методологічних принципах, які можуть бути розкриті на різних рівнях методології – загальнофілософському, загальнонауковому та на рівні методології конкретної науки. Так, загальнофілософськими є принципи детермінізму, єдності свідомості і діяльності, генетичний. Охарактеризуємо коротко названі принципи та їх застосування у даному дослідженні.

Спричинення психічних явищ має свою специфіку на різних рівнях організації поведінки людини. У цьому дослідженні керуючись цим принципом, розглянуто активність людини на рівні соціального індивіда. Я-концепція особистості нами розглядається як така, що має складну, системну природу, детермінується специфікою процесу соціалізації, особистісного становлення, залежить від особливостей взаємодії індивіда з оточенням, зумовлюється специфікою діяльності особистості, її активності. Водночас зрозуміло, що характер причинності у даному випадку не є однобічно спрямованим: Я-концепція, котра формується, а згодом розширюється та концептуалізується на певних етапах особистісного розвитку, має регуляторний вплив на активність людини, специфіку її діяльності та взаємодії з оточуючими.

Згідно з принципом єдності свідомості та діяльності (Л.С. Виготський, О.М. Леонтьєв, С.Л. Рубінштейн, Б.Г. Ананьєв, Б.М. Теплов, А.О. Смирнов та інші), ці феномени розглядаються у їх взаємозв'язку та взаємозумовленості: діяльність людини зумовлює формування її свідомості та самосвідомості, різноманітних психічних процесів та властивостей; останні, своєю чергою,

здійснюючи регуляцію діяльності людини, є умовою її адекватного виконання [56; 66].

Згідно з генетичним принципом, самосвідомість особистості та її компоненти – образ «Я», самоставлення і саморегуляція – розглядаються у процесі їх становлення, трансформації, розвитку. Відтак нами розглядається Я-концепція особистості як єдність усталеного та динамічного компонентів, що органічно пов'язана із системою міжособистісних стосунків індивіда, впливає на ці стосунки та зазнає впливу з їх боку. Міжособистісні, зокрема, подружні стосунки, також не є сталою системою: вони перебувають у процесі постійної трансформації, розвитку. Отже, основні феномени, котрі досліджуються у роботі – Я-концепція та подружні стосунки, розглядаються у їхньому взаємовпливі та взаєморозвитку.

Загальнонауковий рівень методології представлений використанням експериментально-генетичного методу, який дозволяє відійти від вивчення ізольованих властивостей та спрямувати пошук на цілісні характеристики психічного розвитку (Л.С. Виготський, С.Д. Максименко, С.Л. Рубінштейн та ін.). За даним підходом виокремлюються наступні принципи, що слугували методологічною базою даного дослідження: 1) принцип аналізу за одиницями, сутність якого полягає у виокремленні вихідних характеристик, зв'язків та відношень, що лежать в основі Я-концепції особистості як цілісного явища; 2) принцип історизму, спрямований на поєднання генетичної та експериментальної ліній дослідження Я-концепції як регулятора подружніх стосунків; 3) принцип системності, який вимагає розгляду окремих аспектів самосвідомості як взаємопов'язаних складових цілісного утворення – феномену «Я», який є складовою більш широкої системи – системи самосвідомості особистості; 4) принцип проектування, тобто активного моделювання способів регуляції стосунків у подружній парі залежно від особливостей уявлень про себе партнерів [59; 60].

Одним із вихідних положень для дослідження особливостей Я-концепції є концептуальне положення про психологічну сутність самосвідомості як

єдність усталеного і змінюваного компонентів (В.Ф. Сафін, В.В. Столін); при цьому Я-концепція постійно змінюється протягом онтогенезу особистості (М.Й. Боришевський, І.А. Слободянюк, Л.С. Виготський, І.С. Кон, В.В. Столін, П.Р. Чамата).

Говорячи про соціальну детермінацію процесу самосвідомості, феномена Я-концепції, то нами враховано положення Л.С. Виготського про те, що процеси людської психіки складаються на основі інтерпсихічних, міжособистісних стосунків. Як вважає О.Г. Спіркін, усвідомлення людиною самої себе, свого «Я» не носить безпосереднього характеру. Воно опосередковане відображенням навколишнього світу та інших людей [71, с. 145]. Індивід формує свій внутрішній світ шляхом, засвоєння, інтеріоризації форм і видів соціальної діяльності, що історично склалися. У процесі інтеріоризації відбувається переконструювання набутих раніше психічних функцій, в результаті чого вони стають усвідомленими та довільними. Одночасно у процесі власної діяльності індивіда його психічні процеси екстеріоризуються, причому цей процес є творчим, оскільки його суттю є самореалізація. «Спочатку люди діють стосовно дитини, потім вона сама ініціює взаємодії з навколишніми, вона починає діяти на себе» [39, с. 141].

В своїх працях О.Є. Гуменюк відзначає, що Я-концепція, котра виникає у процесі соціальної взаємодії індивіда як обов'язковий та унікальний результат його психічного розвитку набуває відносної внутрішньої самодостатності, тобто самоспричинює, а згодом і самопродукує свої складові, структуру механізми зреалізування. В результаті не тільки налагоджується взаємозумовлення у системі «Я-концепція – вплив конкретного соціокультурного середовища», а ще й з різною повнотою розгортається процес самотворення як внутрішня, синхронно-діалогічна зустріч окультурених форм психічної активності (поведінка, діяльність, спілкування, вчинення) та актуально відповідних їм образів суб'єктивної реальності (суб'єкт, особистість, індивідуальність, універсум) [47].



Виходячи з цих положень, нами розглядається самоусвідомлення та саморегуляція як специфічні прояви самоактивності особистості, які виявляються в можливості та готовності індивіда творити свою особистість на базі самосвідомості, котра виокремлюється як сукупність процесів самопізнання, самооцінювання, саморегуляції. Такий підхід є реалізацією методологічного принципу суб'єктної активності (К.О. Альбуханова-Славська, М.Й. Боришевський, С.Л. Рубінштейн, В.О. Татенко та ін.).

Суб'єктність найтіснішим чином пов'язана із самосвідомістю, ідентичністю особистості. Вона проявляється як рефлексивне усвідомлення самого себе, по-перше, як фізіологічного індивіда, який має біологічну спільність з іншими індивідами (соматичне «Я»); по-друге, як соціальної істоти, подібної до інших людей, як члена соціуму (соціальне «Я»); по-третє, як індивідуальності, яка характеризується власним психологічним світом, нетотожним психологічному світові будь-якої іншої людини (психічне «Я»). Наслідком рефлексивного усвідомлення себе формується суб'єктна інтенційність як джерело різних форм суб'єктної активності (К.О. Альбуханова-Славська, А.В. Брушлінський, В.О. Татенко, В.М. Титов).

Що стосується особистісного підходу при вивченні Я-концепції та її впливу на розвиток подружніх взаємин, слід зазначити, що нами використовувалось положення С.Л. Рубінштейна: «При поясненні будь-яких психічних явищ особистість виступає як воєдино пов'язана сукупність внутрішніх умов, крізь які заломлюються всі зовнішні впливи» [49, с.308]. При цьому враховувалась думка В.М.Мясищева про те, що вирішальний вплив на особистість має система суб'єктивно-оцінних індивідуально-вибіркових ставлень до дійсності, що склалася в неї [13].

Ставлячи завдання розвитку самопізнання та саморегуляції подружніх партнерів, було враховано, що у дорослої людини самосвідомість та зумовлена нею система ставлень до дійсності вже певною мірою склалися. Але в силу вікових та індивідуальних особливостей процес інтенсивного розвитку самосвідомості, котрий починається у підлітковому та ранньому юнацькому

віці і відбувається досить бурхливо, триває і надалі, хоча має тепер більш спокійний характер [78]. Змісти самосвідомості не є сталими утвореннями і можуть змінюватись протягом життя людини, тим більше, що в різних формах активності, як зазначає В.В. Столін, «самосвідомість народжується неодноразово» [56–57].

Зазначимо, що потреба особистості в самопізнанні, самоусвідомленні, яка стає провідною в юнацькому віці, може бути реалізована особистістю лише певною мірою. Людська самосвідомість не відображає всього, що існує в ній, і часто не виокремлює того, що могло б оптимізувати діяльність, міжособистісні стосунки людини. «Розуміти себе можна різною мірою: чого я в собі не помічаю, те для мене не існує, і, звичайно, не буде мною висловлене» – писав О.П. Потебня [цит. за 78, с. 45].

Таким чином, на момент вступу до шлюбу молода людина має вже достатньо сформований образ «Я», який в єдності з афективним компонентом – самоствавленням, самооцінкою – і зумовлює певні потенційні реакції особистості. Проте, набуваючи нового для себе досвіду в різних сферах життєдіяльності, зокрема в подружніх стосунках, у розбудові власної сім'ї, індивід розширює і свій поведінковий репертуар. Відповідно до цього розширюються, а в деяких випадках коригуються його уявлення про себе. Отже, розвиток самопізнання, збагачення та корекція змісту власного образу «Я» є загальною тенденцією розвитку особистості, що віддзеркалює вікові зміни та дію впливів соціального середовища.

Проте перебіг цих процесів може бути досить нерівномірним конфліктним, тим більше що нова система – подружжя – є значущою для молодої людини. Часто адаптація подружніх партнерів і подальший розвиток їх стосунків ускладнюються через недостатній рівень самоусвідомлення, сензитивності до партнера, невміння знаходити ефективні способи взаємодії.

Дане дослідження подружніх стосунків ґрунтувалося на концептуальних положеннях про тенденції та механізми функціонування сім'ї та подружніх взаємин як її складової (С.Ш. Голод, Е.Г. Ейдемільер С.В. Ковальов, М.С.

Мацковський, А.Г. Харчев, В.В. Юстицький, Т. Holmai S. Minuchin та ін.). При цьому нами береться до уваги, що процес становлення подружніх стосунків молодій сім'ї відзначається найбільшою напруженістю та інтенсивністю у (М.І. Алексєєв І.Ф. Дементьєва, А.К. Дмитренко, В.І. Зацепін, О.Е. Зуськова, В.П. Левкович, М.І. Пірен, Л.З. Сердюк, Р.П. Федоренко). Як зазначають дослідники, перші роки шлюбу – це стадія формування індивідуальних стереотипів спілкування, узгодження систем цінностей і вироблення загальної світоглядної позиції. Внутрішньосімейні стосунки долучають також формування сімейного клімату, інтеграції, рольової структури.

У підсумку, основним завданням експериментального дослідження було обрано діагностику особливостей Я-концепції шлюбних партнерів, з'ясування особливостей їх взаємин та зв'язків між цими показниками. Завданням формувального експерименту визначено розвиток самопізнання (збагачення змісту та зростання адекватності Я-концепції), саморегуляції партнерів, на основі чого передбачалось досягнення гармонізації подружніх взаємин або принаймні певного рівня задоволення стосунками. Завдання та предмет дослідження зумовили основні принципи, що лягли в основу діагностувального та формувального експериментів.

На нашу думку, правомірно розглядати образ «Я» як інтегральний феномен, що формується внаслідок інтегративного процесу – самопізнання, самоусвідомлення. За А.В. Карповим, інтегральні процеси – це такі процеси, які формуються на основі аналітичних, когнітивних процесів, мають їх своїм «будівельним матеріалом», формуються як продукти їх об'єднання, інтеграції при розв'язанні тих чи інших діяльнісних задач» [49, с. 20]. Стосовно образу «Я» це означає, що, попри певні генотипічні передумови (особливості інтелектуальних процесів, темпераменту), ця інтегральна якість формується у процесі соціалізації індивіда, являючи собою якісно нове психологічне утворення.

Враховуючи те, що образ «Я» та пов'язані з ним компоненти Я-концепції формуються в діяльності і мають процесуальні відповідники –

самопізнання, самоствалення та саморегуляція, в основу розробки системи діагностики та розвитку здатності до рефлексії слід покласти *принцип діагностики та розвитку в діяльності*. Цей принцип реалізується у нашому дослідженні завдяки використанню певних форм організації діяльності. Психологічна діагностика шляхом тестування та анкетування організує діяльність самоусвідомлювання та самооцінювання досліджуваних, діагностика шляхом спостереження застосовується на етапі міжособистісної взаємодії та спілкування в групі тренінгу. Реалізацію принципу розвитку в діяльності забезпечують в основному активні методи навчання (тренінг для подружніх пар) та психологічне консультування.

Для дослідження таких складних, інтегративних феноменів, яким є Я-концепції та подружня взаємодія, необхідним є *принцип політестової діагностики*. Самосвідомість як процес залучає і когнітивні процеси (прийоми самоусвідомлення, пізнання інших, усвідомлення сутнісних ознак певних об'єктів або засад певних процесів – діяльності, спілкування) й оцінні (певне емоційне ставлення), елементи регулятивної діяльності. Я-концепція як структурний компонент самосвідомості, також має складну будову, і хоча вона більшою мірою репрезентує когнітивні аспекти самосвідомості, все ж тісно пов'язана з афективними та регулятивними аспектами. Саме тому при діагностиці Я-концепції необхідною є комплексна діагностика, що передбачає і когнітивні, й афективні, і регулятивні аспекти, а саме діагностику рівня самопізнання, самоповаги, самооцінки тощо. Подружня взаємодія також має складну структуру, розгортається на кількох рівнях, і потребує різнобічного дослідження.

Важливим принципом для нашого дослідження є також *принцип багатоманітності рівнів діагностики*, який враховує те, що інтегральна властивість може розгортатись в якісно різній формі, на різних рівнях організації: як процес, як дія, як система дій і – в максимально вираженому вигляді – як відносно самостійна діяльність (А.В. Карпов). Ці принципи реалізуються нами у спеціальній програмі діагностики, яка поєднує в собі

традиційні методики, що діагностують явища самосвідомості (компоненти образу «Я», самооцінку), і методи діагностики цієї властивості у діяльності – у спілкуванні, подружній взаємодії.

При побудові формульованого експерименту враховується гіпотеза, що розвиток Я-концепції особистості, її самосвідомості в напрямку більшої адекватності, самоприйняття матиме наслідком позитивні зміни у системі міжлюдських взаємин, зокрема, сприятиме гармонізації подружніх взаємин. Відтак, цілеспрямований розвиток у шлюбних партнерів самопізнання, самоприйняття може істотно вплинути на оптимізацію процесу взаєморозуміння між ними. Важливість *розвитку самопізнання* ставить завдання щодо організації ефективних форм та умов цієї роботи.

Одна з таких умов визначена О.М. Леонтьєвим у роботі «Психологические вопросы сознательности учения». Для того, щоб зміст, який сприймається, був усвідомлений, потрібно, щоб він зайняв у свідомості суб'єкта «структурне місце предмета безпосередньої цілі його дій» і, таким чином, вступив би у відповідне відношення до мотиву цієї діяльності [44, с. 36-39]. Отже, йдеться про створення мотиваційної основи діяльності самопізнання, спонукання особистості до «дослідження» свого «Я» (на основі самоприйняття та самоствердження) як суб'єкта діяльності. В даному випадку йдеться насамперед про діяльність спілкування, подружню взаємодію. Реалізація цієї умови забезпечуватиме активність особистості в процесі розвитку.

Однією з важливих умов успішності формульованого експерименту є реалізація принципу самоактивності особистості – забезпечення свідомого, активного оволодіння, внутрішнього прийняття прийомів самопізнання та партнерської взаємодії (на відміну від наочності на основі наслідування, копіювання), адже воно передбачає не тільки демонстрацію еталонів певної поведінки, а й взаємообмін досвідом учасників і тренера, спільний пошук ефективних способів взаємодії. Важливу роль у цьому процесі відіграє рефлексія – специфічна активна діяльність мислення і самосвідомості особистості, результатом якої є усвідомлення (створення нових) змістів щодо

діяльності, себе самого та партнерів по взаємодії [14]. Крім того, формувальний експеримент побудований на таких основних принципах:

- *принцип відповідності* змісту експерименту особливостям розвитку самосвідомості особистості у віковому аспекті, а також особливостям певного етапу розвитку стосунків у подружній парі.

- *принцип «допомагального» розвитку*, який передбачає створення певних психологічних умов (створення психологічної атмосфери «прийняття», довіри під час консультування подружньої пари, у групі тренінгу), що запобігають активізації захисних механізмів створюють необхідні умови для прийняття особистістю зворотного зв'язку, сприяють зростанню мотивації самопізнання, розкриттю особистісного потенціалу, зростанню самосвідомості кожного учасника. В основі цього принципу лежить положення гуманістичної психології про самоактуалізацію як базову потребу особистості (А. Маслоу, К. Роджерс та інші): «У людини є здатність і тенденція, якщо не явна, то потенційна, рухатися вперед, до зрілості. У відповідному психологічному кліматі ця тенденція вивільняється і стає не потенційною, а актуальною» [54, с. 215]. Аналогічно, Ю.М. Ємельянов визначає устремління індивіда до самототожності як метапотребу, що не може бути співвіднесена з іншими біо- та соціогенними потребами проте складає основу механізму задоволення кожної з них [52, с. 59]. Отже, реалізація цього принципу передбачає створення умов для актуалізації тенденції до саморозвитку індивіда;

- *принцип проблематизації* свідомості та діяльності учасників експерименту (використання парадоксальних настановлень у процесі консультування, організація умов для сприйняття зворотного зв'язку, проблемно-конфліктні ситуації у групі тренінгу), що дозволяє активізувати процеси самопізнання, самоусвідомлення;

- *принцип наступності* етапів і завдань формувального експерименту, який забезпечує перенос результатів у реальну практичну діяльність;

- *принцип цілісності* розвитку, згідно з яким розвиток самопізнання шлюбних партнерів розглядається в контексті розвитку їх стосунків та загального особистісного розвитку.

Для здійснення завдань формувального експерименту використовувалися відповідні форми організації: 1) консультування подружніх пар; 2) робота в групі тренінгу, що, крім основного завдання розвитку самопізнання, сприяє розвиткові компетентності у спілкуванні, більш адекватному і позитивному самоствавленню учасників тренінгу і водночас спонукає їх до самоактуалізації та самореалізації в різних видах діяльності, у міжособистісній взаємодії.

Таким чином, програма експериментального дослідження особливостей Я-концепції шлюбних партнерів та її впливу на характер подружніх стосунків включала: а) пілотне (пробне) дослідження; б) контрольний зріз: дослідження особливостей образу «Я», самооцінки і самоствавлення та характеристик подружньої взаємодії (рольових очікувань/домагань, частоти конфліктів та способів поведінки у конфлікті, задоволеність шлюбом як інтегральна характеристика подружньої взаємодії); в) формувальний експеримент: проведення тренінгу з подружніми парами; г) контрольний зріз із метою визначення ефективності програми розвитку самопізнання шлюбних партнерів як засобу покращення їх саморегуляції у подружній взаємодії.

## **2.2. Експериментально-констатувальне вивчення особливостей Я-концепцій подружніх партнерів**

Організація експериментального дослідження взаємозв'язку Я-концепції та особливостей подружніх взаємин здійснювалася за двома основними напрямками: а) дослідження особливостей образу «Я» подружніх партнерів, інших компонентів Я-концепції – самоствавлення чи самооцінки; б) вивчення особливостей подружніх взаємин на основі емоційних ставлень подружжя,

наявності конфліктів та способів їх розв'язання, особливостей очікувань та домагань у різних сферах подружнього життя та співвідношення між ними в чоловіків та жінок.

Отримані експериментальні дані були проаналізовані окремо за вказаними напрямками, причому при аналізі виокремлювалися гендерні особливості щодо характеристик образу «Я», самооцінок, рольових очікувань та домагань, патернів поведінки – чоловіка та жінки у подружній взаємодії. Згодом здійснювалася кореляція отриманих показників для встановлення зв'язку між уявленнями партнерів про себе самих та особливостями їхньої взаємодії. Досліджувались три категорії сімей – молоді, зрілі та подружжя, які розлучаються.

Вибір таких категорій сімей був зумовлений наступними міркуваннями. Психологи (С. Кратохвіл, Р.П. Федоренко, А.Г. Харчев та ін.) сходяться у тому, що одним із найважчих і найскладніших у подружньому житті є період молодого сім'ї (до дев'яти років). Саме у період відбувається подружня адаптація, формуються сімейні норми і санкції, здійснюється регуляція лідерства та сімейних ролей, відбувається оволодіння рольовою поведінкою. Водночас на даному етапі загострюються майже всі проблеми сімейного життя. Як показує консультативна практика, конфліктні взаємовідносини в сім'ях не завжди розв'язуються конструктивним шляхом, що призводить до невротизації партнерів, гострих переживань негативних емоцій, зниження самооцінки, формування негативного ставлення до себе, актуалізації психосоматичних проблем. Все це порушує психічне і фізичне здоров'я партнерів та ускладнює взаємини подружжя.

В контексті досліджуваної проблеми нам цікаво було визначити, якою мірою образи «Я» молодого подружжя та пов'язані з ними компоненти Я-концепції – самооцінка, самоствавлення – впливають на становлення подружніх стосунків, які включають розподіл ролей та обов'язків, формування певних патернів взаємодії. Тут варто відзначити, що всі наречені, які брали шлюб, певний час – від 0,5 до 2 років – вже перебували у так званому громадянському



шлюбі, мали досвід ведення спільного господарства, тому можна вважати, що певний період адаптації в них уже минув.

Зрілі сім'ї, які мають стаж подружнього життя 9-25 років, є цінними для нашого дослідження, оскільки вони знаходяться на іншому етапі розвитку подружніх стосунків, коли вже завершилася адаптація, вироблені певні правила сімейного функціонування та способи взаємодії. Яким чином ці правила та стереотипи пов'язані з уявленнями партнерів про себе? Якими є особливості цих уявлень, самооцінок? Також доволі привабливою видається можливість виявлення особливостей, які дозволяють цим парам тривалий час зберігати функціональні стосунки.

Третю групу склали подружні партнери, що звернулися до державних установ із заявою про розірвання шлюбу. Слід зазначити, що у більшості випадків (75% досліджених цієї категорії) ці партнери вже досить тривалий час фактично розлучені – мешкають окремо, часто мають інших партнерів, і в даному випадку йдеться лише про юридичний акт розлучення. Якими вони бачать свої невдалі подружні стосунки? Які особливості відзначають їх самих в особистісному плані – уявлення про себе, самооставлення, риси характеру? Яка їхня ретроспективна оцінка факторів, що зумовили подружні конфлікти, невдоволення і зрештою розпад стосунків?

Дане дослідження було проведене на базі міського відділу служби сім'ї та молоді м. Тернополя протягом 2015-2016 років. Загалом експериментальним дослідженням було охоплено 68 пар віком від 18 до 49 років. З них молоді сім'ї склали 36,7% (25 подружніх пар). Це – молоді люди 18-26 років, що брали шлюб вперше і мали досвід спільного ведення господарства. Зрілі сім'ї склали вибірку 25 подружніх пар віком від 27 до 49 років (36,7%), які мали тривалі шлюбні взаємини та прагнули продовжувати їх надалі. Партнери, що подавали заяву на розлучення, – 18 подружніх пар віком від 29 до 51 року, із стажем подружнього життя від 3 до 24 років.

Процедура дослідження передбачала спостереження, бесіду, включала психологічну діагностику за методиками «Хто я?» Куна-Макпартленда, С.Р.

Пантилєєва «Тест самоствавлення», опитувальник щодо рольових очікувань та домагань у шлюбі «РОД», тестом Люшера та кольоровий тест ставлень Бажина-Еткінда. Досліджуваним пропонувалося дати відповіді на твердження опитувальників. Після закінчення опитування проводилася психологічна консультація з кожною парою. Представимо результати дослідження за напрямками.

З метою дослідження загальних тенденцій, характеристик Я-концепції подружніх партнерів використовувалась методика 20 тверджень, розроблена М. Куном і Т. Макпартлендом для дослідження настановлень особистості на себе [79]. Даний тест належить до нестандартизованих самозвітів, основне достоїнство яких полягає в «потенційному багатстві відтінків самоописання й у можливості аналізувати самоствавлення, висловлене мовою самого суб'єкта, а не нав'язане йому мовою дослідника» [76, с. 259]. Методика дає змогу довідатися про загальний зміст і структуру Я-концепції особистості: наявність у ній таких категорій як соціальні ролі, особистісні характеристики, фізичне та духовне «Я», ціннісні орієнтири. Кількість та когнітивна складність самохарактеристик дозволяє зробити висновок про загальний рівень розвитку рефлексії, схильність особистості до самоаналізу. Тест виявляє одну з найважливіших характеристик Я-концепції індивіда – специфіку самокатегоризації: повноту, диференційованість та когнітивну складність образу «Я», значущість та актуальність окремих її аспектів, зокрема сфери подружніх стосунків.

Відповіді досліджуваних опрацьовувалися за допомогою контент-аналізу. Насамперед, були виокремлені групи об'єктивних та суб'єктивних характеристик. До числа об'єктивних були віднесені ідентифікації особи з групами людей, межі та умови членства в яких є загальновідомими (професійна належність, членство та ролі в малих групах – сімейні ролі, стать, вікова категорія тощо). До суб'єктивних характеристик були залучені самоідентифікації, які є результатом особливих життєвих обставин, а також особистісні ознаки, позитивні та негативні самооцінки. Суб'єктивні згадування – це такі категорії в самоописах досліджуваних, котрі пов'язані з групами,

класами, рисами або станами, які для їх розуміння потребують пояснень самого респондента або співвіднесення з іншими людьми.

Аналіз самоописів респондентів показав, що у нашому дослідженні проявилися загальні тенденції, зазначені у літературі [76, 79]: 1) кількість об'єктивних характеристик зазвичай переважає над суб'єктивними; 2) під час самоопису респонденти схильні спочатку вичерпати весь запас об'єктивних характеристик, перш ніж звернутися до суб'єктивних; 3) інтегрувальні твердження, які фіксують належність індивіда до певної категорії людей («студент», «чоловік») зазначаються у списку раніше за диференціюючі ознаки.

Створюючи узагальнену характеристику Я-концепції досліджуваних, нами враховується, що вона являє собою лише певну модель структури самохарактеристик, у якій нас цікавили насамперед відмінності між чоловіками та жінками, а також між визначеними групами досліджуваних у їхніх образах «Я» та значущості подружніх стосунків (*табл. 2.1*).

Найчастіше у самописах респондентів зустрічаються наступні категорії:

- 1) соціальні ролі, серед яких виокремлюються як сімейні ролі («донька», «брат», «сват»), так і ролі у більш широкій соціальній взаємодії («друг», «сусідка»);
- 2) зовнішні характеристики («висока», «симпатична», «блондинка»);
- 3) особистісні характеристики (які ми умовно розділили на позитивні та негативні: «чесна», «лінива»);
- 4) типологічні характеристики («холерик», «терези»);
- 5) метафори («ромашка», «легка хмаринка»);
- 6) потенційне «Я» («майбутня мати», «майбутній батько»);
- 7) інтереси, захоплення, а в поодиноких випадках – прагнення, цінності («люблю танцювати»);
- 8) відображене самоствавлення («подобуюсь іншим»),
- 9) ідентифікація з людством («людина», «особистість»),

10) статева ідентифікація («чоловік», «дівчина», «жінка»), професійне «Я» («спеціаліст», «студент»).

Таблиця 2.1

Емпіричні дані показників Я-концепції досліджуваних в контексті їх подружнього життя (тест Куна-Макпартленда, n=136%)

Категорії	Молоді подружжя		Зрілі подружжя		Ті, що розлучаються	
	чол.	жін.	чол.	Жін.	чол.	жін.
<b>Об'єктивні характеристики</b>						
Ідентифікація з людством	60	64	32	44	22,2	11
Статева ідентифікація	40	60	45	47	11	44,4
Сімейні ролі (розширена сім'я)	24	52	84	84	77,8	88,9
Потенційне (майбутнє) Я	24	40	0	8	0	0
Професійна ідентифікація	40	40	56	64	77,8	33
Ідентифікація з ровесниками (категорія «вік»)	8	4	4	0	0	0
<b>Суб'єктивні характеристики</b>						
Особистісні риси	100	100	100	100	89	89
Оцінки та самооцінки: позитивні	82,8	87,4	76,2	83,5	83,1	99,1
Оцінки та самооцінки: негативні	17,2	12,6	23,8	16,5	16,9	8,9
Метафоричні характеристики	16	8	12	28	0	0
<b>Самоусвідомлення у контексті подружньої взаємодії</b>						
Ролі у сім'ї, подружній взаємодії	20	24	64	40	44,4	77,8
Кохання	36	36	24	32	22,2	33,4
<b>Інтегральні показники образу «Я»</b>						
Повнота	62	78,6	67,4	79,2	76,8	78,8
Диференційованість	1,7	2,25	2,7	3,1	2,75	2,6

Як видно з таблиці, категорія «соціальні ролі» широко подана у самозвітах досліджуваних. Схильність індивіда описувати себе перш за все у соціальних термінах, кожен з яких свідчить про належність до певного «Ми»,

пояснюється соціальною детермінованістю розвитку свідомості людини. Як зазначає І.С.Кон, такі характеристики іманентно притаманні образу «Я» на всіх етапах життєвого шляху особистості [79, с. 327]. М. Кун і Т. Маркпатленд вважають їх певними інтеріоризаціями індивідуальних позицій у соціальній системі.

Однією з найбільш представлених у самоописах респондентів є категорія «особистісні риси»: їх вказують 87% респондентів, Цікаво, що позитивні самохарактеристики значно переважають негативні, вони представлені у різних групах досліджуваних таким чином: 1) подружжя, які розлучаються: жінки – 99,1% позитивних самохарактеристик, чоловіки – 83,1%; 2) зрілі подружжя: жінки – 83,5% позитивних самохарактеристик, чоловіки – 76,2%; 3) молоді подружжя: жінки – 87,4% позитиву, чоловіки – 82,8%.

Це свідчить про загальне позитивне недиференційоване самосприйняття та сильну тенденцію до привабливої самопрезентації, а в парах, що розлучаються, ще й компенсаторну дію захисних механізмів «Я». Слід підкреслити наявність значних гендерних відмінностей між цими показниками: позитивна самопрезентація відчутно переважає у жінок, особливо в тих, що розлучаються. Як одне з можливих пояснень цього факту нами висунуто припущення, що для жінок сфера подружніх/сімейних взаємин є більш значущою, тому вони схильні більше «захищатися» у випадку невдачі, бачити себе крізь «рожеві окуляри».

«Майбутнє Я» у структурі самосвідомості респондентів посідає порівняно незначне місце. Найбільшою мірою воно представлене у молодих сім'ях: 40% жінок звертаються до вказаної категорії у самоописах, а частка цього показника складає 3,6% від загального числа їхніх самохарактеристик; 28% чоловіків використовують категорію «майбутнього Я», частка у самоописах складає 2,5%. У зрілих сім'ях – 8% жінок звертаються до даної категорії, частка характеристик склала 0,5%; чоловіки цієї групи не використовують категорію «майбутнього Я», що свідчить про слабкість перспективної рефлексії, «зажуреність» у теперішнє. Прикметно, що особи, які

розлучаються, взагалі не використовують у самоописах категорію «майбутнє Я».

У структурі Я-концепції досліджуваних виявилися описані в літературі гендерні відмінності, що репрезентуються у таких категорій як професійна ідентифікація, інтереси, соціальна активність (що вважаються переважно чоловічими сферами) та сімейна ідентифікація (жіноча сфера). Проте виявлені відмінності є незначними і не завжди підтверджують усталені уявлення щодо гендерного розподілу пріоритетних сфер життєдіяльності (*див. табл. 2.2*).

Таблиця 2.2

Відображення основних сфер життєдіяльності у структурі Я-концепції:  
гендерний аспект\*  
(за результатами контент-аналізу тесту Куна-Макпартленда, n=136, %).

		Професійна ідентифікація	Інтереси	Соціальна активність	Сім'я
Молоді Пари	ч	40% (4,3%)	16% (4,7%)	20% (2,1%)	24% (3,1%)
	ж	48% (4,8%)	16% (1,8%)	16% (2%)	52% (6,6%)
Зрілі Пари	ч	56% (5,9%)	20% (3,3%)	44% (5%)	84% (13,9%)
	ж	64% (5,7%)	36% (5,5%)	44% (4,7%)	84% (5,2%)
Пари, що розлучаються	ч	77,8%(10,8%)	22,2% (5,1%)	11,1% (0,7%)	77,8%(17,4%)
	ж	33,1% (2,8%)	11,1% (0,7%)	44,4% (6,3%)	88,9% (21,15)

Цікаво, що окремі досліджувані (28,8%) як самохарактеристики вживають образи, що, очевидно, свідчить про перевагу в них художнього типу мислення. Вважають деякі метафори, що використовувалися у самоописах жінками з категорії «зрілих» сімей, серед яких «бульдозер», «кобила», «буйвол», «кріт». Також зустрічаються метафори «ромашка», «дельфін», «береза», «сонце» та інші, що більшою мірою асоціюються з образом жінки. У групі партнерів, які розлучаються, метафори не використовуються. В молодих сім'ях метафоричні самохарактеристики представлені як у самоописах жінок («кішка», «скорпіон, що жалить себе»), так і в самоописах чоловіків «солдат», «артист», «душа

\* У табл. спочатку вказано, скільки досліджуваних використали дану категорію у самоописі, а в дужках вказана загальна частка даної категорії від числа усіх характеристик

компанії», «король свого королівства» тощо). Яскраво виокремлюється пара віруючих, які описували своє «Я», зокрема, і такими характеристиками: чоловік – «будівельник власної долі», «сіль землі», «праведність божа», «воїн», «пророк власної долі», «лев», жінка – «боже дитя», «світло цьому світу», «плодюча лоза» тощо.

У зрілих сім'ях та в самописах партнерів, що розлучаються, зустрічаються негативні характеристики, наприклад: «дивна», «хворобливий», «поганий», «егоїст», «нервова». Є анкети, в яких їх кількість сягає 60% від усієї кількості самохарактеристик суб'єкта, що також свідчить про певні внутрішньоособистісні проблеми.

Загалом досить неочікуваним виявилось те, що дані самоописів дають підстави робити припущення про наявність тих чи інших особливостей досліджуваних, зокрема завищену самооцінку, високий рівень домагань, тривожність, надмірну схильність до самоаналізу, внутрішні конфлікти, порушення ідентифікації (а можливо, і межові розлади), інфантилізм. Хоча ці особливості не були предметом нашого аналізу, вони не могли залишитись поза увагою, оскільки, безумовно, можуть виступають тими факторами, які істотно впливають і на внутрішній стан суб'єкта, і на його взаємини з подружнім партнером.

Слід зазначити, що при виконанні тесту 63% респондентів дали неповний перелік самохарактеристик (20-50% від максимальної кількості). Показник кількості самохарактеристик – «повнота» – віднесено до інтегральних показників Я-концепції, оскільки, на нашу думку, його можна вважати одним із критеріїв рівня самопізнання.

Дещо менша кількість самохарактеристик відзначається у чоловіків порівняно із жінками. Цікаво, що показники повноти образів «Я» є дуже близькими у чоловіка та жінки в кожній подружній парі. Не вдаючись до ретельного аналізу цього факту, зазначимо лише, що на згадку приходять одна з концептуальних ідей М. Боуена про диференціацію «Я». Так, вчений вважав, що ступінь диференційованості людини визначається відповідно до того, якою

мірою вона здатна розрізняти процеси, пов'язані з почуттями, та інтелектуальні процеси. Чим нижчий рівень диференціації «Я», тим меншою мірою людина здатна роботи таке розрізнення. Важливо, що люди обирають партнерів, які мають подібний рівень диференціації [25].

Щодо значущості самоідентифікацій особистості, що їх отримуємо за допомогою даного методу, в науковців немає однозначної позиції. Так, деякі дослідники вважають, що найбільш значущі характеристики посідають перші місця у самоописах. Проте існує точка зору, що найбільш «глибинні» ідентифікації використовуються досліджуваними лише після того, як вичерпаний весь запас менш значущих ідентифікацій. Аналізуючи дану методику, В.В. Столін зазначає можливість впливу з боку стереотипів заповнення офіційних анкет, і тому припущення, що порядок категорій відповідає структурі самоідентичностей, не може вважатися доведеним [56]. Саме тому у своєму дослідженні ми не беремо до уваги такий показник як рангове місце конкретної ідентифікації.

З метою подальшого виявлення залежностей між особливостями Я-концепції, що знайшли відображення у самоописах, та характеристиками подружньої взаємодії було створено робочу шкалу оцінки Я-концепції на основі її інтегральних показників. Так, умовно виокремлено 3 її рівні: низький (неповний, низькодиференційований самоопис), середній (повний-недиференційований або неповний-диференційований) та високий (повний-диференційований). Практично це виглядало так, що самоописи, у яких використовуються 1-3 категорії (наприклад, рольові позиції, описання зовнішності та типологічні характеристики) нами віднесено до нижчого рівня порівняно із самоописами, де, крім вказаних характеристик, йшлося ще про особистісні якості, «відображене самоставлення» та інтереси, прагнення, що відображають усвідомлені мотиваційно-ціннісні ставлення індивіда до дійсності, та загалом використовувалося 3-6 категорій для самоопису. Крім того, їх було диференційовано за повнотою та віднесено до певного рівня.



Враховуючи думку В.В. Століна, нами припускається, що суб'єктивні диференціюючі самохарактеристики особистості можуть вважатися більш глибокими порівняно з об'єктивними характеристиками. Виокремлені показники Я-концепції є умовними, проте нами передбачається, що вони певним чином характеризують особистість саме з точки зору її здатності до самоусвідомлення, самопізнання, а отже, є загальними характеристиками цього феномена як цілісної системи уявлень про себе.

Для з'ясування зв'язку Я-концепції із самоствавленням особистості було використано опитувальник Пантилєєва С.Р. [28] до якого увійшли також шкали «закритість-відкритість», «самовпевненість», «самоприйняття», «самоприхильність», «самозвинувачення» та «внутрішня конфліктність». Вибір саме цих шкал опитувальника зумовлений наступними міркуваннями.

Як зазначає автор методики, до шкали «закритість – відкритість» входять твердження, які вимагають достатніх навичок самопізнання, рефлексії та внутрішньої чесності. Відповіді на пункти цієї шкали визначаються перевагою однієї з двох тенденцій: або критичністю, глибоким усвідомленням себе, внутрішньою чесністю та відкритістю, або конформністю та вираженою мотивацією соціального схвалення. Це вимірювання, що є близьким до усвідомленості «Я» (яку Розенберг включає до загальної структури рефлексивного «Я»), фіксує глибоке або поверхове проникнення індивіда в себе, відкрите чи закрите (захисне) ставлення до себе.

За даними тестування не виявлено значної розбіжності між показниками за цим фактором у досліджуваних з молодих та зрілих сімей (6,7-6,8 стевів). Значущі відмінності за цим фактором (на рівні  $p < 0,05$ , за t-критерієм Стьюдента) виявлені при порівнянні цих груп з парами, які розлучаються. В останніх рівень відкритості нижчий як у чоловіків (5,2), так і в жінок (6,3).

Шкала «самовпевненості» увійшла до опитувальника, оскільки, на думку С.Р. Пантилєєва, пункти такого змісту лежать в основі більшості шкал глобальної самооцінки та самоповаги. Зміст даного фактора відображає ставлення до себе як до впевненої, самостійної, вольової та надійної людини.

Позитивний полюс відповідає самовпевненості, високому рівню самоствавлення, відчуттю сили свого «Я». Негативний полюс пов'язаний із незадоволеністю власними можливостями, відчуттям слабкості, сумнівами суб'єкта у тому, що він здатний викликати повагу.

Тестування показало, що, як і слід було очікувати, самовпевненість найвища у молодих парах (у чоловіків 7,9, в жінок 8,4), тоді як у зрілих вона дещо стабілізується (у чоловіків 6,7, у жінок 7), а у парах, які розлучаються, показники самовпевненості найнижчі (чоловіки і жінки – 5,6). Між усіма групами виявлені відмінності досягають рівня значущості:  $p < 0,05$  при порівнянні зрілих та пар, що розлучаються,  $p < 0,01$  – для молодих та зрілих пар,  $p < 0,001$  – для молодих та пар, що розлучаються.

Шкала «самоприйняття» відображає почуття симпатії до себе, узгодженості зі своїми внутрішніми потягами, спонуканнями, прийняття себе таким, як є, нехай і з недоліками. Даний фактор пов'язаний зі схваленням своїх планів та бажань, дружнім ставленням до себе.

Тенденція, подібна до описаної вище щодо самовпевненості, характерна і для самоприйняття. В опитаних відзначається найвище самоприйняття у молодих парах (в чоловіків 6,3, в жінок 7,5), середні показники у зрілих (в чоловіків 6,4, в жінок 6,9), та найнижчі у парах, що розлучаються (в чоловіків 4,5, в жінок 5,2). Визначення значущості за t-критерієм Стьюдента показало, що дані розбіжності у групах молодих та зрілих пар не досягають рівня значущості, тоді як обидві ці групи значуще відрізняються від групи партнерів, що розлучаються (на рівні  $p < 0,001$ ).

*Самоприхильність.* Твердження, що увійшли до даної шкали, відображають ригідність «Я-концепції», консервативну самодостатність, заперечення можливості та бажаності розвитку власного «Я». Загальний фон ставлення до себе – позитивний, навіть з відтінком певного самовдоволення. Переживання часто супроводжуються прихильністю до неадекватного образу «Я. В останньому випадку тенденція до збереження такого образу «Я» – один із захисних механізмів самосвідомості. Протилежний полюс пов'язаний з

сильним бажанням змін, незадоволеністю собою, прагненням до відповідності ідеальним уявленням про себе.

Виявлені показники самоприхильності мають значущі відмінності у групах «зрілих» та пар, що розлучаються ( $p < 0,05$ ).

Шкала «внутрішня конфліктність» була включена нами до опитувальника, оскільки автори тесту переконані, що вона є найпотужнішою і дозволяє виявити тенденції до надмірного самоаналізу, неадекватної рефлексії, котра відбуваються на негативному емоційному тлі ставлення до себе. За дослідженнями автора, відчуття конфліктності власного «Я» корелює з низькою самооцінкою, фрустрацією провідних потреб, а також незадоволенням реальною ситуацією, самозаглибленням і наявністю ригідних афективних комплексів. Протилежний полюс (низька конфліктність) може свідчити про закритість, самовдоволення, заперечення проблем.

Загалом в опитаних переважає середній рівень внутрішньої конфліктності. Високий рівень конфліктності виявлено: в молодих парах - у 8% жінок, 16% чоловіків; у зрілих парах – у 8% жінок та 20% чоловіків; в парах, що розлучаються, – в 11,1% чоловіків та 22,2% жінок. Низький рівень внутрішньої конфліктності відзначається: в молодих парах – у 52% чоловіків та 36% жінок; у зрілих парах – в 12% чоловіків, 0% жінок; серед пар, які розлучаються, – в 11,1% чоловіків та 11,1% жінок. Подружжя із групи «зрілих сімей» та партнери, які розлучаються, відзначаються більшою внутрішньою конфліктністю порівняно з молодими людьми ( $p < 0,05$ ).

*Самозвинувачення.* До даного фактору увійшли пункти, пов'язані з самозвинуваченням, негативними емоціями на адресу «Я». Автор тесту вважає, що даний фактор має самостійне значення у системі самоствалення і не пов'язаний з позитивним ставленням до себе. Таке розщеплення у свідомості континууму «позитивне-негативне ставлення до себе» є досить загальним механізмом, пов'язаним із захисними функціями самосвідомості [28, с 19]. У першу чергу це пов'язане з необхідністю захисту «Я» від негативних емоцій та підтримки загальної самоповаги на відносно постійному рівні. Дія описаного

механізму, за В.В. Століним, спрямована на блокування антипатії до себе таким чином, щоб зниження симпатії не призводило до зростання антипатії [23, с. 313].

За даним фактором між показниками різних груп досліджуваних не виявлено значущих розбіжностей.

Дані за результатами дослідження різних аспектів самоствавлення, з урахуванням груп досліджуваних, представлені у **таблиці 2.3**.

*Таблиця 2.3*

Показники різних аспектів самоствавлення досліджуваних  
(за методикою самоствавлення С.Р.Панталеєва, n=136, %)

Фактори самоствавлення	Молоді сім'ї		Зрілі сім'ї		Подружжя, які розлучаються	
	чол.	жін.	Чол.	жін.	чол.	жін.
Відкритість	6,7	6,8	6,7	6,7	5,2	6,3
Самовпевненість	7,9	8,4	6,7	7	5,6	5,6
Самоприйняття	6,3	7,5	6,4	6,9	4,5	5,2
Самоприхильність	6,1	5,5	6,2	6	4,3	5,6
Внутрішня конфліктність	4,2	4,4	5,2	5,5	5,6	5,3
Самозвинувачення	5,1	4,6	5,5	4,5	5,1	5,3

Як видно з таблиці, такі параметри самоствавлення як відкритість, самовпевненість та самоприйняття мають найбільші розбіжності в різних групах досліджуваних: у молодих та зрілих подружжях показники цих параметрів значно вищі за відповідні показники подружжя, які розлучаються. Дещо меншою мірою відрізняється у вказаних групах самоприхильність, хоча загалом зберігається тенденція її зниження у парах, які розлучаються. Натомість внутрішня конфліктність найнижча в молодого подружжя, а у зрілих парах та парах, які розлучаються, вона співвідносна. Показники самозвинувачення мають найменші розбіжності у різних групах досліджуваних.

Таким чином, виявлено достовірно нижчі показники у групі пар, які розлучаються за такими аспектами самоствавлення: відкритість,

самовпевненість, самоприйняття, самоприхильність та достовірно вищі показники внутрішньої конфліктності. Молоді та зрілі пари значуще відрізняються вищим рівнем самовпевненості та нижчими показниками внутрішньої конфліктності.

Очевидно, розлучення має вельми значний вплив на особистість, що торкається і сфери самоствавлення, і уявлень про себе. Виявлена тенденція зниження показників самоприхильності, самоцінності, самоприйняття у парах, що розлучаються, підтверджується значущими відмінностями між групами досліджуваних. Цікаво, що виявлені тенденції дещо суперечать даним інших досліджень, де порівнювалися самоствавлення респондентів із групи успіху та групи неуспіху [29, с.95]. У групі неуспіху була виявлена тенденція зростання показників за даними шкалами (які авторами тесту були об'єднані у фактор аутосимпатії), а інтегральне самоствавлення, що виражає загальне відчуття «за» або «проти» «Я», залишалися без змін в обох групах. Ці розбіжності, імовірно, можна пояснити тією надзвичайною значущістю, яку має сфера подружнього життя, сім'ї для людини – навіть порівняно з ситуацією вступу до вузу, яка була контекстом згадуваного дослідження.

Щодо гендерних відмінностей досліджуваних показників самоствавлення, то зафіксовані незначні розбіжності. Виявлена тенденція до деякої переваги показників відкритості, самовпевненості та самоприйняття в жінок порівняно з відповідними показниками чоловіків всередині кожної групи.

Нас цікавило також, яким чином впливає факт розлучення на динаміку показників самоствавлення в гендерному контексті. Відповідь на це запитання дає порівняння показників чоловіків та жінок. У жінок, які розлучаються, так само, як і чоловіків, знижуються показники відкритості, самовпевненості, самоприйняття. Самоприхильність у чоловіків, які розлучаються, знижується, а в жінок практично залишається стабільною. Показники внутрішньої конфліктності істотно не відрізняються у чоловіків та жінок. Самозвинувачення внаслідок розлучення зростає тільки в жінок, тоді як у чоловіків навіть дещо знижується порівняно з показниками чоловіків із групи «зрілого подружжя».

## Висновки до розділу 2

1. Виявлені значущі розбіжності між компонентами самоствавлення у трьох групах досліджуваних – молодих, зрілих та парах, які розлучаються, дозволяє стверджувати про наявність зв'язку самоствавлення особистості із сферою подружніх взаємин. Контент-аналіз самоописів свідчить про виняткову значущість даної сфери життєдіяльності для особистості, усвідомлення нею себе в специфічному, життєво важливому контексті, розвиток уявлень про себе в результаті подружньої взаємодії. Так, серед досліджуваних не було жодної людини, яка не використала б у самоописі категорію «сім'я», родинні зв'язки, подружні ролі. Це свідчить про те, що дана сфера складає «фундамент» ідентифікації особистості.

2. Аналіз показників образу «Я» та самоствавлення у парах з різними типами стосунків – конструктивними, неузгодженими, неконструктивними дав змогу встановити, що інтегральні характеристики образу «Я» достовірно частіше збігаються у подружніх партнерів з конструктивними стосунками порівняно із парами з неконструктивними та неузгодженими стосунками.

3. Дослідження підтвердило, що когнітивні аспекти самоствавлення нерозривно пов'язані з емоційною складовою Я-концепції – самоствавленням, самооцінкою, і продуктивне вивчення цих феноменів можливе у їх єдності.

4. Емпірично отримано наступні значущі відмінності між групами досліджуваних щодо їх Я-концепцій: самоствавлення і взаємини між партнерами в молодих сім'ях порівняно більш позитивні, ніж в інших групах, також вища самовпевненість, самоприхильність, міра ідентифікації з подружнім партнером, позитивніше ставлення до подружнього партнера (ранг, колір), подружніх взаємин, характерні два типи взаємин – конструктивні та неузгоджені.

## РОЗДІЛ 3

### ПІЗНАННЯ І ФОРМУВАННЯ ПОДРУЖНІХ ВЗАЄМОСТОСУНКІВ У ПРОЦЕСІ ВПРОВАДЖЕННЯ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНИХ УМОВ

#### 3.1. Дослідження рольових очікувань, домагань і самоствавлень у подружніх парах

Для дослідження ієрархії сімейних цінностей була використана методика РОД (рольові очікування та домагання у шлюбі) А.Н. Волкової, яка дуже добре зарекомендувала себе в консультативній практиці. Вивчення настановлень у сфері сімейних стосунків дозволяє виявити, по-перше, погляди партнерів на значущість у сімейному житті різних аспектів, зокрема: сексуальних стосунків, особистісної схожості чоловіка та жінки, батьківських обов'язків, професійних інтересів, моральної та емоційної підтримки, зовнішньої привабливості. Ці показники відображають основні функції сім'ї та складають шкалу сімейних цінностей, яка включає сім сфер: 1-сексуальна сфера; 2-особистісна ідентифікація; 3-побутові цінності; 4-батьківсько-виховна функція; 5-зовнішня соціальна активність; 6-емоційно-терапевтична функція; 4-батьківсько-виховна функція; 5-зовнішня соціальна активність; 6-емоційно-терапевтична функція; 7-значення зовнішньої привабливості.

За результатами проведеного емпіричного дослідження був здійснений аналіз гендерних відмінностей в очікуваннях та домаганнях чоловіків та жінок з молодих сімей. Була встановлена ієрархія сімейних цінностей окремо у чоловіків та жінок.

Зокрема, щодо особистісної адаптованості, то рейтинг однаків як у чоловіків, так і у жінок; аспекти зовнішньої соціальної активності вищий у перших; батьківсько-виховний – вищий у жінок; господарсько-побутовий – у

чоловіків; зовнішньо-привабливий – у жінок, а аспект сексуальних стосунків мав рівні значення. Крім того, порівняльні характеристики очікувань чоловіків та домагань жінок були такі: а) емоційно-терапевтична функція (очікування чоловіків вищі за домагання жінок), б) батьківсько-виховна функція (очікування перших не значно вищі за домагання других), в ) зовнішня соціальна активність (очікування чоловіків значно вищі за домагання жінок . г) зовнішня привабливість (домагання жінок нижчі за очікування чоловіків) та д) господарсько-побутові цінності (рейтинг однаковий).

Із вищенаведеного структура сімейних цінностей, очікувань/домагань у чоловіків та жінок різна. Щодо образу дружини, якою її хочуть бачити чоловіки, можна відзначити наступні особливості: 1) Більшість чоловіків сподіваються бачити поряд із собою, в першу чергу, друга, який завжди підтримає, заспокоїть, втішить, з яким можна було б обговорити свої справи, поділитися думками та сумнівами. Дружина має розуміти чоловіка і приймати його таким, яким він є. Таке ставлення має ґрунтуватися на спільності інтересів, цінностей, захоплень. Крім психологічної підтримки, дружина має виконувати роль гарної матері для своїх дітей. Якості, що стосуються дружини як сексуального партнера, посідають останнє місце в ієрархії сімейних цінностей чоловіка на цьому етапі подружнього життя. Несуттєву роль відіграють також вимоги до дружини як господині. 2) Самі ж жінки у подружньому житті велику роль прагнуть приділяти насамперед професійній самореалізації та догляду за дітьми. Психологічна підтримка чоловіка, створення психологічного мікроклімату сім'ї як цінність посідає останнє місце у структурі їхніх домагань.

Чого хочуть жінки від шлюбного партнера та як ці очікування співвідносяться з позицією чоловіків? По-перше, згідно з отриманими даними, більшість жінок відзначили свої сподівання на цілковиту спільність інтересів, друзів, захоплень, поглядів на життя. При цьому, на думку жінок, чоловік повинен бути активним у вихованні дітей, проявляти чуйність та ніжність, уважність та терпимість у складних ситуаціях. Дуже бажано, щоб він брав активну участь у веденні господарства, а також охайно та привабливо виглядав.



Зовнішня соціальна активність чоловіків та сексуальні стосунки для сучасних молодих дружин не мають особливого значення. По-друге, для самих чоловіків важливим є бажання самореалізуватися та самовизначитися поза межами сім'ї, проявляючи зовнішню соціальну активність, а також стати добрим господарем і хорошим батьком. А надання емоційної, психологічної підтримки дружині посідає останнє місце в ієрархії цінностей чоловіка.

Отже, підводячи підсумок, можемо виокремити наступні тенденції щодо ціннісних орієнтацій у сучасних сім'ях: 1) як чоловіки, так і жінки прагнуть отримувати психологічну підтримку від партнера, при цьому вимоги до себе у виконанні даної функції значно занижені; 2) обидва члени подружжя прагнуть максимальної соціальної активності для себе і значно обмежують у своїх уявленнях активність партнера; 3) має місце високий рівень відповідальності та вимогливості до себе кожного з членів подружжя щодо виконання батьківсько-виховної функції, до того ж сучасні жінки розраховують на більш активну участь чоловіків у вихованні дітей, ніж самі прагнуть реалізувати; 4) ведення господарства для сучасних подружніх пар не актуальне, особливо для жінок – вони розраховують на активну допомогу чоловіків, які відзначаються високим рівнем домагань щодо виконання господарчо-побутових обов'язків; 5) вимоги до зовнішнього вигляду шлюбного партнера вищі, ніж до власної зовнішності як у чоловіків, так і у жінок.

Іншими словами, аналіз показує наявність проблемних областей майже у всіх сферах подружнього життя. Особливо чітко виділяється дві конфліктні зони, де спостерігається розбіжність очікувань та домагань партнерів стосовно образу дружини та чоловіка. Мається на увазі сфера емоційно-терапевтичної функції та зовнішньої соціальної активності. Отже, чоловіки розраховують на підтримку з боку дружини, а у жінок ця функція посідає останнє місце у структурі домагань. Жінки прагнуть займатися не тільки сімейними справами, а й працювати, професійно вдосконалюватись, заробляти гроші. Для чоловіків важливішим та прийнятнішим є варіант, коли дружина більше уваги приділяє сім'ї, і саме сім'я є найголовнішою цінністю для жінки. Цікаво, що жінки також

не прагнуть брати на себе функцію сімейного психотерапевта і віддають цю роль чоловікові. А вимога до чоловіка як до людини, який працює, набагато більше поступається вимозі до нього як до товариша, друга. Відтак, описана конфліктність ролей наявна і в системі «очікування чоловіків – домагання жінок», і у системі «очікування жінок – домагання чоловіків».

За групами досліджуваних порівняння очікувань та домагань мають певні відмінності, які не досягають рівня значущості. Виняток складають очікування у сфері ідентичності, які мають вищі показники у молодих парах порівняно із зрілими ( $p < 0,05$ ), батьківські очікування значуще відрізняються у зрілих парах порівняно з тими, що розлучаються ( $p < 0,05$ ). Рівня значущості досягають відмінності показників домагань у сфері соціальної активності, що виявлені у молодих парах порівняно із зрілими та парами, що розлучаються ( $p < 0,05$ ).

Співвідношення очікувань та домагань у подружній парі опосередковано вказує також на рівень задоволеності шлюбом, який вираховувався через співвідношення очікувань одного партнера з домаганнями іншого у кожній сфері сімейного життя. До того ж говорити про незадоволеність, очевидно, доводиться у будь-якому разі: і тоді, коли очікування перевищують домагання партнера, і тоді, коли домагання одного переважають очікування іншого. Наприклад, таке незадоволення, пов'язане з надлишковою функцією, спостерігається майже у всіх групах щодо сфери соціальної активності. Тобто всі, за винятком жінок із зрілих сімей, очікують меншої соціальної активності (робота, ділові та дружні контакти) від свого шлюбного партнера, ніж це є в дійсності. Найбільша незадоволеність відзначається у батьківській та терапевтичній функції, сфері соціальної активності. Дані співвідношення, які опосередковано вказують на рівень задоволення партнерів у певній галузі сімейного життя, представлені у *таблиці 3.1*.

Як видно з таблиці, незадоволення, пов'язане з дефіцитарним функціонуванням, спостерігається і в чоловіків, і в жінок переважно у сфері виховання дітей та терапевтичній функції. Незадоволення, пов'язане з

надлишком функції, відзначається у сфері соціальної активності. Цікаво, що у сфері побуту незадоволення, пов'язане з дефіцитом участі чоловіка у веденні домашнього господарства, виявлено лише в жінок, котрі розлучаються. Також можна говорити, що жінки переважно не задоволені зовнішнім виглядом, охайністю своїх шлюбних партнерів.

Таблиця 3.1.

Співвідношення очікувань та домагань шлюбних партнерів  
за групами досліджуваних  
(за результатами методики РОД, n=136)

Групи досліджуваних		господарська	батьківська	соц. активність	терапевтична	зовнішність	заг. показн. розбіжн.
Молоді пари	чол.	1,28	0,72	1,17	0,8	1,03	0,19
	жін.	1,17	0,9	1,4	0,9	0,8	0,19
Зрілі пари	чол.	1,05	0,91	1,14	0,85	1,08	0,1
	жін.	1,1	0,75	0,76	0,81	0,83	0,19
Пари, що розлучаються	чол.	1,19	1,05	1,25	0,81	1,1	0,16
	жін.	0,79	0,89	1,26	0,82	0,83	0,18

Для визначення особливостей взаємин у подружній парі було використано кольоровий тест ставлень. Використання даного інструментарію обумовлено тим, що кольоровий тест ставлень здатний висвітлити дійсну картину емоційного ставлення особистості до того чи іншого об'єкту, причому досить часто це ставлення є неусвідомлюваним. Даний тест успішно використовувався для вивчення емоційних стосунків у сім'ї, для визначення системи ставлень хворих неврозами (Еткінд А.М., 1980), для встановлення міри ідентифікації суб'єкта (О.Васильченко, 2003) тощо.

Процедура експерименту включала проведення стандартного тестування за методикою Люшера, після чого досліджуваному пропонувалося вибрати колір, який асоціюється з ним самим, його шлюбним партнером, подружніми стосунками, сім'єю загалом. Були визначені ранги кожного вибору, які відображають значущість даного об'єкта для респондента. Загальні результати

щодо значущості запропонованих об'єктів у різних типах сімей представлено у *таблиці 3.2.*

*Таблиця 3.2.*

Середні ранги запропонованих об'єктів у різних типах сімей  
(за методикою Кольоровий тест ставлень,  $n=136$ )

Категорії	Молода сім'я		Зріла сім'я		Подружжя, що розлучаються	
	чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.
Я сам(а)	2,7	2,5	2,4	2,4	3,6	2,2
Шлюбний партнер	2,2	3,6	3,5	4,4	5 <sup>^</sup> 3	4,3
Подружні стосунки	2,8	2,3	3,5	3,9	4,6	5,6
Сім'я	3,4	2,7	3	3,6	4,3	4,6

З таблиці видно, що середні ранги суттєво різняться між виокремленими групами сімей. Так, найвищі ранги, а відповідно і найбільшу значущість шлюбний партнер, стосунки та сім'я мають для молодого подружжя. У зрілих сім'ях всі показники дещо знижуються, причому, проти очікувань (пов'язаних з усталеним уявленням, що сім'я є «основною» сферою самореалізації для жінок), вони все ж вищі в чоловіків, ніж у жінок. У парах, які розлучаються, зафіксовані найнижчі показники рангів, особливо рангу шлюбного партнера для чоловіків та рангу подружніх стосунків для жінок.

Перевірка виявлених тенденцій за t-критерієм Стьюдента показала, що значущість та загальне позитивне сприйняття подружнього партнера переважає в молодих сім'ях порівняно із зрілими ( $p<0,05$ ) та парами, які розлучаються ( $p<0,001$ ). Оцінка характеру подружніх взаємин має значущі відмінності між усіма групами досліджуваних: у молодого подружжя порівняно із зрілим та з парами, що розлучаються – на рівні  $p<0,001$ , в зрілих сім'ях та парах, що розлучаються, розбіжності на рівні  $p<0,05$ . Ставлення до сім'ї загалом більш позитивне у молодих та зрілих парах порівняно з парами, що розлучаються ( $p<0,05$ ).

Як уже зазначалося, колір, вибраний респондентом, має важливе значення для інтерпретації характеру ставлення. Дослідження свідчать, що люди закономірно, статистично значуще пов'язують кольори з емоційно-особистісними характеристиками. Так, для червоного характерні значення активності, екстраверсії; синьому приписуються характеристики, пов'язані з високою моральною оцінкою; зелений сприймається як доміантний, інтравертований; жовтий – як дуже активний при низькій моральній оцінці; фіолетовий характеризується егоїзмом та нещирістю; коричневий символізує слабкість і стосунки залежності; чорному приписуються різноманітні негативні характеристики; сірий – слабкий і пасивний [23, с. 223].

Нами враховувалось значення кольорів, виокремивши насамперед ахроматичні та коричневий як показники «проблемних» стосунків [78, 79]. Як відомо, основні кольори (синій, зелений, оранжево-червоний, жовтий) символізують основні потреби особистості, а їх вибір для означення себе, партнера, стосунків загалом свідчить про позитивне ставлення та про певну потребу, яка асоціюється з даним об'єктом. Вибір ахроматичних кольорів (чорного, сірого) та коричневого означає наявність проблемних зон у ставленні до об'єкта, зокрема: чорний та коричневий – переважно негативне ставлення, пряму чи приховану агресію, сірий – відчуження, уникання, формальне ставлення.

У зрілих сім'ях стосунки між партнерами досить неоднозначні. Майже 50% жінок вибирають сірий, коричневий або чорний кольори для позначення чоловіка, що свідчить про наявність негативних почуттів (образи, роздратування тощо) або відчуження, формальне ставлення. Подружні взаємини оцінюють негативно більше 20% жінок та 12% чоловіків; сім'ю в цілому – 20% партнерів. Тобто можемо говорити про те, що дана група досліджуваних не є однорідною в плані характеру подружніх стосунків, які справді можна назвати «зрілими». Адже ця група була виокремлена на основі такого формального показника як досить тривалий стаж подружнього життя (від 9 до 25 років). Можна припустити, що близько 20% подружніх пар, які

відносяться до даної групи, мають конфліктні або формальні стосунки, залишаючись у шлюбі з різних міркувань – заради дітей, спільного бізнесу тощо.

У молодому подружжі стосунки виглядають найбільш гармонійними порівняно з іншими групами досліджуваних. Так, ставлення до партнера переважно позитивне, а взаємини та сім'я викликають негативні емоції у 12% чоловіків. Жінки більш задоволені подружніми стосунками (4% незадоволених), ніж сім'єю (20% жінок). Імовірно, в даному разі йдеться про розширену сім'ю (родину) – батьків, родичів подружжя, з якими молодятам часто доводиться проживати разом.

Порівняння різних груп досліджуваних дає підстави стверджувати, що подружжя, які розлучаються, порівняно частіше вибирають ахроматичні кольори та коричневий і для себе, і для шлюбних партнерів, і для позначення стосунків. У зрілих парах наявна амбівалентність ставлень або група конфліктних сімей. У молодих сім'ях і самотавлення, і взаємини між партнерами порівняно більш позитивні, ніж в інших групах досліджуваних, що дещо суперечить усталеним уявленням про конфліктність молоді сім'ї, що існує апріорі під час адаптаційного періоду.

Крім того, одним із чинників, який може розглядатися як певний маркер характеру подружніх взаємин, є взаємна ідентифікація подружніх партнерів. Про ідентифікацію з партнером, наявність сильного психологічного зв'язку з ним свідчить збіг кольорів, з якими досліджуваний асоціює себе та свого партнера [23, с. 225]. У нашому дослідженні ідентифікацій з партнером не виявлено у групі пар, що розлучаються; в зрілих сім'ях вони склали 8% в чоловіків та 4% в жінок. У молодих парах кількість ідентифікацій з партнером найбільша. Цікаво, що більше ідентифікацій відзначається в чоловіків, ніж у жінок.

Суттєвою, на думку деяких авторів, які використовували даний інструментарій у практичних дослідженнях [11], є й позиція, яку посідає колір «самопозначення» у кольоровій розкладці відносно позиції іншої особи, що

можна трактувати наступним чином: перед нею – «я хороший, він поганий», після неї – «я поганий, він хороший».

Молоде подружжя характеризується найменшим егоцентризмом, найбільшою значущістю партнера. Це може виявлятися як значна увага до його інтересів, толерантність, поступливість. У парах, що розлучаються, майже 80% досліджуваних ставлять своє «Я» вище за особистість партнера. У зрілих сім'ях цей показник також досить високий (близько 70%). Цікаво, що для всіх груп сімей характерним є те, що чоловіки схильні вище поцінувати свою дружину порівняно з самими собою. Щодо жінок, то ранг їхнього «самопозначення», як правило, вищий за ранг того кольору, яким вони позначають подружнього партнера.

Отже, згідно з принципами кольорового тесту ставлень, правомірно зробити висновок про те, що емоційні стосунки між подружжям, а відповідно і подружні взаємини загалом мають досить неоднозначний характер, який не завжди можна передбачити, виходячи з формальної ознаки тривалості шлюбу. Так, у молодих парах подружні стосунки характеризуються здебільшого позитивними емоціями, хоча наявні і певні конфліктні зони, насамперед пов'язані з невідповідністю очікувань та домагань.

У подружжя, що розлучається, стосунки мають більше негативного змісту, та все ж вони виглядають більш «спокійними», ніж у подружніх партнерів, що їх було віднесено до групи «зрілих сімей». В останніх подружні взаємини мають амбівалентний характер або ж дана група неоднорідна, і всередині неї є гармонійні пари та пари, що мають конфліктні (формальні) стосунки.

На сьогоднішній день недостатньо знань, які саме якості роблять людину привабливою в довготривалих любовних стосунках. Існують підстави вважати, що головними детермінантами виступають не окремі особистісні властивості партнера, а його інтегральні характеристики, такі як самоприйняття, психічне здоров'я, психічна стійкість [1; 2; 31; 37]. Гозман Л.Я., Кон І.С., Столін В.В. вважають самоприйняття інтегральним ядром особистості,

сталою структурою, яка здійснює регулятивний вплив практично на всі аспекти поведінки людини, відіграє важливу роль у встановленні міжособистісних стосунків між партнерами та впливає на емоційне ставлення один до одного.

Оскільки емоційні стосунки формуються як індивідуальний, а не діадичний феномен, і кожен період часу людина вирішує продовжувати ці стосунки чи ні, то збереження або стабілізація емоційних стосунків є наслідком активності обох членів подружжя. Взаємини можуть бути гармонійними лише тоді, коли їх збереження людина сприймає як одну із значущих для неї цілей. Саме особистість визначає, якими мають бути ці взаємини. Таким чином, одним з головних чинників, що впливає на подружні взаємини, є особистісний фактор, в основі якого лежать феномени самосвідомості як інтегральної якості особистості, а саме особливості образу «Я», самоствавлення.

В експериментальному дослідженні подружніх пар були отримані дані щодо характеристик їх образу «Я», самоствавлення, особливостей системи ставлень та очікувань/домагань у шлюбі. За окремими ознаками були виявлені значущі розбіжності між групами досліджуваних, що вже частково підтвердило нашу гіпотезу про зв'язок особливостей уявлень про себе та характеру подружніх взаємин. Вирахування інтеркореляцій між отриманими показниками дало наступні результати: сильний позитивний кореляційний зв'язок існує між компонентами самоствавлення, самоприхильністю, відкритістю, самоприйняттям. Внутрішня конфліктність корелює із самозвинуваченням та негативно корелює з відкритістю та самовпевненістю.

У системі стосунків індивіда кореляційний зв'язок виявлений лише між оцінкою подружніх взаємин та ставленням до сім'ї (на рівні 0,001). Отже, подружні взаємини справді є важливою складовою загальної сімейної динаміки. У системі очікувань/домагань виявлені зв'язки між рівнями очікувань у різних сферах: господарській, сексуальній, батьківській, очікуваннями щодо зовнішності та терапевтичної функції партнера.



Система самоствавлення пов'язана із очікуваннями/домананнями в основному, таким чином: високі показники самоприхильності корелюють з високими очікуваннями у різних сферах сімейного життя та з домаганнями щодо батьківської функції та сфери соціальної активності; самовпевненість – з очікуванням схожості партнера, домаганнями щодо зовнішності та соціальної активності. Самоприйняття пов'язане практично з усіма очікуваннями та з домаганнями у сфері соціальної активності.

Таким чином, виявлено тісний зв'язок системи самоствавлення особистості з її очікуваннями/домаганнями, що, будучи тісно пов'язаними із системою уявлень особистості про себе, також є регуляторами поведінки особистості у сфері подружньої взаємодії.

Далі було реалізовано дослідження характеру подружніх взаємин та їх зв'язку з Я-концепцією на групах молодих та зрілих подружніх пар, котрі, як зазначалося, характеризувалися неоднозначністю в плані емоційних ставлень. З цією метою за результатами КТС було виокремлено пари з неконструктивними взаєминами (з наявністю тенденцій відчуження, агресії, залежності в обох партнерів), неузгодженими стосунками (коли такі тенденції виявляються лише в одного подружнього партнера) та з конструктивними взаєминами. У даному разі, беручи за основу визначення характеру подружніх стосунків методика КТС, ми керувалися тим, що дана методика дозволяє уникнути фактору соціальної бажаності та відображає часто навіть неусвідомлювані ставлення [28].

У групі зрілих сімей кількість пар з різними типами стосунків склала: конструктивні – 24% пар, неузгоджені – 44%, неконструктивні – 32%. Ставлення партнерів залежно від типу стосунків відображені у *табл. 3.3*.

Як видно з таблиці, виразної закономірності не виявлено. Для пар з конструктивними стосунками характерні виражені гендерні відмінності: так, ранг «Я сам» в чоловіка найвищий порівняно з іншими позиціями, тоді як в жінок найвищий ранг має сім'я. Загалом, порівняно з іншими групами, для цих пар характерні досить високий ранг позиції «Я сам(а)» та подружнього

партнера. У парах з неконструктивними взаєминами ранги партнера та взаємин набагато нижчі від рангу «Я сам(а)», тоді як ранг сім'ї близький до цієї позиції. У парах з неузгодженими стосунками також наявна описана тенденція.

Таблиця 3.3.

Ранги запропонованих об'єктів залежно від характеру подружніх стосунків у «зрілих сім'ях»  
(за методикою Кольоровий тест ставлень,  $n=50$ )

Пари з різним характером взаємин	Я сам(а)		Партнер		Взаємини		Сім'я	
	чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.
Конструктивні	1,6	3	3,4	3,3	4,3	3,5	4,3	2,6
Неузгоджені	2,1	2,7	5,1	3,8	3,7	3,3	3,2	3
Неконструктивні	3,5	2,5	4,3	3,1	4	4,1	3,5	3,1
Середні по групі	2,4	2,4	3,4	4,4	3,4	3,9	3	3,6

Молодих подружніх пар з неконструктивними стосунками не виявлено, пари з неузгодженими взаєминами склали 44%, з конструктивними – 56%.

Таблиця 3.4.

Ранги запропонованих об'єктів залежно від характеру подружніх стосунків у молодих сім'ях  
(за методикою Кольоровий тест ставлень,  $n=50$ )

Пари з різним характером взаємин	Я сам(а)		Партнер		Взаємини		Сім'я	
	чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.
Конструктивні	2,6	2,3	2,3	3,1	3	2	3,1	2,3
Неузгоджені	3,3	2,8	3	4,2	3,7	2,8	4,7	3,2
Середні по групі	2,7	2,5	2,3	3,6	3,2	2,3	3,4	2,7

У молодих сім'ях ранги усіх позицій у парах з конструктивними взаєминами вищі за відповідні ранги, що дають пари з неузгодженими взаєминами. Для усіх пар більшою чи меншою мірою характерна відмінність між ставленнями чоловіків та жінок: так, для жінок вищий ранг має позиція «Я

сама», до якої наближаються «сім'я» та/або «взаємини», а «партнер» має нижчий ранг. Чоловіки схильні поціновувати дружину вище за самих себе, а ранги «взаємин» та «сім'ї» в них, як правило, нижчі.

Математична обробка показників за даними підгрупами показала, що значущих відмінностей між ними не виявлено, проте виявлено деякі розбіжності, що можна означити як тенденції. Зокрема:

- Для групи з конструктивними стосунками порівняно з іншими групами характерні вищі показники відкритості, самовпевненості, самоприйняття та нижчі самозвинувачення і внутрішньої конфліктності.

- Для групи з конструктивними стосунками характерний більш високі ранги позицій «Я сам(а)» та шлюбного партнера. Ранги взаємин та сім'ї мають середні значення, нижчі від рангів позицій «Я сам(а)» та шлюбного партнера.

- У групі з неконструктивними та неузгодженими взаєминами при порівняно низьких рангах позицій «Я сам(а)» та «Мій шлюбний партнер» ранг сім'ї навіть дещо вищий, ніж у групах з конструктивними стосунками. Таку виняткову значущість сім'ї для подружжя з проблемними стосунками можна пояснити, вочевидь, певним життєвим вибором «сім'я понад усе» або «жити заради дітей».

- Образи «Я» досліджуваних значуще не відрізняються у групах з різними видами стосунків, проте у групі з конструктивними взаєминами в подружніх партнерів дещо вищі показники мають такі характеристики образу «Я» як репрезентованість в образі «Я» сімейних ролей, позитивні самохарактеристики. Інтегральні характеристики Я-концепції диференційованість та повнота – істотно не відрізняються у виокремлених

Порівняння особливостей Я-концепції подружніх партнерів показало, що рівні «Я» збігаються у групах такою мірою: подружжя з конструктивними взаєминами – в 68% пар, подружжя з конфліктними стосунками – 49%, подружжя з неузгодженими взаєминами – 28%. Таким чином, відмінності значущі на рівні  $p < 0,05$ .

Отже, у парах з конструктивними взаєминами Я-концепції партнерів достовірно частіше близькі за ознаками повноти та диференційованості, ніж це спостерігається у парах з неконструктивними та неузгодженими взаєминами. Очевидно, рівень «Я» (диференційованість та повнота) є важливим чинником ідентифікації між партнерами, що відіграє значну роль і на етапі знайомства та вибору шлюбного партнера, і у подальшому подружньому житті, впливаючи на специфіку взаємин.

### **3.2. Підходи і методи соціально-психологічної допомоги подружжю під час формувального експерименту**

Психологічна допомога подружжю може надаватися у різних формах залежно від запиту та організаційних можливостей. Найчастіше застосовуються індивідуальне консультування з проблем подружньої взаємодії, психологічне консультування подружньої пари, групова психокорекційна робота (тренінг). Перш ніж розглянути зміст та специфіку кожної з названих форм психологічної допомоги, з'ясуємо особливості психологічного консультування як виду психологічної допомоги, а також можливості різних напрямів психотерапії у контексті завдань оптимізації подружньої взаємодії.

Психологічне індивідуальне консультування є відносно новою галуззю психологічної практики, яка виокремилася з психотерапії. Спектр проблем, що розв'язуються у процесі консультування, досить широкий: труднощі на роботі (конфлікти з колегами і керівниками), невпорядкованість особистого життя, негаразди в сім'ї, погана успішність у школі, болісні коливання в прийнятті рішень, труднощі в налагоджуванні і підтримці міжособистісних стосунків тощо.

Дослідники, які вивчають процес психологічного консультування та умови його ефективності, підкреслюють декілька основних положень консультування, яке: а) допомагає людині діяти на власний розсуд; б) сприяє

становленню нових форм поведінки; в) позитивно впливає на розвиток особистості; г) акцентує увага на відповідальності клієнта, тобто визнається, що незалежний, відповідальний індивід спроможний у відповідних обставинах приймати самостійні рішення, а консультант створює умови, що заохочують вольову поведінку клієнта.

Напрями психологічного консультування відображають основні напрями психотерапії. Психологічне консультування подружжя потребує обізнаності з різними психотерапевтичними підходами та техніками, застосування інтегративних підходів. Зупинимося на характеристиці базових положень основних психотерапевтичних підходів, які можуть бути використані соціальними працівниками, з точки зору їх ефективності для розв'язання завдань оптимізації подружньої взаємодії. Один з найвагоміших – психодинамічний напрям, джерело якого – класичний *психоаналіз З. Фрейда* [20, с. 231]. У психоаналітичній літературі виокремлюють наступні цілі психологічної допомоги: усвідомлення неусвідомлюваного (мотивів, захистів, фіксацій тощо) та прийняття адекватної реалістичної інтерпретації, посилення ego для вироблення реалістичнішої поведінки.

*Аналітична психологія К. Юнга* має за мету навчання самопізнанню за допомогою переживання всієї повноти буття, що в перспективі веде до індивідуації. К.Юнг волів міркувати не про хворобу клієнта, а про «загальний невроз віку». Він сформулював не клінічне, а екзистенційне розуміння проблематики клієнтів, пов'язане із втратою сенсу буття. Роль психолога-консультанта жорстко не фіксується. Схожість даного підходу з психоаналізом полягає у використанні переносу та контр-переносу, відмінність – у забезпеченні прийняття клієнта та у специфіці роботи з його внутрішнім світом. Важливим моментом є допомога клієнтові у розрізненні усвідомлюваних і неусвідомлюваних інстанцій та встановленні комунікації між ними. Психотехніка аналогічна психоаналітичній, але набагато більша увага приділяється тлумаченню сновидінь, де контекст інтерпретацій далеко виходить за межі сексуальних конотацій, а символіка трактується не

біологічним, а культурологічним чином [21]. Базові положення юнгіанського аналізу можуть бути з успіхом використані у психологічному консультуванні подружжя, або в індивідуальному консультуванні з проблем подружньої взаємодії. Техніки, що розроблені на основі юнгіанської концепції, або використовують її інтерпретації (зокрема, аналіз казок, символдрама), дають цікавий матеріал для роботи, сприяють зростанню самоусвідомлення клієнтів.

*Транзактний аналіз* Е. Берна висуває наступні цілі психологічної допомоги: допомогти клієнтові усвідомити свої «его-стани» («Батько», «Дитина», «Дорослий»), ігри, життєвий сценарій, і – за необхідністю – прийняти нове рішення, стосовно поведінки та стратегій життя, звільнити людину від виконання нав'язаних програм поведінки й допомогти їй стати незалежною, спонтанною.

Транзактний підхід, на нашу думку, є дуже перспективним у консультуванні подружньої пари. Адже завдяки йому стає можливим виявити та яскраво продемонструвати неефективні форми взаємодії подружжя – так звані ігри, сприяти усвідомленню їх сутності. Так, Е. Берном були описані ігри, які часто використовуються подружжям, наприклад, «Тупик», «Якби не ти», «Загнана домогосподарка», «Бачиш, як я старався» та інші.

Особливого значення при консультуванні подружніх пар набуває *поведінковий напрям*. Головним у ньому є забезпечення нових умов для навчання, тобто вироблення нового обумовлення й на цій основі допомога в оволодінні новою поведінкою; формування нових соціальних вмінь; оволодіння навичками саморегуляції.

Цікавим і специфічним у своєму обґрунтуванні виступає когнітивний напрям, який має низку варіантів. Один з них – *раціонально-емотивна терапія* (РЕТ) А. Елліса. А. Елліс запропонував чотирикомпонентну структуру особистості – А-В-С-D-теорія. Аналіз поведінки клієнта або самоаналіз за схемою: «подія-сприйняття-реакція-обдумування-висновок» володіє високою продуктивністю та ефектом навчання. Відзначаються такі психологічні передумови РЕТ: 1) визнання особистої відповідальності за свої проблеми; 2)

прийняття ідеї, що є можливість рішуче вплинути на ці проблеми; 3) визнання, що емоційні проблеми беруть початок з ірраціональних уявлень; 4) віднаходження (усвідомлення) цих уявлень; 5) визнання корисності серйозного обговорення цих уявлень; 6) згода докладати зусилля до конфронтації із своїми алогічними судженнями; 7) згода на використання РЕТ. Допомога полягає у перегляді системи переконань, норм та уявлень, увільнення від ідеї самозвинувачення.

Відносно новий напрямок у консультуванні – гуманістичний, який також має свої різновиди, зокрема, *екзистенційне консультування*, метою якого є допомога клієнтові віднайти сенс власного життя; усвідомити особистісну свободу й відповідальність; розкрити свої потенції як особи у повноцінному спілкуванні. Особистість клієнта і його доля визнаються найважливішим, унікальним і безумовно заслуговуючим поваги «життєвим світом».

*Клієнт-центроване консультування* К. Роджерса ставить метою допомогти людині стати «діючою особою»; сприяти особистісному зростанню, завдяки якому людина сама розв'язує свої проблеми; створювати відповідний «психологічний клімат». Увага концентрується не на проблемах людини, а на її «Я».

Цінним, з огляду на результативність вирішуваних проблем, є *гейтальт-метод* у консультуванні. Згідно з Ф. Перлзом, який часто порівнював структуру особистості з цибулиною, слід скинути п'ять шарів невротичності, аби досягти психологічної зрілості особистості: 1) шар фальшивої рольової поведінки; 2) шар фобій (клієнт прагне уникати зіткнення зі своїми хворобливими переживаннями); 3) шар «тупика й розпачу» (моменти, пов'язані з переживанням своєї власної безпомічності); 4) шар доступу до свого справжнього «Я» (людина у сльозах розпачу переживає свою рішучість прийняти ситуацію та подолати проблеми); 5) шар емоційного вибуху (клієнт скидає з себе фальшиве та починає жити й діяти від свого справжнього «Я»).

*Психодрама* як один з методів психотерапії також є дуже ефективною для роботи з проблемами міжлюдських стосунків. Класична

психодрама використовується у груповій роботі, а в індивідуальному консультуванні може бути застосована монодрама.

Цікавим та перспективним є *системний сімейний* підхід, основним положенням якого виступає розгляд будь-якої проблеми, що пред'являється в контексті взаємостосунків у сім'ї. Таким чином, системність тут означає саме привнесення симптому в контекст циркулярних залежностей у сім'ї, що дозволяє розглядати будь-яку симптоматику як відносну і зумовлену тією логікою взаємостосунків, у яку включена людина.

Одним з ефективних засобів психологічної допомоги подружнім парам є соціально-психологічний тренінг.

В історії психології напрям активного соціально-психологічного навчання є досить молодим, проте популярним і добре розробленим. Прийнято вважати, що виникнення групових форм тренінгу відноситься до 1946 року і зазвичай пов'язується з іменами К.Левіна і К.Роджерса. Зокрема, К.Левін стверджував, що більшість ефективних змін у настановленнях, поведінці особистості відбувається у груповому, а не індивідуальному контексті.

Розробляючи авторську програму тренінгу з метою оптимізації подружньої взаємодії засобами поглиблення самопізнання, ми використовували науковий і практичний доробок таких корифеїв методу АСПН, як Ємельянов Ю.М., Макшанов СІ., Петровська Л.А. Дрящева Н.Ю., Яценко Т.С та інші, зокрема принципи організації, методичні прийоми, окремі вправи. При проведенні тренінгу використовувалися методи і техніки, розроблені в межах різних напрямків психотерапії.

Змістовою стороною тренінгу оптимізації подружньої взаємодії виступили процеси партнерського спілкування та взаємодії. На заняттях розглядалися проблеми психології спілкування (у тому числі подружні конфлікти), ознаки партнерського (суб'єкт-суб'єктного) та маніпулятивного (суб'єкт-об'єктного) спілкування; якості, що забезпечують ефективне спілкування. Таким чином, учасники отримали як нові знання з психології



спілкування, так і навички на основі цих знань: емпатичне розуміння партнера, аналіз проблемної ситуації, самоаналіз, ведення діалогу.

В основу роботи групи були покладені наступні принципи: конфіденційності, інформованості, щирості, емоційної відкритості, зміст яких детально описаний у психологічній літературі (Г.А. Цукерман, Л.А. Петровська, С.І. Макшанов, Н.Ю. Хрящева та інші). Ці принципи були доповнені нами у відповідності з баченням специфіки даного тренінгу наступними:

- добровільної участі як у самій програмі, так і у процесі виконання кожної вправи. Ми виходили з того, що для ефективних змін учасник повинен бути внутрішньо зацікавлений в усвідомленні та трансформації певних сторін свого життя або особистості;

- організації самодіагностики кожного учасника. Для реалізації цього принципу до змісту програми були включені запитання та вправи, які розраховані на саморозкриття учасників, усвідомлення ними своїх особистісних якостей;

- стрижнем тренінгу був принцип взаємодії у стилі діалогу, що було відображено як у завданнях та змісті тренінгу, так і у стилі ведення групи, коли тренер виступав реальною моделлю спілкування для учасників,

- принцип зворотного зв'язку як одна з умов збагачення змісту образу «Я» учасників та підвищення його адекватності;

- принцип балансу комфорту та дискомфорту. Реально це означає поєднання прийняття та емоційної підтримки кожного учасника з одночасною проблематизацією, що виступає джерелом, поштовхом до самопізнання. Вона досягається нами не тільки шляхом постановки завдань проблемного характеру, а й за рахунок забезпечення кожному із учасників багатомірного зворотного зв'язку і умов для його адекватного сприйняття. Отримуючи таку інформацію, яка у чомусь підкріплює образ «Я» індивіда, а у чомусь суперечить йому, він потрапляє у проблемну ситуацію, вихід із якої можливий шляхом осмислення й переосмислення уявлень про себе, партнерів, змістів діяльності;

– спрямованість на використання результатів тренінгу в житті реалізувалася завдяки тому, що у тренінгу були представлені насамперед реальні ситуації подружньої взаємодії.

Отже, *основна мета* використання соціально-психологічного тренінгу для подружніх пар полягає в тому, щоб розвивати загальну компетентність у спілкуванні, орієнтувати партнерів на суб'єкт-суб'єктну позицію, сприяти розвитку самопізнання і саморегуляції, що у свою чергу сприятиме оптимізації подружніх стосунків.

Мета даного тренінгу конкретизується у таких *завданнях*:

- набуття знань у галузі психології особистості, групи, сфери спілкування та взаємодії для створення основи ефективного і гармонійного спілкування з партнером;
- розвиток здатності адекватного і найбільш повного розкриття себе та інших як суб'єктів взаємодії (спілкування),
- розвиток орієнтації партнерів на суб'єкт-суб'єктну позицію у взаємодії;
- розвиток самопізнання та саморегуляції кожного учасника, зокрема саморегуляції у взаємодії із шлюбним партнером;
- вивчення й оволодіння індивідуалізованими прийомами міжособистісної взаємодії для підвищення ефективності спілкування,
- особистісний розвиток кожного учасника, реалізація індивідуального потенціалу.

Оскільки образ «Я» розглядається у контексті подружніх взаємин, то у тренінгу уявлення про себе кожного учасника відтворюють цей контекст: «Я-у-подружній взаємодії (сім'ї)». Усвідомлення особливостей подружньої взаємодії як партнерської та ціннісно-визначеного ставлення до цих стосунків створило той контекст, у якому став можливим пошук нових ресурсів для оптимізації подружніх взаємин, відмови від неефективних стереотипів поведінки.

Структура програми тренінгу оптимізації подружньої взаємодії, який проводився з подружніми парами, що склали експериментальну групу

складається із етапів: самопізнання, партнерського спілкування та профілактики подружніх конфліктів. Отож програма складалася з системи відносно самостійних блоків, зміст яких коротко може бути представлений таким чином:

*Блок I. Самопізнання.*

Хто Я, який Я? Мої особливості, риси характеру, інтереси. Що важливе для мене? Мої життєві цілі та перспективи. Я-у-сім'ї: що дає мені сім'я, як мене бачать члени моєї сім'ї. Що я отримав з батьківської сім'ї, що хочу привнести у власну. Я як подружній партнер.

*Блок II. Партнерське спілкування.*

Суб'єкт-суб'єктна та суб'єкт-об'єктна позиція у взаємодії. Спілкування, його види. Ознаки партнерського спілкування. Ефективне спілкування. Навички ведення діалогу. Активне слухання, емпатія.

*Блок III. Профілактика подружніх конфліктів.*

Подружні взаємини, їх розвиток. Подружжя як важлива складова сімейної системи. Конфлікт, причини подружніх конфліктів. Стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях: співробітництво, компроміс, уникання, пристосування, конфронтація. Позитивні і негативні сторони конфлікту.

У структуру кожного блоку був включений релаксаційний комплекс, оскільки лише після зняття м'язових «зажимів», звільнившись від тривожності, людина починає вільно думати та діяти. Отже, оволодіння учасниками прийомами розслаблення, навіювання позитивних емоцій, активізації організму, регулювання власного психічного стану було одним із важливих завдань нашої програми.

Для діагностики окремих психічних станів партнерів, характеру взаємодії, особистісних характеристик використовувалися психологічні тести (психомалюнки, «Хто я? Який Я?» тощо). Однією з психокорекційних процедур був груповий аналіз оцінок та самооцінок поведінки та особистісних якостей учасників.

У процесі тренінгу ефективно використовувалися як вербальні, так і невербальні методики, серед яких: інтонаційна техніка, прийоми ведення діалогу, групові дискусії, способи надання та сприйняття зворотного зв'язку.

Органічним продовженням тренінгових занять були своєрідні домашні завдання або міні-практикуми. В їх основі лежали рекомендації щодо виконання самостійних релаксаційних, інтонаційних, мімічних або інших вправ; завдання, які передбачають спостереження за власною поведінкою та поведінкою партнера, аналіз мотивів поведінки та експериментування з новими способами взаємодії. Самозвіти учасників щодо виконання домашніх завдань, а також підведення підсумків виконання окремих вправ, фрагментів занять були важливою складовою тренінгу.

Група формувалася за принципом добровільності, на основі інтересу до запропонованої програми та бажання хоча б одного з подружжя працювати в напрямку оптимізації подружньої взаємодії. Важливою складовою успішної реалізації програми на підготовчому етапі була попередня зустріч з майбутніми учасниками, яка проводилася у два етапи: 1) групова або індивідуальна бесіда, основним завданням якої було інформування про мету, завдання тренінгу, організаційні моменти, обговорення очікуваного результату програми, 2) індивідуальна співбесіда з тими, хто твердо вирішив взяти участь у тренінгу. Під час співбесіди з'ясовувалися або уточнювалися мотиви участі (інтерес, бажання отримати новий досвід, знання, підготовка до подружнього життя, розв'язання існуючих проблем тощо). Співбесіда проводилася з метою відбору до групи дійсно мотивованих учасників, а не випадкових людей.

Оскільки тренінгові заняття були інформаційно насичені, а крім того передбачали активну участь кожного учасника, отримання ним нового досвіду, який дав би можливість усвідомлення подружніх взаємин через призму індивідуальності кожного, то оптимальною кількістю учасників було 10 осіб (5 подружніх пар). Тренінг було проведено з двома групами, тобто експериментальна група досліджуваних склала 20 осіб.

У тренінгу з подружніми парами були використані всі види дискусій, зокрема тематичні: «Що є основою щасливого шлюбу?», «Причини сімейних конфліктів», «Успіх у житті жінки та чоловіка» та інші.

Одним із важливих методів тренінгу були рольові етюди або ситуаційно-рольові ігри. Особливістю методу ситуаційно-рольової гри є те, що учасники розігрують проблемну ситуацію, під час якої вони виконують різні ролі персонажів цієї ситуації. Крім того, що згаданий метод дозволяє усвідомлювати в дії власні проблеми, він дає можливість учасникам гри практично відпрацьовувати, закріплювати нові, найбільш ефективні моделі поведінки у відносно безпечних умовах.

Для рольових ігор нами були змодельовані проблемні ситуації повсякденного життя подружньої пари, що дали можливість дослідити рольові особливості поведінки чоловіка та дружини, усвідомити цінності та настанови, які лежать в основі певної поведінки. Зокрема, були змодельовані і представлені у формі рольової гри такі «етюди» подружнього життя.

1. Ранок. Подружжя збирається на роботу. Раптом виникає конфліктна ситуація через...

2. Чоловік і дружина обговорюють, як провести вихідні. Чоловік хоче зустрітися з друзями, а дружина запланувала здійснити покупки і піти з дітьми у зоопарк.

Також значний ефект для розвитку самопізнання та пізнання партнера мало застосування методу проєктивного малюнку з його подальшим груповим обговоренням. Як зазначає Т.С. Яценко, психомалюнок стимулює вираження почуттів, відносин, станів, дозволяє краще зрозуміти зміст, причини, динаміку цих явищ. Психомалюнок може використовуватися із діагностичною метою, проте в цьому випадку його функція розширення свідомості майже не реалізується. Тому при використанні цього методу у групі тренінгу ми не давали психодіагностичної інтерпретації малюнків, а зосередили увагу на можливостях різного сприйняття і розуміння малюнків учасниками групи, що привело до збагачення авторського розуміння. Адже проєктивний малюнок

завжди імпліцитно містить релевантної інформації більше, ніж автор свідомо вкладав у нього первинно (Т.С. Яценко).

Для психологічного малюнку була обрана тема «Я-реальне» та «Я-ідеальне», «Моя сім'я», «Я та мій подружній партнер». Це дозволило групі працювати у напрямку усвідомлення внутрішньо та міжособистісних конфліктів та їх взаємозв'язку. Крім того, була застосована техніка спонтанного малювання у подружніх прах, яка дозволяє відстежити та усвідомити деякі значущі аспекти взаємодії, які часто залишаються поза увагою: лідерство у подружній парі, особливості емоційних реакцій партнерів на дії подружжя, здатність до узгодженої взаємодії, взаємопідтримки тощо.

Таким чином, робота з психомалюнком сприяла значному просуванню кожного учасника по шляху самопізнання, рефлексії, поглибила взаєморозуміння, сприяла розвиткові орієнтації на суб'єкт-суб'єктне спілкування, активізувала груповий процес.

Тренінг з подружніми парами (всього 15 подружніх пар, які були розділені на 2 групи) проводився протягом 3-х місяців. Заняття, кожне тривалістю 16 годин, відбувалися 1 раз на місяць. Рівень активності учасників був досить високим. Основним методом, за допомогою якого визначалася ефективність психокорекційного впливу, були самозвіти. Так, проаналізувавши самозвіти учасників, можна виокремити декілька основних напрямків, у яких відбулися певні зрушення (причому це зрушення як сфери самосвідомості учасників, так і сфери їх подружніх взаємин):

- зміни у сфері самоусвідомлення, самопізнання, які відбулися в основному за рахунок зворотного зв'язку і виявилися у більш глибокому усвідомленні учасниками власних якостей, особливостей поведінки та коригуванні на цій основі самооцінки, самоствавлення, а також у зростанні мотивації самопізнання;

- зміни у системі міжособистісних контактів, зокрема у подружній взаємодії, що виявляються у зниженні конфліктності, кращому «розумінні» партнерів по спілкуванню, налагодженні стосунків у подружній парі.

Ось найбільш показові самозвіти:

*«Тренінг допоміг мені по-іншому подивитися на деякі події подружнього життя, краще зрозуміти мого чоловіка – його інтереси, особливості характеру...»*

*«У результаті тренінгу відчула власні сильні та слабкі сторони -те, що мені допомагає і що заважає у спілкуванні взагалі і у подружній взаємодії».*

*«Здається, найбільшим результатом тренінгу стало те, що ми з дружиною стали більш толерантно ставитися один до одного. Навчилися не ховатися від проблем, а розмовляти на проблемні, болючі теми і спільно шукати шляхи розв'язання проблем»..*

*«Ми іншими очима подивились на свої взаємини. До тренінгу ми не задумувались над тим, що кожен з нас по-різному бачить головну роль партнера в сім'ї».*

Звичайно, самозвіти не є тим методом, за допомогою якого можна з достатньою точністю говорити про результативність тренінгу. Проте, на думку Л.А. Петровської, це єдиний метод, який дозволяє оцінити суб'єктивне значення тренінгу для кожного учасника, а це часто виявляється більш важливим за будь-які об'єктивні показники [33, с. 152].

У даному випадку тренінг мав велике суб'єктивне значення для значної частини учасників, що виявилось у 1) значному психокорекційному ефекті (зростання самоповаги, впевненості у собі, налагодженні стосунків у подружній парі), 2) пізнавальній функції (самопізнання, поглиблення знань з психології спілкування, зростання практичних навичок спілкування, аналізу та вирішення проблемних ситуацій).

За даними самозвітів учасників, результатом формуючого експерименту стали позитивні зміни в уявленнях про себе та подружніх партнерів (відзначили 45%) учасників формуючого експерименту), окремі (парціальні) зміни у системі самоствавлення (41%>), зміни у способах взаємодії та характері подружніх взаємин у напрямку їх гармонізації відзначили 67% учасників

тренінгу. Ми не вивчали міру стійкості даних позитивних ефектів, що виходило за межі завдань даного дослідження.

З учасниками контрольної групи було повторно проведено психодіагностичний зріз за методиками, що використовувалися під час констатуючого експерименту. Вибірка досліджуваних не була достатньою, щоб робити певні статистично обґрунтовані узагальнення, проте порівняння тестування I і II зрізу виявило виразну динаміку за такими показниками:

- за методикою самоствавлення С.Р. Пантілеєва у досліджуваних зросли показники відкритості (зафіксовано значущі відмінності на рівні  $p < 0,05$ ), самоповаги та самоприйняття ( $p < 0,05$ ), водночас дещо зменшилися значення шкал внутрішньої конфліктності та самозвинувачення. Це дозволяє стверджувати про наявність позитивних змін у сфері самоствавлення;

- за методикою Куна-Макпертленда відзначаються наступні особливості: збільшення обсягу самозвітів (інтегральний показник «повнота») та зміна їх якості – зростання диференційованості самохарактеристик, використання досліджуваними більшою мірою категорій «особистісні характеристики», «інтереси, прагнення», «відображене самоствавлення», зростання питомої ваги категорії «Я як подружній партнер» та позитивних самохарактеристик. Отже в образах «Я» учасників тренінгу відбулися як структурні, так і змістові зрушення в напрямку зростання складності, диференційованості та узгодженості;

- тенденція до гармонізації стосунків відзначається за кольоровим тестом ставлень: істотно зменшилася кількість респондентів, які використовували ахроматичні кольори та коричневий для позначення себе самого, шлюбного партнера, подружніх взаємин та сім'ї в цілому, що можна інтерпретувати як індикатор покращення стосунків між подружніми партнерами та сімейних взаємин загалом (тенденції зменшення конфліктності, відчуженості, налагодження конструктивної взаємодії);

- за методикою РОД істотних зрушень не виявлено, проте в більшості подружніх пар – учасників тренінгу – спостерігається тенденція до більшої



узгодженості очікувань/домагань шлюбних партнерів, зокрема у сфері соціальної активності та терапевтичної функції, яка передбачає надання психологічної підтримки, емоційний відгук. Саме за цими напрямками розбіжності між домаганнями/очікуваннями шлюбних партнерів були найсуттєвішими.

Отже, можемо констатувати, що запропонована програма тренінгу оптимізації подружньої взаємодії на основі розвитку самопізнання та саморегуляції подружніх партнерів мала виразний психокорекційний ефект. Як і планувалося, було досягнуто певних змін або зафіксовано тенденції до змін у двох основних площинах: розвитку самопізнання учасників та оптимізації подружніх взаємин.

### **Висновки до розділу 3**

1. Різні психотерапевтичні підходи мають неоднакові можливості для роботи з подружжям, виявлено найбільш перспективні для вирішення завдань дослідження підходи – сімейний системний підхід, транзактний аналіз, підходи, орієнтовані на досвід клієнта (гештальт-терапія, психодрама). Основою тренінгу оптимізації подружніх взаємин став еkleктичний підхід, що включав методи та психологічні техніки, розроблені у межах різних психотерапевтичних підходів, релевантні для вирішення завдань формувального експерименту.

2. Культура психічної діяльності охоплює методи і прийоми самостереження, самопізнання, самоаналізу, тренування вольових процесів, прийомів зосередження, розслаблення, зняття напруження, формування високого ступеня саморегулювання емоцій, почуттів, афектів, особливо таких, як тривога, страх, агресивність, гнів, біль.

3. Психологічна допомога сім'ї сприяє формуванню культури шлюбно-сімейних відносин на нових засадах. За результатами констатувального експерименту, у цьому мають потребу різні категорії сімей –

молоді, основним завданням яких стає взаємна адаптація та приведення у відповідність уявлень про подружні ролі; кризові, конфліктні сім'ї. Як виявилось, «зрілі» сім'ї також характеризується значним рівнем емоційного напруження, неузгодженістю подружніх ролей. Їхні ресурси також можуть бути актуалізовані завдяки відповідній психологічній допомозі.

4. Основою формувального експерименту став тренінг для подружніх пар, у якому завдяки розвитку самопізнання, позитивного самоствавлення була досягнута оптимізація подружніх взаємин.

За даними самозвітів учасників, результатом формувального експерименту стали позитивні зміни в уявленнях про себе та подружніх партнерів (45% учасників формуючого експерименту), окремі (парціальні) зміни у системі самоствавлення (41%), зміни у способах взаємодії та характері подружніх взаємин у напрямку їх гармонізації відзначили 67% учасників тренінгу.

5. Порівняння результатів I та II зрізів констатувального експерименту виявило певну динаміку щодо показників образу «Я» учасників тренінгу (зокрема збільшення показників повноти, диференційованості, репрезентованості сфери подружніх взаємин, представленості позитивних самохарактеристик у самоописах), окремих показників самоствавлення (зростання відкритості, самоповаги, самоприйняття водночас із зниженням рівня внутрішньої конфліктності, самозвинувачення), а також позитивні зміни у системі взаємин опитаних, що знайшли відображення як у більшій узгодженості очікувань/домагань подружжя, так і в системі емоційних ставлень. Все це дає підстави зробити висновок про те, що запропонована програма тренінгу подружньої взаємодії на основі розвитку самопізнання та саморегуляції подружніх партнерів мала значний психокорекційний ефект.

## ВИСНОВКИ

1. Я-концепція людини як цілісний психологічний феномен системи уявлень та установок про саму себе зароджується у сімейному колі, інтенсивно розвивається у шкільному середовищі, вдосконалюється у ділових та виробничих відносинах, прогресує чи деградує у буденних стосунках з навколишніми упродовж життя, є глибинно-вершинним утворенням внутрішнього світу людини, центром її соціального всесвіту, оскільки сотнями і тисячами невидимих ліній-зв'язків єднає її з багатопроблемним довкіллям.

2. Система уявлень людини про себе – це не тільки продукт самосвідомості, а й важливий фактор детермінації поведінки; Я-концепція є таким внутрішньо-особистісним утворенням, яке у багатьох випадках визначає спрямованість діяльності людини, поведінки у ситуації вибору, контакти з іншими, а також структурно взаємодоповнюється у єдності таких складових: когнітивного, емоційно-оцінкового та поведінкового.

3. Магістерське дослідження підтверджує, що Я-концепція особистості являє собою систему уявлень про себе, є важливим аспектом самосвідомості, здійснює регуляторний вплив на поведінку особистості у подружній взаємодії.

4. В теоретико-експериментальному дослідженні було реалізовано один із підходів до розв'язання означеної проблеми, який ґрунтувався на теоретико-методологічних положеннях про єдність свідомості, діяльності та спілкування, чотирикомпонентну структуру Я-концепції: когнітивну, емоційну, поведінкову та духовну складову.

5. У дослідженні також було реалізовано системно-діяльнісний підхід: когнітивний компонент Я-концепції (образ «Я») розглядався як складне системне утворення, що нерозривно пов'язаний з іншим – емоційно-оцінковим, поведінковим й духовним. Експериментальне дослідження дозволило виявити істотні характеристики Я-концепції особистості, зокрема образу «Я» та самоствавлення, які безпосередньо пов'язані з особливостями подружніх

взаємин. Серед когнітивних компонентів це: повнота та диференційованість образу «Я», репрезентованість у ньому сфери подружніх взаємин. Дослідження підтвердило, що когнітивні аспекти самоставлення нерозривно поєднані з емоційно-оцінковою складовою – самоставленням, самооцінкою, і продуктивне вивчення цих феноменів можливе у їх єдності.

6. При дослідженні особливостей Я-концепції подружніх партнерів та системи їх ставлень виявлено досить виразні гендерні відмінності. Так, щодо образу «Я» та самоставлення основні розбіжності полягають у більш виразному позитивному уявленні про себе, а відповідно і самоставленні жінок порівняно з чоловіками: їхні самоописи відзначаються більшою кількістю позитивних самохарактеристик, показники самоприйняття та самовпевненості вищі за відповідні показники чоловіків. Виявлені відмінності у системі емоційних ставлень чоловіків та жінок, що пов'язані з шлюбно-сімейною сферою: жінки схильні менше поцінювати подружнього партнера, часто уособлюючи негатив у ньому, тоді як подружні взаємини і сім'я мають для них більшу значущість. Чоловіки більше поцінують дружин, а взаємини та сім'я мають порівняно меншу значущість для них.

7. Виявлено, що розлучення по-різному впливає на уявлення про себе та самоставлення чоловіків та жінок: і в жінок, і в чоловіків зростає внутрішня конфліктність, істотно знижуються показники самовпевненості та відкритості. При цьому в жінок зростає самозвинувачення, в чоловіків більшою мірою знижуються показники самоприхильності і самоприйняття. Жінки більш схильні виправдовувати себе, використовують компенсаторні механізми, проявом яких є зростання кількості позитивних уявлень про себе, що, вочевидь, дозволяє їм утримувати вищий рівень самоприхильності та самоприйняття, ніж у чоловіків.

8. Подружня взаємодія є вкрай значущою для кожного індивіда, однак містить в собі багато потенційних конфліктів, оскільки об'єднує двох суб'єктів з їх різними життєвими історіями, уявленнями, потребами та проблемами, і при цьому актуальну ситуацію їх взаємодії. Відтак слід очікувати, що у

подружньому житті тенденція регулятивного впливу Я-концепції кожного з партнерів на їхню поведінку є суттєвим, значущим чинником.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды: в 2-х / Под ред. Бодалева А.А., Ломова Б.Ф. – М., 1980.
2. Бамбурак Н.М. Аналіз інноваційних моделей навчання за параметричними ознаками Я-концепції // Психологія і суспільство. – 2002. – №3–4. – С. 124–141.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы: Пер. с англ./ Общ. ред. М.С.Мацковского; Послесловие Л.Г.Ионина и М.С.Мацковского. – СПб.: Лениздат, 1992. – 400 с.: ил.
4. Бернс Р. Развитие «Я-концепции» и воспитание. – М., – 1986. – 416 с., пер. с англ.
5. Бодалев А.А. Личность и общение. – М., 1983. – 272с.
6. Божович Л.И. Избранные психологические труды. Проблемы формирования личности – М.: Междунар. Пед. Академия, 1995. – 212 с.
7. Боришевский М.И. Развитие саморегуляции поведения школьников: Диссертация в форме научного доклада... д-ра психол наук: 19.00.07. – К., 1992. – 77 с.
8. Буленко Т.В. Особенности формирования психологической готовности к семейной жизни у студенческой молодежи: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – К., 1995. – 16 с.
9. Визгина А.В., Пантилеев С.Р. Проявление личностных особенностей в самоописаниях мужчин и женщин // Вопросы психологии. – 2001. – №3. – С.91-100.
10. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6-ти т. – Т.4.: Детская психология / Под ред. Д.Б.Эльконина. – 432с.
11. Говорун Т.В. Соціалізація статі як фактор розвитку Я-концепції: Автореф. диск. ... докт. психол наук: 19.00.07. – К., 2002. – 35 с.
12. Годфруа Ж. Что такое психология: в 2-х т./ Пер. с франц. – М.: Мир. – 1992.
13. Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. – М., 1987. – 199 с.
14. Гринько О. В. Самооцінка учнів – засіб пізнавальної самостійності // Рідна школа. – 1998. – № 7-8. – С. 58-59.
15. Гуменюк О.Є. Психологія Я-концепції: Навчальний посібник. – Тернопіль: Економічна думка, 2004. – 310 с.
16. Джемс У. Психология / Под ред. Л.А.Петровской. – М.: Педагогика, 1991. – 369 с.
17. Дмитрова Т.В. Образ «Я» як регулятор міжособистісних стосунків у ранній юності: Дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.07. – К., 1993. – 144 с.
18. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение. – Л.: Изд. ЛГУ, 1985. – 168с.

19. Зуськова О.З. Становление семьи и развитие личности // Становление брачно-семейных отношений. – М., 1989. – С. 71-83.
20. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. – СПб.: Питер, 2003. – 544 с.: ил.
21. Ковалев П.А. Возрастно-половые особенности отражения в сознании структуры собственной агрессивности и агрессивного поведения: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. – СПб., 1996. – 19 с.
22. Ковалев С.В. Психология семейных отношений. – М.: Педагогика, 1987. – 160 с.
23. Кон И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание. – М.: Политиздат, 1984. – 335 с.
24. Кон И.С. Личность как субъект общественных отношений. – М., 1966. – 208 с.
25. Костюк Г.С. Принципы развития в психологии // Методологические и теоретические проблемы психологии. Отв. ред. Е.В.Шорохова. – М., 1969. – С. 118-152.
26. Кочубейник О.М. Трансформація уявлень про «Я-концепцію» у крос-культурних психологічних дослідженнях: Автореф. дис. ...канд. психол. наук. – К., 2003. – 16 с.
27. Краткий психологический словарь / Под общ. ред. А.П.Петровского, М.Г.Ярошевского. – М.: Политиздат, 1985. – 431 с.
28. Кратохвил С. Психология семейно-сексуальных дисгармоний. – М.: Медицина, 1992. – 336 с.
29. Крылов А.Н. "Образ-Я" как фактор развития личности: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – М., 1984. – 20 с.
30. Люшер М. Цвет вашего характера. Тайны почерка. – М.: Вече, Персей, АСТ, 1996. – 400 с.
31. Маноха І.П. Психологія потаємного "Я". – К.: Поліграфкнига, 2001. – 448 с.
32. Маслоу А. Психология бытия. Пер. с англ. – М.: "Рефл-бук", К.: "Ваклер", 1997. – 304 с.
33. Мольц М. Я – это Я, или Как стать счастливым: Пер. с англ. – СПб.: Лениздат, 1992. – 192 с.
34. Морено Я. Социометрия: Экспериментальный метод и наука об обществе / А.Боковиков (пер. с англ.); Р.Золотовицкий (предисл.). – М.: Академич. Проект, 2004. – 315 с.
35. Немов Р.С. Психологическое консультирование: Учеб. для студ. педвузов. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2000. – 528 с.
36. Николс М., Шварц Р. Семейная терапия. Концепции и методы / Пер. с англ. О.Очкур, А.Шишко. – М.: Изд-во Эксмо, 2004. – 960 с., ил.
37. Обозов Н.Н., Обозова А.Н. Диагностика супружеских затруднений // Психологический журнал. – 1982. –Т.3. – №2. – С. 147-151.
38. Обозов Н.Н., Обозова А.Н. Три подхода к исследованию психологической совместимости // Вопросы психологии. – № 6. – 1981. – С. 98-101.

39. Общая психодиагностика / Под ред. Бодалева А.А., Столина В.В.. – М.: Изд-во МГУ, 1987. – 304 с.
40. Пантилеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. – М.: Изд. МГУ, 1991. – 108 с.
41. Пезешкиан Н. Позитивная семейная психотерапия: семья как терапевт. – М.: Смысл, 1993. – 210 с.
42. Петровский А.В., Абрамова В.В. Психология развивающейся личности. – М.: Педагогика, 1987. – С. 238.
43. Пиаже Ж. Избранные психологические труды. – М.: Международ. пед. акад., 1994. – 680 с.
44. Психологическая помощь и консультирование в практической психологии / Под ред. Тутушкиной М.К. – СПб, Изд-во "Дидактика Плюс", 1998. – 198 с.
45. Психологические особенности самосознания подростка / Под ред. М.И.Боришевского. – К.: Вища школа, 1980. – 168 с.
46. Психологический словарь / Под ред. Давыдова В.В., Закуржуда А.В., Ломова Б.Ф. – М.: Педагогика, 1983. – С. 448.
47. Психология самосознания / Под ред. Райгородского Д.Я. – Самара: Изд. дом "БАХРАХ-М", 2000. – 404 с.
48. Психология. Словарь / Под общ. Ред. А.В.Петровского, М.Г.Ярошевского. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.
49. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности. – М.: Мир, 1994. – С. 320.
50. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М., 1994. – 480с.
51. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: в 2-х т. / АПН СССР. – М. – 1989. – 309 с.
52. Савчин М.В. Соціальна психологія. – Дрогобич: Відродження, 2000. – 274 с.
53. Сатир В. Вы и ваша семья. Руководство по личностному росту. Пер с англ. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 320 с.
54. Семейная психотерапия. – СПб.: Питер, 2000. – 512 с.: ил. – С. 282.
55. Семиченко В.А. Психология личности. – К.: Издатель Эшке О.М., 2001. – 427 с.
56. Сермягина О.С. Эмоциональные отношения в семье / Отв. ред. Л.Я.Гозман. – Кишинев: Штиинца, 1991. – 85 с.
57. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. – М.: Школа-Пресс, 1995. – 384 с.
58. Собчик Л.Н. Введение в психологию индивидуальности. – М: ИПП-ИСП, 200. – 512 с.
59. Столин В.В. Познание себя и отношение к себе в структуре самосознания личности: Автореф. дисс. ... докт. психол. наук. – М., 1985. – 37 с.
60. Столин В.В. Самосознание личности. – М.: Изд-во МГУ, 1983. – 196 с.



61. Сысенко В.А. Супружеские конфликты. – М.: Финансы и статистика, 1983. – 175 с.
62. Ткачук С. Психологічний аналіз самотворення позитивної Я-концепції // Психологія і суспільство. – 2003. – №3. – С. 107–113.
63. Федотова Н.Ф. Некоторые вопросы межличностного познания в семье // Психология межличностного познания. – М.: Педагогика, 1981. – С.177-195.
64. Философский словарь / Под ред. Фромова И. Т. – 6-ое изд., переработ. и доп. – М.: Политиздат, 1991. – С. 560.
65. Фрейд З. Психологические этюды. – Минск, 1997. – 302 с.
66. Фромм Е. Иметь или быть? Психоанализ и религия. Искусство любить. Исследование природы любви / Н.Петренко, О.Иванчук (пер. с англ.). – К.: Ника-Центр, Вист-С, 1998. – 400 с.
67. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості: Наукове видання. – Тернопіль: Економічна думка, 2000. – 197 с.
68. Фурман А.В. Психокультура української ментальності. – Тернопіль: Економічна думка, 2002. – 132 с.
69. Хейли Дж. Терапия испытанием. – М.: Независимая фирма "Класс", 1998. – 112 с.
70. Херсонський Б.Г., Дворяк С.В. Психология и профилактика семейных конфликтов. – К.: Здоровье, 1991. – 191 с.
71. Хорни К. Невротическая личность нашего времени, самоанализ. – М., 1993. – 291 с.
72. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности (Основные положения, исследования и применение). – СПб.: Питер-Пресс, 1997. – 608 с.
73. Цукерман Г. А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. – Москва-Рига, 1995. – 203 с.
74. Чистякова Г.Д. Развитие саморегуляции понимания в школьном возрасте // Вопросы психологии. – 1988. – № 4. – С. 63-69.
75. Шевченко О.В. Національна ідентифікація у становленні образу «Я» особистості: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. – К., 2005. – 148 с.
76. Шерман Р., Фредман Н. Структурированные техники семейной и супружеской терапии. – М.: Независимая фирма "Класс", 1997. – 206 с.
77. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. – М.: Изд. группа "Прогресс", 1996. – 344 с.
78. Юнг К.Г. Символическая жизнь: Пер. с англ. – М.: Когито-Центр, 2003. – 326 с.
79. Levine L.E. Mine: Self-definition in two-year-old boys // Developmental Psychology. – 1983. – №19. – P. 544–549.