

**ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ»
ОДЕСЬКИЙ ІНСТИТУТ**

Кафедра загальнонаукових, соціальних та поведінкових дисциплін

«До захисту допущено»

Завідувач кафедри _____
(підпис)

доктор філ. наук, доцент

Нерубаська Алла Олександрівна

(наукове звання, науковий ступінь, прізвище та ініціали)

« ____ » _____ 202 ____ р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на здобуття другого (магістерського) рівня вищої освіти

**на тему: «Соціально-психологічні особливості вступу партнерів в
цивільний шлюб»**

Виконала:

студент(ка) групи ІН18-8-24-М1ПС(2,0з)
(шифр групи)

Освітньої програми: «Психологія»

Спеціальності: 053 Психологія
(код і найменування спеціальності)

Малярчук Наталія Миколаївна
(ПІБ студента)

(підпис студента)

Керівник: канд.психол. наук, доцент,
доцент кафедри

Прокоф'єва-Акопова Світлана
Александрівна

(підпис наукового керівника)

2026 р.

ПРИВАТНЕ АКЦІОНЕРНЕ ТОВАРИСТВО
«ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ
ПЕРСОНАЛОМ»
Одеський інститут

Кафедра загальнонаукових, соціальних та поведінкових дисциплін

Рівень вищої освіти: другий (магістерський) рівень

Спеціальності: 053 Психологія

Освітньої програми: «Психологія»

«Затверджую»

Завідувач кафедри _____
(підпис)

док. філ. наук, доцент Нерубаська А.О.
(вчене звання, науковий ступінь, ПІБ)

«_____» _____ 2026р.

Завдання

на кваліфікаційну роботу студента

Малярчук Наталії Миколаївни

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема кваліфікаційної роботи Соціально-психологічні особливості вступу партнерів в цивільний шлюб

Керівник кваліфікаційної роботи канд. психол. наук, доцент Прокоф'єва-Акопова Світлана Александрівна

(посада, науковий ступінь, вчене звання)

2. Строк подання студентом кваліфікаційної роботи на попередній захист: Травень 2026р.

3. Вихідні дані до кваліфікаційної роботи (рекомендовані науковим керівником та відповідним методичним забезпеченням /окремі аспекти роботи, обсяги роботи
Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, які поділені на підрозділи, висновків до кожного розділу та загальних висновків, списку використаних джерел (80 найменувань). Загальний обсяг роботи – 93 друкованих сторінок, обсяг основної частини роботи складає 85 сторінок.

4. Необхідний графічний та аналітичний матеріал за темою дослідження: .
Кваліфікаційна робота містить 7 таблиць.

5. Календарний план виконання кваліфікаційної роботи

№ з/п	Назва етапів виконання кваліфікаційної роботи	Строки виконання		Примітка
		Планові	Фактичні	
1	2	3	4	5
1.	Збір та опрацювання наукових джерел	Листопад 2025	Листопад 2025	
2.	Написання вступу	Грудень 2025	Грудень 2025	
3.	Розділ 1. Проблема вступу партнерів у цивільний шлюб	Грудень 2025	Грудень 2025	
4.	Розділ 2. Організаційно-методична підготовка до вивчення особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб	Січень 2026	Січень 2026	
5.	Розділ 3. Емпіричне дослідження соціально-психологічних особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб	Березень 2026	Березень 2026	

1	2	3	4	5
6.	Висновки	Квітень 2026	Квітень 2026	
7.	Оформлення списку використаних джерел	Квітень 2026	Квітень 2026	
8.	Подання роботи на перевірку керівнику	Квітень 2026	Квітень 2026	
9.	Попередній захист кваліфікаційної роботи	Квітень 2026	Квітень 2026	

АНОТАЦІЯ

Малярчук Н.М. «Соціально-психологічні особливості вступу партнерів в цивільний шлюб» – Рукопис.

Кваліфікаційна робота на здобуття освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» – Одеський інститут ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом». Одеса, 2026.

Актуальність дослідження соціально-психологічних особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб зумовлена глибокими трансформаціями сучасного суспільства, які істотно впливають на інститут сім'ї, форми міжособистісних стосунків та ціннісні орієнтації особистості. У ХХІ столітті спостерігається тенденція до поширення альтернативних форм сімейного життя, серед яких цивільний (фактичний) шлюб набуває дедалі більшої популярності, особливо серед молоді.

Мета – емпірично дослідити особливості особливості вступу партнерів в цивільний шлюб.

У роботі були використані наступні **методи дослідження**: системно-структурний метод, метод теоретичного аналізу наукових джерел, метод психолого-діагностичного обстеження, методи математичної статистики

Ключові слова: цивільний шлюб, сенсожиттєві орієнтації, цілепокладання, ревності, готовність до шлюбу.

ANNOTATION

Malyarchuk N.M. "Socio-psychological characteristics of partners' entry into a civil society" – It's Manuscript.

Diploma's work in obtaining the educational qualification of " bachelor's " Odesa Institute PJSC «Institution of higher education «Interregional Academy of Personnel Management». Odesa, 2026.

The relevance of the study of the socio-psychological features of partners entering into civil marriage is due to the profound transformations of modern society, which significantly affect the institution of the family, forms of interpersonal relationships and value orientations of the individual. In the 21st century, there is a tendency to spread alternative forms of family life, among which civil (de facto) marriage is becoming increasingly popular, especially among young people.

The aim is to empirically investigate the features of partners entering into civil marriage.

The following research **methods** were used in the work: system-structural method, method of theoretical analysis of scientific sources, method of psychological and diagnostic examination, methods of mathematical statistics

Keywords: civil marriage, meaningful life orientations, goal-setting, jealousy, readiness for marriage.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1	
ПРОБЛЕМА ВСТУПУ ПАРТНЕРІВ У ЦИВІЛЬНИЙ ШЛЮБ	12
1.1. Соціально-психологічні аспекти вступу у цивільний шлюб	12
1.2. Роль ревностів у перебуванні партнерів у цивільному шлюбі	23
1.3. Складні життєві ситуації у партнерів в цивільному шлюбі	36
Висновки до розділу 1	39
РОЗДІЛ 2	
ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНА ПІДГОТОВКА ДО ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВСТУПУ ПАРТНЕРІВ У ЦИВІЛЬНИЙ ШЛЮБ	41
2.1 Організація та основні етапи дослідження особливостей вступу у цивільний шлюб	41
2.2. Методи та методики дослідження дослідження особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб	42
Висновки до розділу 2	54
РОЗДІЛ 3	
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВСТУПУ У ЦИВІЛЬНИЙ ШЛЮБ	56
3.1. Особливості загальної психологічної готовності партнерів до шлюбу.....	56
3.2. Особистісно-типові особливості особистості респондентів, що перебуває у цивільному шлюбі	59
3.3. Особливості переживання складних ситуацій партнерами, що перебувають у цивільному шлюбі.....	65
3.4. Методичні рекомендації з психологічної підтримки партнерів у цивільному шлюбі.....	77
Висновки до розділу 3	79
ВИСНОВКИ.....	82
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	85

ВСТУП

Актуальність дослідження соціально-психологічних особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб зумовлена глибокими трансформаціями сучасного суспільства, які істотно впливають на інститут сім'ї, форми міжособистісних стосунків та ціннісні орієнтації особистості. У ХХІ столітті спостерігається тенденція до поширення альтернативних форм сімейного життя, серед яких цивільний (фактичний) шлюб набуває дедалі більшої популярності, особливо серед молоді.

Сучасні соціально-економічні умови, зокрема економічна нестабільність, подовження періоду освіти, орієнтація на професійну самореалізацію та підвищення рівня індивідуалізації, сприяють відтермінуванню офіційного шлюбу та зростанню кількості партнерських союзів без юридичного оформлення. Вибір цивільного шлюбу часто обумовлюється як об'єктивними соціальними чинниками (економічні труднощі, зміна суспільних норм, зростання незалежності жінок), так і суб'єктивними соціально-психологічними детермінантами, серед яких зміна моральних установок, толерантність до дошлюбних стосунків, переорієнтація на індивідуальні цінності та особистісну свободу. Основні психологічні особливості вступу партнерів у цивільний шлюб були започатковані в роботах А. Я. Варга, Б.С. Круглова, М. Хогенбума, Н.О. Ляшенко, А.В. Сидоренко, Т. М. Титаренко, Р.П. Федоренко та ін.

Водночас цивільний шлюб виступає своєрідною формою «експериментального» партнерства, що дозволяє перевірити сумісність, емоційну близькість і готовність до сімейного життя. Проте дослідження свідчать, що такі союзи часто характеризуються нижчим рівнем зобов'язань, меншою стабільністю та більшою ймовірністю розпаду порівняно з офіційно зареєстрованими шлюбами. Це підкреслює необхідність глибшого аналізу психологічних механізмів формування, функціонування та трансформації подібних відносин.

Актуальність теми також зумовлюється недостатнім рівнем наукової розробленості проблеми. Практика психологічного консультування показує, що саме партнери, які перебувають у цивільному шлюбі, часто стикаються зі специфічними труднощами (невизначеність ролей, проблеми відповідальності, конфлікти щодо майбутнього), а також потребують спеціалізованої психологічної допомоги. При цьому відсутність достатньо апробованого діагностичного інструментарію та чітких теоретичних моделей ускладнює ефективну роботу з такими парами. Крім того, соціально-психологічні характеристики партнерських відносин без офіційної реєстрації пов'язані з такими важливими аспектами, як довіра, емоційна стабільність, комунікативна взаємодія, рольові очікування та психологічна сумісність, які визначають якість і тривалість стосунків. У сучасних умовах трансформації сімейних цінностей саме ці фактори набувають особливого значення для забезпечення гармонійності міжособистісних зв'язків і психологічного благополуччя партнерів.

Отже, дослідження соціально-психологічних особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб є актуальним як у теоретичному, так і в практичному аспектах. Воно дозволяє глибше зрозуміти закономірності формування сучасних партнерських відносин, виявити чинники їх стабільності та ризики деструкції, а також розробити ефективні психологічні підходи до підтримки пар у період становлення їхніх взаємин.

Мета дослідження: емпірично дослідити особливості особливості вступу партнерів в цивільний шлюб.

Для досягнення поставленої мети в процесі дослідження ставилися такі основні **завдання:**

1. Провести аналіз наукової літератури з досліджуваної проблеми.
2. Підібрати методичний інструментарій, релевантний меті дослідження.
3. Провести емпіричне дослідження відповідно до мети.
4. Укласти методичні рекомендації з психологічної підтримки

партнерів у цивільному шлюбі.

Об'єкт дослідження- особистість партнерів у цивільному шлюбі.

Предмет дослідження - соціально-психологічні особливості вступу

п

а Методи дослідження. Для реалізації завдань кваліфікаційного дослідження були використані: системно-структурний метод, метод теоретичного аналізу наукових джерел, метод психолого-діагностичного вбстеження, методи математичної статистики.

е У магістерському дослідженні був використаний комплекс методик, який містив у собі: «Шкалу оцінки готовності до сімейного життя І. Юнда» (Тест-картку готовності до сімейного життя за шкалою І. Юнда), Статеворольової опитувальник С. Бем, Опитувальник емоції романтичних ревнощів Д. Уайт, методика вивчення особливостей процесу цілепокладання А. М. Арестової, Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. О. Леонтьєва, Методика ціннісного спектра (ЦС) Д. О. Леонтьєва.

ц Емпіричну вибірку склали 10 пар молодих людей віком 23-28 років, які перебувають у цивільному шлюбі.

в Теоретичне значення дослідження соціально-психологічних особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб полягає у поглибленні та систематизації наукових уявлень про трансформацію інституту сім'ї та партнерських взаємин у сучасному суспільстві. В умовах зміни цюціокультурних норм і переосмислення традиційних форм шлюбу виникає потреба в оновленні теоретичних підходів до аналізу міжособистісної взаємодії, зокрема в контексті неінституціоналізованих сімейних союзів.

Дослідження сприяє уточненню понятійно-категоріального апарату соціальної та сімейної психології через розмежування таких феноменів, як «шлюб», «цивільний шлюб», «партнерство», «кохабітація», а також через визначення їх специфічних соціально-психологічних характеристик. Це дає змогу більш чітко окреслити межі досліджуваного явища та уникнути термінологічної невизначеності, що часто спостерігається у науковій

літературі.

Важливим аспектом теоретичного значення є розширення знань про детермінанти вступу в цивільний шлюб. Аналіз мотиваційної сфери партнерів, їхніх ціннісних орієнтацій, установок щодо сім'ї, відповідальності та особистісної автономії дозволяє поглибити розуміння механізмів прийняття рішень у сфері інтимно-особистісних відносин. У цьому контексті дослідження інтегрує положення різних психологічних підходів — соціально-психологічного, когнітивного, особистісного та системного — що забезпечує комплексний аналіз явища.

Крім того, теоретичне значення полягає у виявленні специфіки міжособистісної взаємодії партнерів, які обирають цивільний шлюб. Дослідження дозволяє уточнити роль таких чинників, як рівень довіри, емоційна близькість, комунікативні стратегії, рольові очікування та ступінь зобов'язаності у формуванні стабільності та якості партнерських відносин.

Отримані результати можуть бути використані для подальшого розвитку теорій подружніх і партнерських взаємин, зокрема в частині пояснення нестабільності або, навпаки, стійкості неформалізованих союзів.

Окремої уваги заслуговує внесок дослідження у розвиток уявлень про психологічну готовність до сімейного життя. Вивчення особливостей вступу в цивільний шлюб дозволяє переосмислити критерії такої готовності, розглядаючи її не лише як орієнтацію на офіційний шлюб, а як здатність до побудови зрілих, відповідальних і гармонійних партнерських відносин незалежно від їх юридичного статусу.

Таким чином, результати дослідження мають важливе теоретичне значення, оскільки сприяють розвитку сучасних наукових підходів до вивчення сім'ї та партнерства, уточненню ключових понять, виявленню закономірностей функціонування цивільних шлюбів і формуванню цілісного уявлення про соціально-психологічні механізми вступу партнерів у такі союзи.

Практичне значення дослідження соціально-психологічних особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб полягає у можливості

застосування отриманих результатів у різних сферах психологічної практики, соціальної роботи та освітньо-просвітницької діяльності. Вивчення мотивацій, установок, очікувань і моделей поведінки партнерів, які обирають неформалізовані стосунки, створює підґрунтя для розроблення ефективних засобів психологічного супроводу таких пар.

Передусім результати дослідження можуть бути використані у практиці сімейного та індивідуального психологічного консультування. Розуміння специфіки рольових очікувань, рівня відповідальності, ступеня емоційної залученості та особливостей комунікативної взаємодії партнерів у цивільному шлюбі дозволяє фахівцям точніше діагностувати проблемні зони у стосунках, прогнозувати ризики конфліктів і розробляти адресні психокорекційні програми. Це особливо важливо для попередження деструктивних сценаріїв розвитку взаємин, зниження рівня міжособистісної напруженості та підвищення якості партнерського життя.

Практична цінність дослідження також проявляється у можливості створення тренінгових програм, спрямованих на формування психологічної готовності до партнерства. Такі програми можуть включати розвиток навичок ефективної комунікації, емоційної регуляції, конструктивного вирішення конфліктів, узгодження цінностей і життєвих цілей. Особливу увагу при цьому доцільно приділяти формуванню відповідального ставлення до спільного життя, усвідомленню ролей і меж у відносинах, а також розвитку взаємної підтримки та довіри.

Крім того, результати дослідження можуть бути впроваджені в освітній процес закладів вищої освіти, зокрема у підготовці майбутніх психологів, соціальних працівників та педагогів. Вони можуть слугувати теоретичною та методичною основою для викладання дисциплін, пов'язаних із сімейною психологією, психологією міжособистісних відносин і консультуванням, а також для розроблення навчально-методичних матеріалів.

Не менш важливим є використання отриманих результатів у діяльності соціальних служб і організацій, що працюють із молоддю та сім'ями. Це дає

змогу підвищити ефективність профілактичних заходів, спрямованих на зміцнення партнерських відносин, попередження сімейних конфліктів і формування культури відповідального партнерства. Практичні напрацювання можуть бути використані при розробленні інформаційно-просвітницьких програм, спрямованих на підвищення обізнаності населення щодо особливостей цивільного шлюбу та його психологічних наслідків.

Структура дипломної роботи визначена метою та завданнями магістерського дослідження. Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, які поділені на підрозділи, висновків, списку використаних джерел (80 найменувань). Загальний обсяг роботи – 92 друкованих сторінки, обсяг основної частини роботи складає 85 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ПРОБЛЕМА ВСТУПУ ПАРТНЕРІВ У ЦИВІЛЬНИЙ ШЛЮБ

1.1. Соціально-психологічні аспекти вступу у цивільний шлюб

У науковому контексті проблема соціально-психологічних передумов і специфіки входження партнерів у цивільний шлюб отримала ґрунтовне висвітлення у працях низки вітчизняних і зарубіжних дослідників, зокрема Б. С. Круглова, М. Хогенбума, Н. О. Ляшенко, А. В. Сидоренко, Т. М. Титаренко, Р. П. Федоренко та інших. У їхніх роботах окреслюються ключові закономірності формування партнерських відносин, зумовлені попереднім сімейним досвідом, індивідуально-психологічними характеристиками та соціальними впливами.

Представники підходу, що спирається на механізми наслідування (Т. Злобіна, Т. В. Буленко, А. Я. Варга, Б. В. Нічіпоров), наголошують на тому, що люди, створюючи власну сім'ю, схильні відтворювати ті виховні практики, які вони спостерігали у батьківській родині, зокрема у взаємодії батьків із іншими дітьми в сім'ї. При цьому зазначається, що особи, які зростали єдиними дітьми, можуть відчувати певні труднощі у побудові сімейних взаємин через обмежений досвід спостереження різноманітних моделей сімейної взаємодії.

Дослідження Н. Г. Гаранян засвідчують існування прямого зв'язку між характером взаємин у сім'ї, зокрема між сиблінгами, та рівнем агресивних проявів особистості [цит. за 21]. Автор підкреслює, що наявність насильницьких форм взаємодії у родині істотно впливає на процес соціалізації, сприяючи засвоєнню дитиною силових моделей поведінки. Водночас діти переймають від батьків не лише зовнішні поведінкові реакції, а й глибинні установки, емоційні патерни та уявлення про шлюбні стосунки. Позитивний приклад гармонійного подружнього життя батьків формує у дітей адекватне уявлення про побудову сімейного благополуччя, тоді як узгодженість дій

батьків виступає важливою умовою розвитку зрілої сімейної ідентичності.

А. К. Дмитрієнко акцентує увагу на значущості принципу послідовності у вихованні [цит. за 27]. Зокрема, встановлено, що діти, які виховувалися в умовах стабільних і передбачуваних виховних впливів, у подальшому частіше формують гармонійні подружні стосунки. Натомість непослідовність батьківських дій може призводити до менш успішного сімейного функціонування у дорослому житті. Автор також підкреслює важливість особистого прикладу батьків та ефективності їхнього виховного впливу як ключових чинників формування майбутніх шлюбних стратегій.

У дослідженнях К. Вітека доведено, що характер взаємин у молодій сім'ї значною мірою відображає модель взаємодії, засвоєну у батьківській родині [цит. за 27]. У разі конфліктності батьківських стосунків діти можуть або відтворювати подібні деструктивні сценарії, або, навпаки, свідомо формувати альтернативну модель сім'ї. При цьому у ситуаціях крайньої напруженості й деструкції сімейного клімату розлучення батьків розглядається як менш травматичний варіант для дітей, ніж тривале перебування у конфліктному середовищі.

Результати численних соціологічних досліджень підтверджують вагомість впливу батьківської сім'ї на подальше подружнє життя дітей. Зокрема, встановлено, що досвід розлучення батьків суттєво підвищує ймовірність розірвання шлюбу в наступному поколінні. Дисгармонійні сім'ї, як правило, характеризуються неспроможністю ефективно вирішувати внутрішні суперечності, що зумовлює накопичення конфліктів, зниження рівня соціально-психологічної адаптації партнерів та порушення їхньої здатності до узгодженої діяльності, особливо у сфері виховання дітей. Зростання емоційної напруги у таких сім'ях нерідко призводить до розвитку невротичних проявів, емоційної нестабільності та формування стійкого почуття тривоги у дітей [15].

Наукові напрацювання М. С. Пека свідчать про те, що виховання у конфліктних або неповних сім'ях негативно позначається на особистісному

розвитку: у таких осіб частіше спостерігаються ознаки психологічної незрілості, знижена сформованість «Я-концепції», підвищена емоційна вразливість, невпевненість і пасивність. Це, у свою чергу, ускладнює процес створення власної сім'ї [цит. за 48]. Емпіричні дані демонструють, що особи, які зростали у стабільних повних сім'ях із позитивним емоційним кліматом, частіше задоволені власним шлюбом, тоді як вихідці з неповних або конфліктних родин частіше переживають труднощі у подружніх стосунках і виявляють схильність до формування негативних очікувань щодо сімейного життя, аж до своєрідної «сімейної фобії».

У межах аналізу структурно-функціональних характеристик сім'ї вчені встановили, що дисбаланс у структурі батьківської родини відображається на організації сімейного життя їхніх дітей, впливаючи на стабільність шлюбу, характер міжособистісної взаємодії та адаптаційні ресурси подружжя [44]. Особливу увагу дослідник приділяє проблемам розподілу влади у сучасній сім'ї, зокрема питанням лідерства, підпорядкування, контролю та відповідальності, які часто стають джерелом конфліктів.

Важливим теоретичним положенням є концепція «батьківського програмування», запропонована Е. Берном. Вона пояснює, яким чином неусвідомлювані сценарії, засвоєні у дитинстві, можуть відтворюватися у дорослому житті, зокрема у шлюбних відносинах. Сім'я виступає первинним середовищем соціалізації, де дитина не лише пізнає світ, але й інтеріоризує міжпоколінний досвід. У дорослому віці ці установки впливають на прийняття життєвих рішень, часто зумовлюючи повторення батьківських життєвих сценаріїв, навіть за умов їх неуспішності. У таких випадках індивід схильний до раціоналізації власного вибору, намагаючись обґрунтувати його правильність. Особливо це характерно для осіб, які зростали у дисфункційних сім'ях із дефіцитом емоційної підтримки [цит. за 13].

Схожих висновків дотримуються й інші дослідники, які наголошують на тому, що недостатній розвиток здатності до емоційної прив'язаності, зокрема до батьків, сиблінгів чи значущого соціального оточення, а також домінування

егоцентричних рис у структурі особистості можуть істотно ускладнювати формування глибоких і стабільних партнерських стосунків у дорослому житті.

Особи, які зростали без одного з батьків або виховувалися в родині, де батьківські функції виконувалися неналежним чином, у дорослому житті нерідко стикаються з труднощами у сфері прийняття важливих рішень, а також у здатності будувати емоційно близькі, довірливі стосунки та відкрито проявляти почуття любові. Особливо складною є ситуація для тих, хто втратив батьків у ранньому дитинстві: їхній досвід дефіциту емоційної підтримки та стабільних прив'язаностей зумовлює суттєві труднощі не лише у формуванні власної сім'ї, а й у виконанні батьківських ролей у майбутньому. На відміну від них, діти, які проживали у повній сім'ї хоча б до підліткового віку, мають більше можливостей для формування необхідних особистісних якостей. Причиною таких відмінностей виступають специфічні умови розвитку, які або сприяють, або, навпаки, гальмують досягнення психологічної зрілості [цит. за 50].

До ключових показників особистісної зрілості відносять здатність до відкритої взаємодії з іншими людьми, готовність до співпраці, уважне й обережне ставлення до партнера, гнучкість у поведінці, емоційну врівноваженість, відповідальність за власні рішення та здатність реалізовувати їх на практиці. Формування цих якостей значною мірою залежить від якості міжособистісної взаємодії дитини з батьками та іншими значущими людьми, які виступають моделями для наслідування.

У випадку, коли молоді люди досягають достатнього рівня психологічної зрілості та характеризуються емоційною стабільністю, їх адаптація до подружнього життя відбувається поступово й конструктивно. Такі особистості демонструють схильність до вирішення конфліктів через діалог і взаєморозуміння, а їхнє сімейне життя розвивається як динамічний, безперервний процес особистісного і міжособистісного зростання. За результатами досліджень Т. І. Димнової встановлено, що духовно зрілі партнери здатні ефективно узгоджувати свої взаємини навіть за наявності

істотних відмінностей у соціальному походженні, вихованні чи психологічних особливостях. У таких сім'ях спостерігається тенденція до синергії — узгодженого вирішення спільних завдань, взаємної підтримки та прагнення до зближення [цит. за 19].

На думку ряду дослідників (М. І. Мушкевич, Р. П. Федоренко, Л. І. Магдисюк, Т. І. Дучимінська), важливою характеристикою зрілих подружніх стосунків є усвідомлення перспективи спільного розвитку, відкритість до змін і відсутність жорсткої фіксації на стереотипах чи ролях. Натомість психологічна незрілість, яка виникає внаслідок незавершеності певних етапів особистісного розвитку, проявляється у егоцентризмі, підвищеній конфліктності, соціальній ізоляваності, труднощах у співпраці, схильності до маніпуляцій та навіть страху перед шлюбом. У подружніх союзах, створених такими особами, процес адаптації або значно ускладнений, або фактично не відбувається. Часто це пов'язано з неусвідомленим прагненням компенсувати або «дозавершити» блокований етап розвитку за рахунок партнера, який у такому випадку сприймається як інструмент досягнення цієї мети [цит. за 32].

Згідно з цими підходами, життєві сценарії особистості значною мірою формуються під впливом сімейних настанов і передаються між поколіннями. Особливо помітною є тенденція до успадкування сценарних установок від батьків протилежної статі: материнські настанови щодо сина часто мають витоки у взаємодії матері з її батьком, тоді як батьківські послання до доньки нерідко відображають вплив його матері. Водночас батьки тієї ж статі виступають безпосередніми моделями для ідентифікації: хлопчики орієнтуються на чоловічі зразки поведінки, переймаючи як позитивні, так і негативні риси, і на цій основі формують уявлення про чоловічу роль у сім'ї.

Аналогічно дівчата засвоюють жіночі ролі, спираючись на приклад матері.

Дослідження Е. Хетерінгтон показують, що відсутність батька в ранньому дитинстві (до приблизно п'ятирічного віку) може призводити до певних порушень у формуванні статево-рольової поведінки у хлопців. У

дівчат, у свою чергу, формування уявлень про жіночність та майбутні партнерські відносини значною мірою залежить від якості взаємодії з батьками. Зокрема, за спостереженнями М. Джеймс, позитивне ставлення батька до жіночності доньки у поєднанні з адекватною самооцінкою матері сприяє формуванню у жінки впевненого і гармонійного образу себе. Водночас встановлено, що жінки, які втратили батька в ранньому віці, частіше ідеалізують його образ і переносять ці уявлення на майбутнього партнера [цит. за 64].

Проблематика виховання у неповній сім'ї також була предметом досліджень В. Я. Титаренко, яка підкреслювала, що повноцінний розвиток особистості, зокрема формування сексуальності, передбачає наявність як чоловічого, так і жіночого прикладу. Сприйняття обох гендерних ролей дозволяє дитині не лише усвідомити їх відмінності, але й зрозуміти їх взаємодоповнюваність і взаємозалежність. Встановлено, що жінки, які зростали у неповних сім'ях, частіше стикаються з труднощами у розумінні поведінки чоловіків, зокрема чоловіка чи сина, а також у прогнозуванні їхніх реакцій і потреб.

Узагальнення емпіричних даних, отриманих Т. І. Димноюю на вибірці студентських сімей, показало, що молоді люди, які походять із неблагополучних умов (зокрема, неповних, конфліктних, змішаних сімей або інтернатних закладів), у багатьох аспектах поступаються вихідцям із стабільних родин. Це проявляється як у стані фізичного і психічного здоров'я, так і в рівні інтелектуального розвитку та соціальних можливостей. Для таких осіб характерними є недовіра до оточення, підвищена підозрілість і, як наслідок, тенденція до соціального відчуження.

Вплив батьківської родини на подальше життя людини, зокрема на вибір партнера та професійного шляху, також обґрунтовано у працях Н. Пезешкіана. Він довів, що міжпоколінна передача охоплює не лише цінності, але й способи реагування на конфлікти, структуру взаємин і поведінкові стратегії. Засвоєні в дитинстві моделі взаємодії відтворюються у дорослому житті та передаються

наступним поколінням, забезпечуючи своєрідну спадкоємність сімейного досвіду [цит. за 16].

Згідно з позицією З. Цельмер, підґрунтя для вибору майбутнього партнера формується ще на ранніх етапах онтогенезу [цит. за 45]. Дослідниця підкреслює, що саме батько й мати виступають для дитини первинними й найбільш значущими моделями чоловічої та жіночої ролей. Тривалий емоційний зв'язок із ними забезпечує глибоке засвоєння не лише зовнішніх проявів взаємодії, але й прихованих смислів їхніх стосунків. При цьому не має принципового значення, чи демонстрували батьки відкрито справжній характер своїх взаємин — дитина інтуїтивно «зчитує» ці особливості й інтеріоризує їх як зразок, який у подальшому може відтворюватися у власному сімейному житті.

Іншу важливу грань проблеми розкриває В. Сатір, яка пов'язує дисфункції сімейної системи з негативним особистісним досвідом її членів [цит. за 34]. На її думку, вибір шлюбного партнера часто ґрунтується на принципі подібності: люди тяжіють до тих, хто має схожий життєвий досвід, зокрема досвід сімейного виховання. Це означає, що проблемність у стосунках зазвичай не є односторонньою, а має взаємний характер і може підсилюватися в процесі взаємодії. Особи схильні обирати партнерів із подібними сімейними сценаріями, типами комунікації та навіть із аналогічними труднощами, пережитими в дитинстві. Така схожість часто не усвідомлюється, але саме вона стає підґрунтям для емоційного зближення та відчуття «взаємної відповідності».

У дослідженнях В. М. Дружиніна підкреслюється, що джерелом багатьох порушень у подружніх взаєминах є незадоволені в дитинстві базові потреби одного або обох партнерів [цит. за 5]. У дорослому житті людина може несвідомо прагнути відтворити ті ситуації, які залишилися нерозв'язаними в ранньому досвіді, намагаючись таким чином отримати відкладене задоволення або завершити внутрішній конфлікт. У результаті формується так звана «невротична» сім'я, де партнери знову і знову відтворюють дитячі сценарії,

однак не мають ресурсів для їх конструктивного вирішення.

Аналізуючи проблематику сімейно-сексуальної гармонії, С. Кратохвіл дійшов висновку, що стабільність подружніх стосунків значною мірою залежить від схожості сімейних моделей, у яких вирости партнери. За відсутності такої подібності зростає ризик виникнення боротьби за домінування, непорозумінь і конфліктів, що нерідко призводить до розпаду шлюбу. Водночас встановлено, що люди, які виховувалися у неблагополучних сім'ях, часто демонструють тенденцію до самопожертви, намагаючись згладжувати напруженість у стосунках ціною власних інтересів. Це сприяє формуванню залежності від партнера та розвитку співзалежних моделей поведінки.

Подібні висновки висловлює й З. Цельмер, акцентуючи увагу на тому, що значна частина молодих людей переносить із батьківської сім'ї досвід емоційної незадоволеності, невпевненості у власній цінності та внутрішнього переживання меншовартості. Через дефіцит підтримки, прийняття та емоційного тепла в дитинстві у таких осіб формується занижена самооцінка, а також переконання у тому, що вони не заслуговують на любов, успіх чи особистісне благополуччя. Нерідко вони сприймають себе як людей, позбавлених перспектив для повноцінної самореалізації та гармонійного життя [цит. за 75].

За таких психологічних умов навіть незначний прояв турботи, уваги чи емоційної зацікавленості з боку іншої людини може викликати надзвичайно сильну емоційну реакцію. Подібні переживання часто помилково ототожнюються з глибоким коханням, хоча фактично йдеться про потребу в емоційному прийнятті та підтвердженні власної значущості. Відсутність досвіду зрілих і стабільних стосунків лише посилює цю ілюзію, формуючи переконання, що саме цей партнер є єдиною можливістю для щастя та психологічного комфорту. Унаслідок цього виникає виражена емоційна залежність, коли інша людина стає головним джерелом самооцінки, внутрішньої впевненості та емоційної стабільності.

У подібних взаєминах любов нерідко набуває егоцентричного характеру, оскільки основна увага зосереджується не стільки на партнерові, скільки на власній потребі бути потрібним, прийнятим і схваленим. Такі особи демонструють постійну потребу в підтвердженні почуттів, болісно реагують на найменші ознаки дистанціювання та часто виявляють безпідставну ревнивість, тривожність і внутрішню напругу. Будь-яка загроза втрати стосунків сприймається як небезпека втрати власної цінності та сенсу життя. Саме тому розрив таких взаємин переживається особливо драматично й супроводжується глибокими емоційними стражданнями, почуттям спустошеності та різким зниженням самооцінки [цит. за 5].

Разом із тим поступове подолання надмірної емоційної залежності створює передумови для формування більш зрілих і гармонійних взаємин. Коли людина перестає сприймати партнера як єдину основу свого психологічного благополуччя та навчається усвідомлювати власну автономність, з'являється можливість будувати стосунки на засадах довіри, взаємоповаги й емоційної рівноправності. У такій взаємодії поступово знижується страх самотності та втрати, а натомість формується внутрішня стійкість, здатність до самопідтримки й уміння зберігати емоційну рівновагу незалежно від зовнішніх обставин [цит. за 34].

Проблематику співзалежності ґрунтовно досліджував Дж. Бредшоу, який розглядав її як специфічну форму психологічної дисфункції, що виникає внаслідок надмірної концентрації особистості на потребах, переживаннях і проблемах інших людей. На його думку, співзалежна людина настільки глибоко занурюється у життя значущого оточення, що поступово втрачає контакт із власними почуттями, потребами та справжніми бажаннями.

Постійне ігнорування особистісних меж і власних інтересів спричиняє формування різноманітних форм залежності — емоційної, соціальної, поведінкової, а інколи навіть фізичної. Подібний стан набуває деструктивного характеру, негативно впливаючи як на внутрішній психологічний стан особистості, так і на якість її міжособистісних взаємин [цит. за 15].

Крім того, Дж. Бредшоу підкреслював, що співзалежним особам властиві значні труднощі у побудові здорової міжособистісної взаємодії. Вони часто не вміють встановлювати справді довірливу близькість, відкрито висловлювати власні переживання та конструктивно вирішувати конфлікти. Через відсутність позитивного досвіду гармонійних взаємин такі люди нерідко не мають чіткого уявлення про те, якими повинні бути зрілі партнерські стосунки. У результаті вони прагнуть створити лише зовнішню картину благополуччя, яка не відповідає реальному емоційному стану сім'ї чи пари.

У свою чергу, Н. Пезешкіан наголошував на важливості аналізу сімейної історії та міжпоколінних моделей взаємодії. Науковець зазначав, що наявність співзалежних патернів у попередніх поколіннях значною мірою впливає на функціонування новоствореної сім'ї. Поведінкові сценарії, способи реагування на конфлікти, особливості емоційної близькості та механізми взаємодії нерідко передаються від покоління до покоління, закріплюючись як усталені форми поведінки. Саме тому вивчення сімейного досвіду батьківської родини дозволяє певною мірою прогнозувати характер майбутніх подружніх взаємин та можливі труднощі у функціонуванні сімейної системи [цит. за 65].

М. І. Мушкевич, Р. П. Федоренко, Л. І. Магдисюк та Т. І. Дучимінська у своїх дослідженнях підкреслюють, що саме в межах батьківської сім'ї закладаються основи майбутнього сімейного функціонування особистості.

Спостерігаючи за характером взаємодії між батьком і матір'ю, дитина поступово накопичує уявлення про ролі, норми та моделі поведінки у подружжі. Цей досвід згодом слугує своєрідним шаблоном, на який вона орієнтується при побудові власних партнерських стосунків. Важливе значення при цьому мають не лише загальний емоційний клімат у сім'ї, але й якість міжособистісних взаємин між її членами, рівень залученості обох батьків до виховання, узгодженість їхніх поглядів щодо виховних підходів, організації повсякденного життя та сімейного дозвілля. Не менш суттєвими чинниками виступають здатність батьків до рефлексії власної поведінки, уміння розуміти дії партнера, а також наявність конструктивних навичок подолання конфліктів.

Сукупність цих умов сприяє формуванню у дітей якостей, необхідних для виконання сімейних ролей, і забезпечує становлення їх психологічної готовності до створення власної сім'ї.

Отже, узагальнення наукових підходів до вивчення взаємин у подружжі свідчить про складність і багатовимірність цієї проблематики. Вона залишається надзвичайно актуальною, оскільки безпосередньо пов'язана з особливостями міжособистісної взаємодії та процесом входження молоді у шлюбні відносини.

Аналіз наукових підходів до вивчення особливостей цивільного шлюбу засвідчує, що дане явище є багатогранним соціально-психологічним феноменом, який відображає сучасні трансформації інституту сім'ї та шлюбно-сімейних відносин. Цивільний шлюб розглядається як форма партнерських взаємин, що характеризується добровільністю, емоційною близькістю та спільним побутом, однак без юридичної реєстрації.

У межах психологічної науки підкреслюється, що рішення про вступ у цивільний шлюб зумовлюється комплексом чинників, серед яких важливу роль відіграють особливості сімейної соціалізації, досвід батьківської сім'ї, рівень психологічної зрілості партнерів, їхні ціннісні орієнтації, уявлення про сім'ю та моделі міжособистісної взаємодії. Значний вплив на формування ставлення до цивільного шлюбу мають також індивідуальний досвід прив'язаності, попередні стосунки та засвоєні в дитинстві сценарії поведінки у близьких стосунках.

Окремо науковці звертають увагу на те, що цивільний шлюб може виконувати як конструктивні, так і кризові функції у розвитку особистості та пари. З одного боку, він розглядається як етап апробації партнерських відносин, що дозволяє краще пізнати один одного, перевірити сумісність і сформулювати спільні життєві плани. З іншого боку, відсутність чітких правових і соціальних зобов'язань іноді зумовлює нестабільність, невизначеність ролей та підвищену вразливість стосунків.

Узагальнення теоретичних джерел дозволяє стверджувати, що цивільний

шлюб є відображенням сучасних змін у ціннісно-нормативній сфері суспільства, де зростає значущість індивідуального вибору, емоційної задоволеності та партнерської рівності. Водночас ефективність таких відносин значною мірою залежить від рівня психологічної зрілості партнерів, їхньої здатності до відповідальності, конструктивної взаємодії та узгодження життєвих очікувань.

Цивільний шлюб доцільно розглядати як складний соціально-психологічний феномен, що перебуває на перетині індивідуальних потреб особистості та трансформацій сучасних сімейних моделей, і потребує подальшого ґрунтового наукового вивчення.

Аналіз наукових підходів до вивчення особливостей цивільного шлюбу засвідчує, що дане явище є багатогранним соціально-психологічним феноменом, який відображає сучасні трансформації інституту сім'ї та шлюбно-сімейних відносин. Цивільний шлюб розглядається як форма партнерських взаємин, що характеризується добровільністю, емоційною близькістю та спільним побутом, однак без юридичної реєстрації.

Таким чином, цивільний шлюб доцільно розглядати як складний соціально-психологічний феномен, що перебуває на перетині індивідуальних потреб особистості та трансформацій сучасних сімейних моделей, і потребує подальшого ґрунтового наукового вивчення.

1.2. Роль ревнощів у перебуванні партнерів у цивільному шлюбі

Ревнощі найчастіше асоціюються з романтичними стосунками, коли, наприклад, один із партнерів контролює спілкування іншого або гостро реагує на появу нових взаємин у колишнього партнера. Однак у реальному житті це емоційне переживання значно ширше за свої прояви і може виникати практично в будь-якій сфері міжособистісної взаємодії. Воно спостерігається у стосунках між братами і сестрами, які змагаються за увагу батьків, у

професійному середовищі між колегами, що конкурують за визнання керівництва, а також у багатьох інших соціальних ситуаціях, де присутній елемент порівняння або конкуренції.

Попри те, що ревності часто супроводжуються болісними переживаннями, у психологічній науці їх не розглядають виключно як негативну емоцію, яку необхідно придушувати. Натомість підкреслюється їх сигнальна функція: ревності можуть виступати своєрідним «попереджувальним індикатором», що вказує на можливу загрозу значущим стосункам. У такому розумінні вони спонукають людину звернути увагу на якість взаємин, активізувати зусилля для їх збереження та відновлення емоційного зв'язку з партнером чи близькою людиною. Таким чином, у помірних проявах ревності можуть виконувати навіть конструктивну роль, допомагаючи підтримувати соціальні та емоційні зв'язки [цит. за 11].

Водночас ревності належать до найбільш інтенсивних і психологічно виснажливих емоцій. Вони здатні викликати значний стрес, тривогу, страх втрати, образу та внутрішній дискомфорт. У крайніх випадках надмірні ревності можуть призводити до руйнівних наслідків у стосунках, провокуючи конфлікти, недовіру, брехню, прагнення до контролю або навіть помсти. У сімейному житті це нерідко створює напружену атмосферу, яка негативно впливає на психічний стан усіх членів родини та ускладнює виховання дітей. Соціальні дослідження також вказують на те, що ревності можуть бути одним із поширених мотивів побутових конфліктів і правопорушень [20].

У культурному контексті ревності часто описуються як суперечливе явище. Наприклад, у традиційних висловах підкреслюється, що вони поєднують у собі як любов, так і ненависть, що робить їх емоційно амбівалентними. З одного боку, відсутність будь-якої ревливості може іноді свідчити про байдужість до стосунків, а отже, певний її рівень здатен виконувати захисну функцію, сигналізуючи про важливість партнерства. З іншого боку, надмірні прояви ревності часто свідчать про дефіцит довіри, що поступово руйнує основу стабільних і гармонійних взаємин. Саме довіра

розглядається як один із ключових чинників тривалих і задовільних стосунків, тому постійна напруга, пов'язана з ревнощами, може підривати їхню якість [205].

У наукових дослідженнях наголошується, що ревнощі можуть проявлятися не лише в особистих, а й у соціальних контекстах. Вони можуть бути дитячими, професійними, соціальними, творчими або навіть груповими. Деякі автори розрізняють ревнощі, пов'язані з любовними стосунками, та ревнощі, що виникають у процесі досягнення цілей і конкуренції в різних сферах діяльності. Перший тип є найбільш поширеним і стосується міжособистісних романтичних відносин, тоді як другий проявляється у ситуаціях змагання та професійної взаємодії. Також у літературі виділяють соціальні та еротичні форми ревнощів, при цьому соціальні інколи оцінюються як потенційно конструктивні, тоді як любовні частіше пов'язуються з недовірою та емоційною напругою [4, 12, 23, 47, 65].

Ревнощі є складним емоційним станом, який охоплює широкий спектр переживань — від легкої тривоги і підозри до сильного гніву, приниження та ворожості. Вони можуть виникати як у відповідь на реальну загрозу стосункам, так і на уявні або перебільшені ситуації. Їх інтенсивність може суттєво варіюватися: від помірних переживань до патологічних форм, що супроводжуються нав'язливими думками, недовірою та агресивною поведінкою.

У поведінковому плані надмірні ревнощі іноді призводять до контролюючих дій, постійного стеження за партнером, зниження самооцінки іншої людини або навіть конфліктних і агресивних реакцій. У той же час помірний рівень цього почуття може виконувати регулятивну функцію, нагадуючи людині про цінність стосунків і необхідність їх підтримки [3].

Психологічні дослідження також вказують на те, що усвідомлення власних ревних переживань може бути корисним для особистісного розвитку. Відкрите визнання цих емоцій сприяє кращому розумінню власних потреб, розвитку навичок саморегуляції та побудові більш конструктивної

комунікації у стосунках. Обговорення почуттів ревнощів із партнером може стати основою для глибшого діалогу, уточнення очікувань і зміцнення емоційного зв'язку.

Окрім емоційної складової, ревнощі часто супроводжуються й фізіологічними реакціями організму. У стані сильного емоційного напруження можуть спостерігатися різноманітні соматичні прояви: біль у шлунку, головний біль, дискомфорт у грудній клітці, підвищення артеріального тиску, прискорене серцебиття, порушення сну, зміни апетиту, коливання маси тіла та зниження імунної стійкості. Усе це свідчить про те, що ревнощі є не лише психологічним, а й психофізіологічним явищем, яке впливає на загальний стан організму людини [43].

Ревнощі можуть виникати раптово, у відповідь на ситуації, які людина сприймає як потенційну загрозу значущим для неї стосункам, однак нерідко вони формуються поступово, накопичуючись упродовж певного часу. У психологічному плані це не проста емоція, а складне багатокomпонентне переживання, що поєднує страх втрати, тривогу, образу, гнів, невпевненість у собі та інші афективні стани. Саме така складність робить ревнощі однією з найбільш інтенсивних і внутрішньо суперечливих емоцій.

У деяких соціокультурних контекстах ревнощі можуть навіть частково нормалізуватися або розглядатися як прояв емоційної залученості, що іноді призводить до їх підсилення аж до нав'язливих форм. У такому випадку вони здатні ставати потужним мотиватором поведінки людини. З одного боку, ревнощі можуть провокувати деструктивні реакції — конфлікти, агресію, контроль, інколи навіть насильницькі дії або форми суперництва. З іншого боку, вони можуть виконувати й стимулюючу функцію, спонукаючи людину до підвищення власної значущості, досягнень і конкуренції, хоча в повсякденному дискурсі цей аспект зазвичай не акцентується [17].

Важливо, що ревнощі мають виражений соціальний характер, оскільки формуються і проявляються у взаємодії між людьми. Їх інтенсивність, допустимі форми вираження та частота значною мірою залежать від

культурних норм і суспільних очікувань. У різних культурах ставлення до ревності може суттєво відрізнятися — від часткового схвалення до категоричного засудження. Відповідно, і поведінкові реакції людей варіюються: одні схильні до стримування емоцій, інші — до їх відкритого прояву, а ще інші — до пригнічення або витіснення. У сучасному західному суспільстві, де ревність часто сприймається як небажана риса у романтичних стосунках, можна спостерігати широкий спектр реакцій: від майже повної відсутності їх усвідомленого прояву до прихованих, але інтенсивних

З позицій наукового аналізу ревності доцільно розглядати як емоційний феномен, що виконує певні соціальні функції та водночас може мати як конструктивні, так і деструктивні наслідки. Їх складна структура пояснює різноманітність поведінкових проявів — від спроб збереження стосунків і саморефлексії до агресивних дій або глибокої невпевненості в собі. Таким чином, ревність не є однозначним явищем, а залежать як від індивідуальних психологічних особливостей, так і від соціального контексту, у якому вони виникають і реалізуються [4, 26, 30].

У сфері романтичних стосунків ревність зазвичай визначається як емоційна реакція на загрозу втрати значущого партнера або порушення ексклюзивності взаємин. Вони можуть активізуватися у ситуаціях, коли людина сприймає появу потенційного суперника як ризик для стабільності стосунків. При цьому важливо розрізняти здорове емоційне реагування, яке може проявлятися у відкритому обговоренні страхів і потреб, та нездорові форми, коли ревність трансформуються у контроль, обмеження свободи партнера або маніпулятивну поведінку. У таких випадках першопричиною часто виступають невисловлені потреби, дефіцит довіри та труднощі комунікації між партнерами.

Дослідження показують, що прояви ревності можуть спостерігатися навіть у ранньому віці, що дає підстави вважати їх частково вродженою або природно зумовленою емоційною реакцією. Водночас те, як саме вони проявляються і регулюються, значною мірою залежить від соціального

навчання, виховання та індивідуального досвіду. Подібні реакції фіксуються не лише у дітей, але й у тварин, що додатково підтверджує біологічну основу цього феномена, хоча її вираження завжди модифікується середовищем [15].

Звичайні, або нормативні, ревності являють собою складний психоемоційний стан, який включає поєднання різноманітних переживань, пов'язаних із загрозою втрати близьких стосунків. У структурі цього почуття поєднуються емоційні, когнітивні та поведінкові компоненти, які можуть проявлятися з різною інтенсивністю залежно від особистісних особливостей людини та специфіки міжособистісної взаємодії. Передусім ревності супроводжуються переживанням смутку, душевного болю та внутрішнього напруження, що виникають у ситуації реальної або уявної можливості втратити значущу людину. Сам факт потенційного емоційного віддалення партнера часто сприймається як серйозна психологічна загроза, яка викликає почуття нестабільності та емоційної незахищеності.

Одночасно з цим у людини може активізуватися переживання, пов'язане зі зниженням самоцінності та вразливістю власної самооцінки. У психодинамічному підході подібний стан розглядається як своєрідне «поранення» самоповаги, коли можлива втрата партнера сприймається не лише як розрив емоційного зв'язку, але і як підтвердження власної недостатності чи неспроможності бути значущим для іншого. У такому випадку ревності виходять за межі звичайного страху втрати й торкаються глибших аспектів особистісного самосприйняття [51].

Крім почуття болю та внутрішньої тривоги, у структурі ревностей нерідко з'являється агресивний компонент. Людина може переживати неприязнь, ворожість або навіть відкриту агресію стосовно уявного чи реального суперника, якого сприймає як загрозу існуючим стосункам. Поряд із цим часто виникає тенденція до самозвинувачення: індивід починає шукати причини можливого віддалення партнера у власних недоліках, переживаючи почуття провини, меншовартості чи емоційної неспроможності. Незважаючи на те, що такі ревності вважаються відносно нормативними, вони далеко не завжди є

повністю логічними або раціонально обґрунтованими. Їх сила та емоційна насиченість нерідко перевищують реальний рівень загрози, а поведінкові реакції можуть виникати імпульсивно та погано піддаватися свідомому контролю [26].

У психологічних концепціях також описується складність внутрішньої структури ревнощів, яка іноді включає суперечливі та амбівалентні почуття. З позиції психодинамічного підходу людина може одночасно переживати змішані емоції як щодо партнера, так і щодо можливого конкурента. У ревнивого індивіда можуть співіснувати любов, прихильність і страх втрати партнера разом із агресією, заздрістю або прихованим емоційним інтересом до суперника. Подібна внутрішня суперечливість значно ускладнює усвідомлення власних переживань і робить емоційну картину ревнощів більш напруженою та неоднозначною [7, 14, 35, 56].

Окремим різновидом вважають проєкційні ревнощі, які можуть проявлятися незалежно від статі людини. Їхня специфіка полягає у тому, що джерелом підозр стають власні неприйняті бажання, фантазії або схильність до невірності. У подібних випадках людина переносить власні внутрішні конфлікти на партнера, починаючи приписувати йому ті наміри чи потяги, які насправді присутні в неї самої, але не усвідомлюються або витісняються. Такі ревнощі часто набувають перебільшеного та ірраціонального характеру, однак у процесі психологічної роботи вони можуть ставати більш зрозумілими для самої особистості, коли поступово відкриваються приховані мотиви, страхи та внутрішні суперечності.

Більш вираженою та патологічною формою є маревні ревнощі, які зазвичай пов'язані з глибокими внутрішньоособистісними конфліктами та сильним психічним напруженням. У межах психоаналітичної традиції такі стани інтерпретуються як захисна реакція психіки, спрямована на витіснення неприйнятних імпульсів і перенесення їх на зовнішні об'єкти. У деяких випадках зміст ревливих фантазій може бути пов'язаний із витісненими гомосексуальними тенденціями або іншими внутрішніми потягами, які людина

не здатна прийняти на свідомому рівні. У психіатричній літературі подібні прояви нерідко розглядаються у зв'язку з параноїдними механізмами та специфічними формами психологічного захисту, що виникають для зниження внутрішнього конфлікту [69].

Сучасні психологічні дослідження розглядають патологічні ревності як багатокомпонентний емоційний синдром, у якому поєднуються особливості мислення, емоційного реагування та поведінкових дій. Основу цього стану становлять нав'язливі й необґрунтовані переконання щодо можливої емоційної або сексуальної невірності партнера, а також інтенсивний страх втрати значущих стосунків. Унаслідок цього формується стійке переживання загрози, яке охоплює когнітивну сферу, емоційний стан і поведінкові реакції людини.

Важливо враховувати, що ревності часто мають глибше психологічне підґрунтя, ніж проста реакція на поведінку партнера. Їх розвиток значною мірою пов'язаний зі страхом невизначеності, втратою почуття контролю, переживанням можливого емоційного відторгнення та тривогою щодо власної значущості у стосунках. Тому джерело ревностей нерідко знаходиться не стільки у зовнішніх обставинах, скільки у внутрішніх переживаннях особистості, її невпевненості, попередньому емоційному досвіді та потребі зберегти стабільність близьких взаємин.

Психологічна робота з ревностями передбачає поступове та комплексне опрацювання різних аспектів цього переживання. Насамперед важливим є формування контролю над власними поведінковими реакціями, зокрема відмова від імпульсивних дій, спрямованих на тотальний контроль партнера: перевірок особистих повідомлень, стеження, допитів чи порушення особистих меж. Наступним етапом є когнітивна робота, пов'язана з переосмисленням власних уявлень про стосунки, довіру, контроль і ризик втрати. Людина поступово вчиться сприймати партнерські взаємини як систему, у якій неможливо забезпечити абсолютну передбачуваність і повний контроль над іншою особою. Водночас важливим завданням стає розвиток емоційної зрілості, внутрішньої впевненості та здатності витримувати невизначеність без

руйнівних форм поведінки [22].

Наступним важливим етапом у подоланні ревнощів є їх глибоке емоційне опрацювання, яке стає можливим лише після того, як людина починає усвідомлювати власні поведінкові реакції та когнітивні установки, що підтримують ревнів переживання. На цьому рівні увага зміщується від зовнішнього контролю над партнером до внутрішнього розуміння власних емоцій, страхів і потреб. Поступово інтенсивність тривоги, пов'язаної з можливою втратою близьких стосунків, знижується, а самі переживання перестають сприйматися як неконтрольовані та руйнівні. Людина починає усвідомлювати, що ревнощі не є абсолютною загрозою її психологічному благополуччю, а виступають однією з форм емоційного реагування, яку можна аналізувати, усвідомлювати та регулювати.

У результаті такого внутрішнього опрацювання формується більш зріле бачення партнерських взаємин. Стосунки починають сприйматися не як простір абсолютної гарантії та повного контролю, а як динамічний процес, у якому завжди присутній певний рівень невизначеності. Водночас саме прийняття цієї невизначеності створює основу для розвитку довіри, емоційної свободи та стабільності у взаємодії між партнерами. Людина поступово відмовляється від потреби тотального контролю та переходить до більш гнучкої й психологічно зрілої моделі близьких стосунків [39].

Одним із найбільш результативних способів зменшення емоційної напруги, пов'язаної з ревнощами, є активне наповнення власного життя різноманітними змістовними та ресурсними сферами діяльності. Йдеться про створення такого життєвого простору, у якому емоційний стан особистості не залежить виключно від наявності чи поведінки партнера. Коли людина має декілька джерел психологічного задоволення, підтримки та самореалізації, ризик формування надмірної емоційної залежності значно зменшується.

Особливого значення у цьому процесі набувають особисті інтереси, захоплення, творчі або професійні заняття, які допомагають підтримувати внутрішню рівновагу та позитивне самосприйняття. Наявність власних цілей,

хобі, соціальних контактів і сфер розвитку дозволяє людині відчувати власну цінність незалежно від романтичних взаємин. Водночас важливими чинниками психологічної стійкості є прагнення до професійного самоствердження, матеріальної стабільності та формування емоційної й фінансової автономії. Саме ці аспекти створюють основу для становлення зрілої та самодостатньої особистості, яка вступає у стосунки не через внутрішній дефіцит або страх самотності, а через здатність будувати взаємодію на основі взаємної поваги, довіри та емоційної відкритості.

У багатьох випадках ревності виступають своєрідним індикатором глибшої емоційної залежності від партнера. У такій ситуації людина переносить значну частину власного почуття безпеки, стабільності та самоцінності на іншу особу. Внаслідок цього партнер починає сприйматися не лише як близька людина, а як головне джерело психологічного комфорту та внутрішньої рівноваги. Тому навіть незначна загроза стосункам — реальна чи уявна — може викликати надмірно сильну емоційну реакцію, що супроводжується страхом втрати, тривогою, напруженням та відчуттям емоційної нестабільності [14, 35, 46].

Подолання ревливих переживань значною мірою пов'язане з формуванням здатності поступово відмовлятися від надмірного контролю та послаблювати психологічну залежність від ідеї абсолютної стабільності у стосунках. Людині важливо усвідомити, що жодні взаємини не можуть повністю усунути ризики, невизначеність або можливість змін. Прийняття цієї реальності дозволяє знизити внутрішнє напруження та перейти від потреби контролювати партнера до здатності будувати стосунки на основі довіри та особистісної автономії. Водночас важливим кроком стає усвідомлення того, що партнер не повинен бути єдиним джерелом емоційної підтримки та життєвого сенсу.

У повсякденній свідомості поняття ревності і заздрості досить часто ототожнюються, хоча з психологічної точки зору між ними існують суттєві відмінності. Ревності насамперед пов'язані зі страхом втратити вже наявні

значущі стосунки або близьку людину, тоді як заздрість виникає у ситуації, коли людина прагне отримати те, що належить іншому. Таким чином, ревності спрямовані на збереження існуючого емоційного зв'язку, а заздрість — на бажання заволодіти певними перевагами, ресурсами чи досягненнями іншої особи. Попри певну схожість емоційного забарвлення, ці переживання мають різне психологічне походження та різну внутрішню спрямованість [5].

Сила та інтенсивність ревливих переживань значною мірою визначаються як індивідуально-психологічними особливостями особистості, так і характером самих партнерських взаємин. Важливу роль відіграють рівень тривожності, особливості самооцінки, ступінь емоційної стабільності, попередній досвід близьких стосунків та здатність людини витримувати невизначеність. Крім того, суттєвий вплив має рівень взаємної залежності між партнерами. Якщо емоційна значущість іншої людини стає надмірною, а власне психологічне благополуччя повністю пов'язується зі стосунками, ризик виникнення інтенсивних ревностей значно зростає. Саме тому розвиток особистісної автономії, емоційної зрілості та внутрішньої стабільності розглядається як одна з ключових умов профілактики руйнівних форм ревливих переживань.

Існує велика кількість життєвих ситуацій, які можуть провокувати виникнення ревностей, причому їх характер залежить від індивідуального досвіду людини, її цінностей і особливостей стосунків. Найчастіше ревності з'являються тоді, коли людина сприймає, що увага значущого для неї партнера або близької особи переключається на когось іншого. Наприклад, це може бути ситуація, коли партнер значну частину часу проводить у спілкуванні з третьою особою, яка потенційно сприймається як конкурент у стосунках [26].

Подібні переживання можуть виникати і в сімейному контексті, зокрема у дітей, коли в родині з'являється новонароджена дитина або коли батьки починають приділяти більше уваги брату чи сестрі. У таких випадках дитина може відчувати себе менш значущою, що запускає емоційні реакції у вигляді ревностей. Аналогічні почуття можливі й у дорослих, коли вони спостерігають,

що інша людина — наприклад, колега чи родич — досягає більших успіхів або отримує більше визнання.

У міжособистісних і професійних взаєминах ревності часто проявляються тоді, коли людина відчуває несправедливий розподіл уваги або оцінки. Наприклад, якщо партнер активно спілкується з іншою особою, довго підтримує з нею контакти або демонструє зацікавленість її досягненнями більше, ніж досягненнями власного партнера, це може викликати емоційне напруження. Подібні реакції виникають також у ситуаціях конкуренції, коли, наприклад, колега отримує підвищення, а інша людина — ні, або коли успіхи оточення сприймаються як загроза власній цінності [34].

Окремо варто зазначити, що інтенсивність і характер ревностей можуть бути пов'язані не лише з ситуаційними факторами, а й із психічним станом людини.

У психологічній літературі описано низку розладів і станів, за яких схильність до ревливих переживань може посилюватися або набувати патологічного характеру. До них відносять тривожні розлади, порушення формування прив'язаності, межовий розлад особистості, депресивні стани, obsесивно-компульсивний розлад, параноїдні тенденції, психотичні розлади та шизофренічні прояви.

У випадках, коли ревності стають надмірними, стійкими та починають суттєво впливати на повсякденне життя, викликаючи значний психологічний дискомфорт або порушення соціального функціонування, доцільним є звернення за професійною допомогою до психолога або психіатра. Це дозволяє не лише зменшити інтенсивність переживань, але й виявити їх глибинні причини.

У науковій традиції ревності розглядалися різними дослідниками як складний емоційний стан. Так, Рібо описував їх як поєднання декількох афективних компонентів, серед яких виділяв задоволення, гнів і смуток, що одночасно взаємодіють між собою. У свою чергу, З. Фрейд у своїх працях зазначав, що ревності можуть розглядатися як відносно нормальна емоційна реакція, подібна до переживання втрати або скорботи. Він підкреслював, що

повна відсутність ревнощів у деяких випадках може свідчити про витіснення цього почуття у несвідоме [3].

3. Фрейд також звертав увагу на те, що надмірно інтенсивні форми ревнощів, які спостерігаються у клінічній практиці, можуть мати складну багаторівневу структуру. Він виокремлював три основні рівні цього переживання: нормальні конкурентні ревнощі, які виникають у відповідь на реальну ситуацію суперництва; проєктовані ревнощі, коли власні внутрішні конфлікти приписуються іншій особі; та маревні ревнощі, що пов'язані з глибокими порушеннями психічного функціонування [цит. за 76].

Ревнощі постають як багатогранне явище, що може виникати у різних життєвих контекстах, варіювати за інтенсивністю та мати як нормальні, так і патологічні форми прояву, залежно від психологічного стану особистості та особливостей її соціального оточення.

Підсумовуючи викладений у підрозділі матеріал, можна зазначити, що ревнощі є складним багатокомпонентним емоційним феноменом, який виникає у відповідь на реальну або уявну загрозу значущим міжособистісним стосункам. Їхня психологічна природа не обмежується лише негативним афективним переживанням, а включає поєднання страху втрати, тривоги, образи, гніву та невпевненості в собі, що визначає високу інтенсивність і варіативність їхніх проявів.

У науковому дискурсі ревнощі розглядаються як емоція, що має як індивідуально-психологічну, так і соціально зумовлену природу. Вони формуються під впливом особистісних характеристик людини, її досвіду прив'язаності, рівня самооцінки та емоційної зрілості, а також значною мірою залежать від соціокультурних норм, які визначають допустимі форми їх вираження. Саме тому в різних культурах і соціальних середовищах ревнощі можуть отримувати різну інтерпретацію — від умовно прийнятної емоційної реакції до соціально небажаного або навіть деструктивного явища.

Важливим є те, що ревнощі можуть проявлятися не лише в романтичних стосунках, а й у широкому спектрі міжособистісних взаємодій — у сім'ї,

дружбі, професійному середовищі. Їх виникнення часто пов'язане з відчуттям дефіциту уваги, визнання або емоційної значущості з боку важливих людей, а також із ситуаціями конкуренції та соціального порівняння. У цьому контексті ревності можуть виконувати як регулятивну функцію, сигналізуючи про порушення балансу у стосунках, так і деструктивну, коли вони призводять до конфліктів, контролю, недовіри або агресивної поведінки.

Окремо підкреслюється зв'язок ревності із психічним станом особистості: підвищена тривожність, порушення прив'язаності та окремі психічні розлади можуть посилювати їх інтенсивність і сприяти патологічним формам прояву. У випадках надмірного або дезорганізованого переживання ревності вони можуть суттєво порушувати адаптацію особистості та якість міжособистісних стосунків.

Отже, ревності доцільно розглядати як складне емоційно-поведінкове явище, що виконує як адаптивні, так і дезадаптивні функції. Їхній характер, інтенсивність і наслідки визначаються взаємодією індивідуальних психологічних особливостей людини, її життєвого досвіду та соціального контексту, у якому формуються та реалізуються міжособистісні відносини.

1.3. Складні життєві ситуації у партнерів в цивільному шлюбі

Кризові явища, що виникають у результаті переживання складних життєвих обставин, слід розглядати як суттєві випробування для особистості. Будь-який перехід на новий рівень розвитку супроводжується руйнуванням попередніх структур регуляції та необхідністю їх перебудови, що зачіпає як зовнішні, так і внутрішні аспекти життєдіяльності людини.

Зовнішній вимір життя охоплює соціальне функціонування особистості — її професійну діяльність, соціальний статус, сімейні ролі, систему комунікацій та взаємодію з іншими людьми. Внутрішній вимір пов'язаний із суб'єктивним переживанням себе у світі, самосвідомістю, самосприйняттям та

відповідями на фундаментальні питання ідентичності: «хто я є», «яке моє місце у світі», «куди я рухаюся» та «з якою метою живу».

Як зазначав Ф. Є. Василюк, у сучасному життєвому просторі людини можуть виникати різні типи складних ситуацій, серед яких стрес, фрустрація та внутрішній конфлікт за певних умов здатні переходити у кризовий стан або переживання безпорадності. У таких ситуаціях людина стикається з обмеженням або неможливістю реалізації важливих для неї мотивів і цілей [цит. за 14].

Для особистості, яка звично функціонує в умовах соціальної адаптації, подібні ситуації є особливо травматичними, оскільки вони сприймаються не лише як окремі перешкоди, а як глобальна втрата контролю над власним життям. У суб'єктивному досвіді це може переживатися як руйнування цілісності життєвого шляху, що суттєво посилює психологічну напругу та ускладнює процес подальшого відновлення рівноваги.

Завдяки науковому доробку В. Франкла, проблема сенсу життя та особистісного сенсу набула особливої ваги в сучасній психології й стала однією з ключових категорій для розуміння внутрішнього світу людини та закономірностей її поведінки [цит. за 67]. Саме він обґрунтував ідею про те, що прагнення до сенсу є базовою мотиваційною силою особистості, а його втрата або блокування може призводити до глибоких екзистенційних криз, станів внутрішньої порожнечі та невротичних розладів.

У межах сучасної психологічної науки сформувалося кілька підходів до трактування поняття «сенси» і його функцій у життєдіяльності особистості.

Зокрема, екзистенційна традиція, представлена працями В. Франкла, акцентує увагу на феномені екзистенційної фрустрації та неврозу як наслідку втрати смисложиттєвих орієнтирів. У гуманістичній психології А. Маслоу пов'язує проблематику сенсу з поняттям метапатології, яка виникає при порушенні процесів самоактуалізації та блокуванні вищих потреб особистості.

Дослідники С. Л. Рубінштейн, С. Мадді, А. Маслоу, Д. О. Леонтьєв та інші, розглядаючи різні рівні психологічного здоров'я, підкреслюють, що саме

смилова сфера є одним із центральних регуляторів цілісного функціонування людини. У цьому контексті криза інтерпретується як порушення або дестабілізація саме особистісно-смилових структур, що визначають життєву спрямованість індивіда [цит. за 45].

Складні життєві ситуації у цивільному шлюбі є закономірним явищем, оскільки такий тип партнерських відносин часто характеризується підвищеною невизначеністю, недостатньою формалізацією зобов'язань та різним рівнем очікувань партнерів щодо спільного майбутнього. Відсутність юридично закріпленого статусу нерідко ускладнює процес узгодження ролей, розподілу відповідальності та прийняття спільних рішень, що може створювати додаткову напругу у взаєминах.

У межах цивільного шлюбу складні життєві ситуації найчастіше пов'язані з проблемами довіри, ревностями, емоційною залежністю, різницею у ціннісних орієнтаціях, а також із невизначеністю щодо майбутнього спільного життя. Особливо гостро такі труднощі проявляються у випадках, коли один із партнерів розглядає стосунки як тимчасові, а інший — як етап підготовки до офіційного шлюбу. Подібна неузгодженість очікувань може ставати джерелом конфліктів, внутрішніх переживань і психологічного напруження.

Важливим аспектом є також вплив зовнішнього соціального середовища: ставлення родини, соціальних норм і культурних установок щодо цивільного шлюбу. У деяких випадках це може посилювати відчуття нестабільності та невпевненості у партнерів, ускладнюючи процес емоційної адаптації до спільного життя.

Отже, складні життєві ситуації у цивільному шлюбі формуються на перетині внутрішньоособистісних чинників (цінності, потреби, рівень зрілості, стиль прив'язаності) та міжособистісних факторів (комунікація, довіра, розподіл ролей), а також соціокультурного контексту. Їх подолання потребує розвитку навичок конструктивної взаємодії, емоційної відкритості та здатності до узгодження життєвих очікувань між партнерами.

Висновки до розділу 1

Здійснено теоретичний аналіз наукових підходів до проблеми соціально-психологічних особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб та пов'язаних із цим чинників міжособистісної взаємодії. Узагальнення наукових джерел свідчить, що цивільний шлюб розглядається як специфічна форма партнерських відносин, які характеризуються добровільністю, емоційною основою та відсутністю юридичного закріплення, що зумовлює підвищену психологічну варіативність і нестабільність таких союзів.

Аналіз літератури показав, що важливу роль у формуванні партнерських стосунків відіграють ранні сімейні моделі, особливості батьківської взаємодії, засвоєні сценарії поведінки у стосунках, а також індивідуально-психологічні характеристики особистості. Саме ці чинники значною мірою визначають готовність людини до побудови довготривалих стосунків, рівень довіри, здатність до емоційної близькості та конструктивного вирішення конфліктів.

Встановлено, що цивільний шлюб часто супроводжується низкою складних життєвих ситуацій, зокрема невизначеністю статусу відносин, розбіжностями у ціннісних орієнтаціях партнерів, труднощами у розподілі ролей та відповідальності, а також підвищеною вразливістю до ревностей і емоційної нестабільності. Такі обставини можуть ускладнювати процес психологічної адаптації партнерів і впливати на якість взаємин.

Окремо підкреслено значущість феноменів адаптації та дезадаптації у контексті партнерських відносин, які відображають рівень узгодженості особистісних очікувань, поведінкових стратегій та соціальних вимог. Ефективність взаємодії у цивільному шлюбі значною мірою залежить від здатності партнерів до психологічної гнучкості, відкритої комунікації та узгодження життєвих планів.

Таким чином, проведений теоретичний аналіз дозволяє зробити висновок, що соціально-психологічні особливості вступу у цивільний шлюб є багатофакторним явищем, у якому взаємодіють індивідуальні, міжособистісні

та соціокультурні детермінанти. Це обґрунтовує необхідність подальшого емпіричного дослідження даної проблематики з метою глибшого розуміння механізмів формування та розвитку таких партнерських відносин.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНА ПІДГОТОВКА ДО ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВСТУПУ ПАРТНЕРІВ У ЦИВІЛЬНИЙ ШЛЮБ

2.1. Організація та основні етапи дослідження особливостей вступу у цивільний шлюб

Відповідно до тематики нашого дослідження, що присвячене вивченню соціально-психологічних особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб, а також з урахуванням узагальнених даних сучасної психологічної літератури, які дотично розкривають окреслену проблематику та були представлені у вступній частині роботи, було укладено загальну структуру та логіку емпіричного дослідження.

Укладена програма дослідження охоплювала два взаємопов'язані етапи: теоретико-пошуковий та власне дослідницько-емпіричний.

На першому, теоретико-пошуковому етапі здійснювалося уточнення та конкретизація теми дослідження, її наукове обґрунтування та відбувалися консультації з науковим керівником щодо складання плану роботи.

Крім того, проводився детальний аналіз ступеня розробленості проблеми у наукових джерелах, систематизація наявних теоретичних підходів і емпіричних даних, а також визначення можливостей їх подальшої практичної перевірки. На цьому ж етапі було уточнено об'єкт і предмет дослідження, сформульовано його мету та завдання, а також здійснено попередню апробацію комплексу діагностичних методик з метою перевірки їх доцільності та інформативності щодо розкриття мети та задач магістерської роботи.

Другий, дослідницький етап передбачав безпосередню організацію та проведення емпіричної частини роботи. Для реалізації поставлених завдань було розроблено детальний план емпіричного дослідження, що враховував логіку збору та аналізу даних відповідно до вимог психометрики та

психодіагностики.

Організація емпіричної роботи ґрунтувалася на дотриманні основних вимог до внутрішньої та зовнішньої валідності, зокрема забезпечення репрезентативності отриманих результатів. З метою підвищення надійності дослідження було враховано ключові характеристики вибірки, оскільки саме вони можуть суттєво впливати на інтерпретацію результатів.

Під час проведення емпіричного дослідження, що було спрямоване на вивчення психологічних особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб, респондентам не повідомлялася справжня мета дослідження. Такий підхід застосовувався з метою мінімізації впливу «ефекту Хоторна», за якого усвідомлення досліджуваними цілей експерименту може призводити до свідомого або несвідомого викривлення відповідей відповідно до очікувань дослідника.

В інструкції учасникам зазначалося, що вони беруть участь у дослідженні особливостей емоційного стану, а основне завдання полягає у вивченні його динаміки, що передбачає проведення серії послідовних вимірювань. Такий формат подання інформації дозволив забезпечити більш природний перебіг діагностичної процедури та підвищити об'єктивність отриманих даних.

Таким чином, емпіричне дослідження особливостей вступу пари у цивільний шлюб планувалося та проводилося упродовж теоретико-пошукового та дослідницько-емпіричного етапів, з дотримання етичних та психометричних вимог.

2.2. Методи та методики дослідження дослідження особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб

Для вирішення поставлених у магістерському дослідженні завдань було сформовано комплекс методів, які забезпечують всебічне вивчення соціально-

психологічних особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб.

До нього увійшли:

- системний метод дослідження,
- аналіз і узагальнення наукових першоджерел,
- психодіагностичні методики, а також методи
- математико-статистичної обробки даних.

1. Метод системного дослідження. Застосування системного підходу дозволяє розглядати досліджуване явище як цілісну структуру, елементи якої перебувають у взаємозв'язку та взаємовпливі. У межах цього підходу увага дослідника зосереджується не лише на окремих характеристиках об'єкта, а насамперед на характері їх інтеграції, що визначає властивості системи в цілому. У психологічній науці такий метод традиційно використовується для аналізу складних феноменів, до яких належать і життєві ситуації, що мають багаторівневу природу.

Як зазначають В. Г. Панок та Г. В. Рудь, системна організація особистості передбачає її розгляд як цілісного утворення, в якому одночасно функціонують різні рівні взаємозв'язків [цит. за 25]. У цьому контексті системний підхід є органічно притаманним психологічній реальності, оскільки дозволяє простежити не лише структуру явища, а й динаміку його розвитку.

Його значущість полягає в можливості:

- виокремлення структурних компонентів системи,
- аналізу їх взаємодії,
- визначення місця об'єкта в ширшому соціальному контексті, а також
- дослідження механізмів становлення і трансформації системи.

Саме ці можливості зумовили доцільність використання даного методу в межах нашої магістерської роботи.

2. Аналіз і узагальнення наукових джерел. Цей метод був застосований для поглибленого опрацювання теоретичних засад проблеми вступу партнерів до цивільного шлюбу та основних компонентів, які впливають та його гармонійність та стійкість, та вивчення сучасного стану її розробленості.

Його використання дало змогу систематизувати наявні наукові підходи до розуміння категорій, пов'язаних із цивільним шлюбом і складними життєвими ситуаціями, а також виокремити як достатньо розроблені напрями, так і ті аспекти, що потребують подальшого наукового уточнення та емпіричної перевірки. В нашій роботі було проаналізовано та опрацьовано 80 наукових джерел – доробків українських та зарубіжних вчених.

3. Метод психодіагностичного обстеження. Даний метод передбачав використання комплексу стандартизованих психодіагностичних методик, підібраних відповідно до мети та завдань дослідження. Формування діагностичного інструментарію здійснювалося з урахуванням багатогранності проблеми вступу партнерів у цивільний шлюб, що зумовило необхідність оцінки різних психологічних характеристик.

Кожна методика була спрямована на дослідження окремих аспектів досліджуваного явища, однак у сукупності вони забезпечували комплексне бачення проблеми вступу у цивільний шлюб, готовності до шлюбних відносин, оскільки дозволяли отримати дані, релевантні також для аналізу суміжних психологічних проявів. Таким чином, використані методики мали поліфункціональний характер і доповнювали одна одну в межах єдиного діагностичного комплексу.

Під час формування інструментарію враховувалися ключові вимоги до психодіагностичних методик, зокрема:

- стандартизованість процедури проведення та обробки результатів;
- надійність показників при повторному застосуванні;
- валідність, що відображає відповідність методики предмету вимірювання; а також
- практична доцільність і ефективність використання отриманих даних [цит. за 13].

Крім того, добір методик здійснювався з урахуванням їх поширеності у психологічній практиці, відповідності сучасним психометричним стандартам, доступності інтерпретації результатів у відносно короткі строки та можливості

проведення як кількісного, так і якісного аналізу отриманої емпіричної інформації [13].

Розглянемо мануали методик, використаних у нашому дослідженні.

«Шкала оцінки готовності до сімейного життя І. Юнда» (Тест-картка готовності до сімейного життя за шкалою І. Юнда).

Тестова картка - це набір ситуацій, що стосуються різних сфер сімейного життя (сімейних функцій). Кожна ситуація відповідає трьом поведінкам або реакціям. Завдання випробуваного - вибрати найбільш правильні з його точки зору варіанти поведінки в цих ситуаціях. Вибір того чи іншого варіанту покаже наявність або відсутність відповідних ситуативних відносин у сфері сімейного життя. Щоб визначити готовність до сімейного життя, хлопцям і дівчатам необхідно вибрати один із трьох варіантів у кожній із десяти наведених ситуацій і підрахувати результати в балах за шкалою оцінювання кожного з трьох варіантів поведінки (П – правильно, В – можна, Н - неправильно).

Типові П В Н ситуації, поведінка І. У юнака (дівчини) проблеми на роботі:

1) невдоволення, звинувачення в повільності, нездатність порозумітися з начальством, вирішення виробничих питань;

2) мирні дружні стосунки, іноді з розрадою і сумом;

3) емпатія, прояв ніжності, бажання заспокоїти, збереження впевненості в правоті.

І. Зустріч гостей - батьків, родичів і друзів:

1) простий прийом, без особливого ентузіазму, чайний стіл з обговоренням сімейних проблем і новин.

2) прийняття без будь-якого ентузіазму, без прояву ознак працьовитості, іноді незадоволений іншими;

3) прийом в атмосфері свята накриємо стіл, який сподобається гостям, з культурно-святковою програмою.

ІІІ. Спільні пучки, підготовка виробів:

1) дружнє обговорення план, у реалізації якого я активний, але всі члени

цієї родини братимуть активну участь;

2) рішення прийнято, один із друзів віддає накази, другий перемагає;

3) беззастережна постановка на майбутнє, негативна розмова про план з подальшою критикою зламаного, зварювання з першого разу.

IV. «Не маю часу, працюю»:

1) тип: «Робота на роботі і вдома, час для сім'ї, особистого життя»; негативна, нерівномірна реакція на проблеми з наркотиками;

2) установка для встановлення дружби (дружити) розуміти, хотіти і не називати його (ї) професією;

3) здібності до професії, успішність, живий інтерес до праці людини та труднощі в роботі.

V. Турбота про комфорт, естетику, одяг, чистоту; прибирання квартири, приготування їжі на різний смак:

1) міркування на кшталт: «Ідеальний порядок в домі — моя мрія, але я не впораюся один (одна), мені потрібні помічники і стимули»;

2) перевага самотійного поводження з домогосподарством з відповідним сприйняттям доброзичливої критики та побажань, без відмови від корисної допомоги;

3) міркування, такі як:

«Я визнаю, що порядок у домі — це добре, але немає бажання ним займатися; якби хтось подбав про прибирання, прання та приготування їжі, я б (був) дуже щасливий (щасливий).

VI. Статеві відносини:

1) стриманість і помірність у прояві емоцій;

2) статеві відносини займають домінуюче місце в сімейному житті, все інше має підпорядковане значення;

3) статеве життя відходить на другий план, головні інтереси зосереджені на матеріальному забезпеченні, суспільній репутації та трудовій діяльності.

VII. Турбота про потомство:

1) мислення типу: «Живемо собі, ще не пізно подумати про дитину через

кілька років»; «Сім'ї потрібна дитина, але я не хочу більше одного»;

2) бажання мати якомога більше дітей;

3) бажання мати двох-трьох дітей.

VIII. Турбота про освіту дітей:

1) надання дитині можливості для самоосвіти, свободи вибору та дій;

2) прагнення бути різнобічним інтелектуальним, психоемоційним;

3) протилежність інтелектуальних і спортивно-фізичних схильностей;

односторонній курс розвитку навичок.

IX. Самовдосконалення в сім'ї:

1) турбота про всебічний розвиток кожного, індивідуальне оволодіння навичками, розвиток активного способу життя;

2) розвиток у спарингу (всі разом), взаємне обмеження соціальної активності;

3) вільний час без цілеспрямованих прагнень, заохочення вільного часу.

X. Відбір і розвиток комунікабельності:

1) імponує скромна поведінка в суспільстві, сумлінна праця не пов'язана з бажанням завойовувати увагу всіх, а цінується вміння відстоювати свою позицію;

2) головне - вміння «сховатися, бути непомітним у спілкуванні назовні» сім'ї, а іноді й вдома»;

3) прагнення вдосконалювати власну поведінку та форми спілкування, утверджуватись і гідно представляти свою родину та себе особисто.

Після заповнення тестової картки підрахуйте бали за шкалою оцінювання варіантів поведінки.

Варіативна шкала оцінки. Вибраний варіант поведінки (бали) це типові ситуації, тобто правильно, можливо або неправильно і слід пам'ятати, що це лише приклад і кожна людина сама обирає, як їй до цього відноситись.

I - 10

II - 10

III - 10

IV –10

V - 15

VI - 10

VII - 15

VIII – 10

IX - 15

X - 10

Значення суми балів свідчить про рівень готовності до сімейного життя:

80-115 – достатній;

25-80 - задовільний;

25 і менше – недостатньо.

Отримані результати аж ніяк не є абсолютними для прогнозування сімейного стану, але значною мірою відображають наявність «бази» для створення функціональної сім'ї в майбутньому. Якщо ви отримуєте позитивні результати, це не означає, що потрібно поспішати створювати сім'ю.

Продовжуй! Якщо ви недостатньо готові, подумайте і вирішіть, як змінити себе. Попереду достатньо часу!

Пропоную пройти тест та зробити роботу над помилками і на те на, що треба вам звернути увагу. Прочитавши запитання, оцініть свою згоду з твердженнями за такою системою:

«так буває майже завжди» – 2 бали;

«у більшості випадків» – 4 бали;

«іноді» – 6 балів;

«рідкісний» – 8 балів;

«майже ніколи» – 10 балів.

1. Чи намагаєтеся ви «закрити» розмову, коли тема і співрозмовник вам не цікаві?

2. Чи дратує вас поведінка партнера?

3. Нещасний вираз обличчя людини може спровокувати вас на різкість або хамство?

4. Чи уникаєте ви розмови з малознайомою людиною?
5. Чи є у вас звичка перебивати людину, яка говорить або виступає?
6. Вам здається, що уважно слухаєте, а самі думаєте зовсім про інше?
7. Чи змінюєте ви свій тон, голос, вираз обличчя залежно від того, з ким розмовляєте?
8. Чи змінюєте ви тему розмови, якщо вона торкається теми, яка вам незручна і про яку ви не хочете говорити?
9. Чи виправляєте ви людину, якщо в її мовленні є неправильні слова (не літкратурні) ?
10. Чи буває у вас у ставленні до співрозмовника іноді поблажливо-наставницький тон з відтінком презирства та іронії?

Статеворольової опитувальник С. Бем (BSRI) - це найбільш широко використовуваний інструмент для вимірювання того, як доросла людина оцінює себе з точки зору гендеру.

Анкета складається з 60 прикметників, а кандидати оцінюються за 7-бальною шкалою відповідно до того, наскільки точно кожен прикметник його характеризує.

20 прикметників у цьому списку складають шкалу мужності: смілива, аналітична, амбітна, агресивна, домінантна тощо;

інші двадцять складають шкалу жіночності: жіночність, тепла, любляча дитина, уважна до потреб інших.

Решта двадцять нейтральні: ревнивий (-а), надійний (-а), серйозний (-а), зарозумілий, дотепний (- а).

Прикметники були обрані на основі характеристик, які вважалися гендерно відповідними під час створення шкали. Це робиться для визначення місця статі в культурному контексті, а не в особистості індивіда (С.Бем). Люди, які мають найвищий бал за шкалою маскулінності та фемінності, вважаються андрогінами; ті, хто має високий бал за шкалою фемінності, але низький за шкалою маскулінності, вважаються фемінними; ті, хто отримує бал за шкалою маскулінності.

У межах даного опитувальника поняття «недиференційовані» використовується для позначення осіб, у яких фіксуються однаково низькі показники як за шкалою маскулінності, так і за шкалою фемінінності.

Такий результат свідчить про слабо виражену орієнтацію на традиційно визначені гендерні характеристики. При цьому вважається, що особливості самосприйняття та поведінкових проявів людини відповідають тим нормам і очікуванням, які у певному соціальному середовищі сприймаються як прийнятні для представників відповідної статі.

Для оцінювання романтичних ревнощів застосовувався спеціалізований Опитувальник емоції романтичних ревнощів. Даний психодіагностичний інструмент спрямований на визначення загального рівня інтенсивності ревливих переживань, які виникають у людини в ситуації появи потенційного суперника у романтичних взаєминах. Крім загального показника ревнощів, методика дозволяє проаналізувати чотири основні компоненти цього емоційного стану: переживання емоційного спустошення та надмірної фіксації на можливій зраді, зниження самооцінки у поєднанні з почуттям провини, прагнення зберегти та захистити стосунки, а також прояви мстивості й агресивних реакцій.

Концептуальною основою структури опитувальника стало трактування ревнощів, запропоноване Д.Уайтом. Відповідно до цієї концепції ревнощі розглядаються як складний комплекс емоційних переживань, когнітивних процесів і поведінкових реакцій, які виникають у ситуації зіткнення людини з реальним або уявним суперником [цит. за 15].

Таким чином, ревнощі інтерпретуються не лише як окреме почуття, а як багатокомпонентний психоемоційний феномен, що охоплює різні рівні психічного реагування.

Із підходу Д.Уайт випливає, що аналіз структури ревнощів потребує комплексного врахування емоційної сфери, особливостей мислення та поведінкових проявів особистості. Водночас підкреслюється, що зміст емоцій, думок і реакцій, які виникають у ситуації конкуренції за значущого партнера,

значною мірою може визначатися культурними особливостями суспільства.

Саме з цієї причини авторка дослідження вважала доцільним створення власного варіанту опитувальника, який був би орієнтований на оцінювання індивідуальних емоційних, когнітивних і поведінкових проявів ревнощів у конкретному соціокультурному контексті.

Для вивчення особливостей процесу цілепокладання використовувалася методика А. М. Арестової. Її основу становить аналіз того, яким чином досліджуваній обирає завдання різного рівня складності та як змінюється ця стратегія залежно від попереднього результату діяльності.

Респонденту пропонується серія завдань, упорядкованих за ступенем складності, причому він має можливість самостійно визначати послідовність їх виконання.

Після завершення кожного завдання учаснику повідомляють про успішність або неуспішність його виконання.

При інтерпретації результатів основна увага приділяється не стільки правильності розв'язання завдань, скільки особливостям вибору рівня складності залежно від попереднього досвіду успіху чи невдачі.

Перед початком дослідження респондент отримує інструкцію, у якій описуються умови експериментальної ситуації та основні правила виконання завдань.

З метою мінімізації впливу ситуативних факторів використовувалася закрита форма інструкції, у якій справжня мета експерименту не розкривалася.

Після ознайомлення з інструкцією досліджуваному ставили запитання: «Яке завдання ви хочете виконати?» У цей момент перед ним розміщувався ряд числових позначень — від 1 до 15, які відповідали різним рівням складності завдань.

Після того як учасник обирав певний рівень складності, йому додатково ставили два уточнювальні запитання: «Якщо ви успішно виконаєте це завдання, яке оберете наступним?» та «Яке завдання ви оберете у випадку невдачі?»

Після цього респонденту пропонувалося практичне завдання у формі анаграми для розв'язання. Коли учасник завершував виконання, йому повідомляли результат — чи впорався він із завданням. Далі процедура повторювалася, і досліджуваній мав можливість зробити новий вибір рівня складності. За власним бажанням учасник міг припинити участь у дослідженні на будь-якому етапі експерименту.

У ході проведення експериментального дослідження здійснюється детальне протоколювання всіх дій учасника. У протоколі фіксуються послідовність вибору завдань різного рівня складності, тривалість їх виконання, зміст запропонованих завдань, результати розв'язання, оцінка успішності виконання, а також особливості планування подальших дій досліджуваного. Такий підхід дозволяє не лише оцінити кінцевий результат діяльності, але й простежити логіку прийняття рішень, зміни мотивації та стратегії поведінки в процесі виконання завдань.

Для дослідження особливостей смисложиттєвої сфери особистості використовувався Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. О. Леонтьєва.

Дана методика включає 20 тверджень, кожне з яких сформульоване від першої особи та описує певний емоційний стан, переживання, життєву позицію або форму поведінки.

Респонденту необхідно оцінити, наскільки наведені характеристики відповідають його власному досвіду та особистісним особливостям.

Для цього пропонується семибальна шкала оцінювання, де мінімальне значення — «ніколи» — відповідає 1 балу, а максимальне — «постійно» — оцінюється у 7 балів. Завдяки такій системі оцінювання методика дозволяє визначити рівень вираженості життєвих смислів, цілеспрямованості та суб'єктивного відчуття осмисленості власного існування.

З метою вивчення ціннісно-смиислової структури особистості також застосовувалася Методика ціннісного спектра (ЦС) Д. О. Леонтьєва. В її основі лежить спеціально розроблена таблиця, рядки якої представлені вісімнадцятьма базовими людськими цінностями, виділеними відповідно до

концепції буттєвих цінностей А. Маслоу.

До переліку цих цінностей належать: добро, єдність протилежностей, життєва активність, завершеність, гра, істина, краса, легкість, необхідність, повнота, порядок, простота, самодостатність, сенс, досконалість, справедливість, унікальність та цілісність.

Стовпці таблиці відображають різні життєві категорії та сфери людського існування, серед яких: «Навколишній світ», «Людина», «Життя», «Я», «Робота», «Дружба», «Кохання», «Смерть», «Сім'я», «Минуле», «Сьогодення» та «Майбутнє». Завдання досліджуваних полягає у тому, щоб у відповідних клітинках таблиці позначити ті цінності, які, на їхню думку, найбільше відповідають певним життєвим категоріям або мають для них особистісний смисл.

Під час обробки результатів індивідуальні матриці респондентів узагальнюються шляхом побудови групових таблиць. Кількісні показники у кожній клітинці відображають число учасників певної вибірки, які співвіднесли конкретну цінність із відповідною сферою життя. Такий спосіб аналізу дозволяє виявити домінуючі смислові орієнтації групи та визначити, які цінності найчастіше асоціюються з певними аспектами людського буття.

Отже, використання Методики ціннісного спектра дає можливість дослідити змістовне наповнення уявлень особистості про сенс життя та окремі життєві явища. Вона дозволяє встановити, які саме ціннісні компоненти людина сприймає як основні джерела смислу у різних сферах свого існування, а також простежити особливості формування індивідуальної системи життєвих орієнтацій.

Таким чином, для вирішення поставлених у магістерському дослідженні завдань було сформовано комплекс методів, які забезпечують всебічне вивчення соціально-психологічних особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб.

До нього увійшли: системний метод дослідження, аналіз і узагальнення наукових першоджерел, психодіагностичні методики, а також методи

математико-статистичної обробки даних.

У магістерському дослідженні був використаний укладений комплекс методик, який містив у собі: «Шкалу оцінки готовності до сімейного життя І. Юнда» (Тест-картку готовності до сімейного життя за шкалою І. Юнда), Стативно-рольової опитувальник С. Бем, Опитувальник емоції романтичних ревностей Д. Уайт, методика вивчення особливостей процесу цілепокладання А. М. Арестової, Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. О. Леонтьєва, Методика ціннісного спектра (ЦС) Д. О. Леонтьєва.

Висновки до розділу 2

Емпіричне дослідження особливостей вступу пари у цивільний шлюб планувалося та проводилося упродовж теоретико-пошукового та дослідницько-емпіричного етапів, з дотримання етичних та психометричних вимог.

Під час формування інструментарію враховувалися ключові вимоги до психодіагностичних методик, зокрема: стандартизованість процедури проведення та обробки результатів; надійність показників при повторному застосуванні; валідність, що відображає відповідність методики предмету вимірювання; а також практична доцільність і ефективність використання отриманих даних.

Крім того, добір методик здійснювався з урахуванням їх поширеності у психологічній практиці, відповідності сучасним психометричним стандартам, доступності інтерпретації результатів у відносно короткі строки та можливості проведення як кількісного, так і якісного аналізу отриманої емпіричної інформації.

У магістерському дослідженні був використаний укладений комплекс методик, який містив у собі: «Шкалу оцінки готовності до сімейного життя І. Юнда» (Тест-картку готовності до сімейного життя за шкалою І. Юнда),

Статеворольової опитувальник С. Бем, Опитувальник емоції романтичних ревностей Д. Уайт, методика вивчення особливостей процесу цілепокладання А. М. Арестової, Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. О. Леонтьєва, Методика ціннісного спектра (ЦС) Д. О. Леонтьєва.

РОЗДІЛ 3

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВСТУПУ У ЦИВІЛЬНИЙ ШЛЮБ

3.1. Особливості загальної психологічної готовності партнерів до шлюбу

Таблиця 3.1.

Особливості психологічної готовності партнерів до шлюбу

	Емпа- тія	Особис- тісна зрілість	Відпо- відаль- ність	Толерант- ність	Самороз- виток	Пози- тивне мис- лення	Незалеж- ність
Готов- ність до шлюбу	0.026	0.420	0.41	0.387	0.103	0.468	0.141

Таблиця 3.1 відображає особливості психологічної готовності партнерів до шлюбу через систему взаємозв'язків між готовністю до шлюбу та низкою особистісних характеристик, а саме: емпатією, особистісною зрілістю, відповідальністю, толерантністю, саморозвитком, позитивним мисленням і незалежністю. Отримані показники дозволяють визначити, які саме психологічні риси найбільшою мірою пов'язані з формуванням готовності особистості до створення стабільних шлюбних взаємин.

Аналіз отриманих результатів переконливо демонструє, що у нашій емпіричній вибірці найвищий показник взаємозв'язку спостерігається між готовністю до шлюбу та позитивним мисленням (0,468).

Це свідчить про те, що особи, які характеризуються оптимістичним світосприйняттям, умінням позитивно оцінювати життєві ситуації та бачити перспективи у взаєминах, виявляють вищий рівень психологічної готовності до створення сім'ї. Позитивне мислення сприяє формуванню конструктивного підходу до подолання труднощів, розвитку віри у стабільність стосунків і

готовності до спільного вирішення сімейних проблем. Такі партнери більш схильні до підтримання емоційної рівноваги у шлюбі, що виступає важливим чинником гармонійного сімейного функціонування.

З таблиці 3.1. ми бачимо, що достатньо високий показник взаємозв'язку виявлено між готовністю до шлюбу та особистісною зрілістю (0,420). Це свідчить про те, що зріла особистість є більш підготовленою до виконання сімейних ролей, прийняття відповідальності за партнера та побудови довготривалих взаємин. Особистісна зрілість передбачає сформованість самосвідомості, здатність до саморегуляції, адекватну самооцінку, емоційну стійкість та готовність до компромісу. Відповідно, психологічно зрілі партнери здатні більш усвідомлено підходити до питання шлюбу та сімейного життя.

Майже аналогічний рівень взаємозв'язку зафіксовано між готовністю до шлюбу та відповідальністю (0,410). Це дає підстави стверджувати, що відповідальність є однією з базових характеристик психологічної готовності до сімейного життя. Готовність партнерів до шлюбу передбачає не лише емоційну прихильність між партнерами, але й усвідомлення обов'язків, необхідності приймати рішення та відповідати за їх наслідки. Високий рівень відповідальності сприяє стабільності взаємин, дотриманню сімейних зобов'язань та готовності долати життєві труднощі разом.

Помірний позитивний зв'язок виявлено між готовністю до шлюбу та толерантністю (0,387). Отримані результати свідчать про важливість здатності партнерів приймати індивідуальні особливості один одного, поважати погляди, потреби та відмінності у поведінці. Толерантність у міжособистісних взаєминах сприяє зниженню конфліктності, розвитку взаєморозуміння та підтриманню емоційно сприятливого сімейного клімату. Це особливо важливо в умовах адаптації партнерів до спільного життя, коли виникає потреба у взаємному прийнятті та узгодженні інтересів.

Значно нижчий показник простежується між готовністю до шлюбу та незалежністю (0,141). Такий результат може свідчити про те, що надмірна орієнтація на автономність і самостійність не є визначальним чинником

готовності до створення сім'ї. У контексті шлюбних взаємин надмірна незалежність іноді може ускладнювати процес емоційного зближення, формування спільної відповідальності та взаємозалежності партнерів. Водночас певний рівень автономності залишається важливим для збереження особистісних меж і самореалізації у шлюбі.

Низький показник взаємозв'язку також виявлено між готовністю до шлюбу та саморозвитком (0,103). Це може означати, що прагнення до особистісного вдосконалення не завжди безпосередньо пов'язане з готовністю до сімейного життя. Імовірно, частина досліджуваних більше орієнтується на індивідуальні цілі та професійне становлення, ніж на створення сім'ї. Разом із тим саморозвиток опосередковано може впливати на якість подружніх взаємин через підвищення рівня самосвідомості, емоційної компетентності та здатності до самореалізації.

Найнижчий показник отримано щодо емпатії (0,026), що свідчить про практично відсутній взаємозв'язок між цим показником і готовністю до шлюбу у вибірці дослідження. Такий результат може бути зумовлений особливостями вибірки або тим, що емпатія як здатність до співпереживання не виступає самостійним визначальним чинником готовності до сімейного життя. Можливо, для формування готовності до шлюбу більш значущими є саме особистісна зрілість, відповідальність та позитивне ставлення до майбутнього сімейного життя. Водночас емпатія може відігравати важливішу роль уже на етапі функціонування подружніх взаємин, забезпечуючи емоційну підтримку та взаєморозуміння між партнерами.

Отже, результати таблиці 3.1. свідчать, що психологічна готовність партнерів до шлюбу найбільшою мірою пов'язана з позитивним мисленням, особистісною зрілістю, відповідальністю та толерантністю. Саме ці характеристики формують основу успішної адаптації до сімейного життя, забезпечують конструктивну взаємодію партнерів та сприяють стабільності подружніх стосунків. Натомість емпатія, саморозвиток і незалежність виявили слабший взаємозв'язок із готовністю до шлюбу, що дозволяє розглядати їх як

додаткові, але не визначальні компоненти психологічної підготовленості до сімейного життя.

3.2. Особистісно-типові особливості особистості респондентів, що перебуває у цивільному шлюбі

Наступним кроком дослідження соціально-психологічних особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб було вивчення їх статево-рольової ідентичності.

Таблиця 3.2 відображає результати дослідження структурних компонентів статево-рольової ідентичності респондентів за методикою «Статево-рольовий опитувальник» С. Бем.

Таблиця 3.2.

Особливості структурних компонентів статево-рольової ідентичності (за опитувальником С. Бем)

Кол-во респондентів	«Статево-рольовий опитувальник»		
	Фемінність	Маскулінність	Андрогінність
1	2	3	4
1	13	51	21
2	23	49	31
3	36	62	38
4	22	58	12
5	52	41	36
6	46	22	11
7	22	66	21
8	34	42	12
9	12	48	16
10	11	52	25
11	42	12	26
12	55	23	25
13	68	17	42
14	22	46	12
15	59	12	29
16	56	16	32
17	50	23	33

Продовження таблиці 3.2

1	2	3	4
18	59	27	26
19	14	38	28
20	51	12	13

Дана методика дозволяє визначити рівень вираженості фемінінних, маскуліних та андрогінних рис особистості, що є важливими характеристиками психологічної структури людини та особливостей її міжособистісної взаємодії. Аналіз отриманих результатів дає можливість простежити домінуючі тенденції у формуванні статево-рольової ідентичності досліджуваних та оцінити специфіку поєднання традиційно «жіночих» і «чоловічих» психологічних якостей.

Перш за все, результати свідчать про значну варіативність показників серед респондентів. У частини досліджуваних спостерігається переважання маскуліних характеристик, в інших — фемінінних, а окремі учасники демонструють відносно високий рівень андрогінності, що свідчить про поєднання як маскуліних, так і фемінінних рис у структурі особистості.

Аналіз показників маскуліності демонструє, що у значної кількості респондентів цей компонент виражений досить високою мірою. Найвищі показники маскуліності виявлено у респондентів №7 (66 балів), №3 (62 бали), №4 (58 балів), №10 (52 бали), №1 (51 бал) та №2 (49 балів). Це може свідчити про домінування таких психологічних характеристик, як незалежність, рішучість, впевненість у собі, орієнтація на досягнення результату, активність та схильність до лідерства. Особи з високим рівнем маскуліності зазвичай демонструють прагнення до самостійності, конкурентності та контролю над ситуацією, що може позитивно впливати на здатність приймати рішення та брати відповідальність у міжособистісних взаєминах.

Водночас у низки респондентів спостерігається домінування фемінінних характеристик. Найвищі показники фемінінності виявлено у респондентів №13 (68 балів), №15 та №18 (по 59 балів), №16 (56 балів), №12 (55 балів), №5 (52

бали), №20 (51 бал) та №17 (50 балів). Такі результати свідчать про вираженість рис, пов'язаних із чутливістю, емоційністю, м'якістю, здатністю до співпереживання, турботливістю та орієнтацією на підтримання гармонійних міжособистісних стосунків. Особи з високим рівнем фемінності, як правило, більш орієнтовані на емоційну взаємодію, взаєморозуміння та підтримку у спілкуванні.

Окремої уваги заслуговують показники андрогінності. Найвищий рівень андрогінності спостерігається у респондентів №13 (42 бали), №3 (38 балів), №5 (36 балів), №17 (33 бали), №16 (32 бали) та №2 (31 бал). Високі показники андрогінності свідчать про гармонійне поєднання у структурі особистості як маскулінних, так і фемінних рис. Такі особистості характеризуються більшою поведінковою гнучкістю, здатністю адаптуватися до різних соціальних ситуацій, поєднувати рішучість із чутливістю, а незалежність — із умінням підтримувати емоційний контакт з іншими людьми. У сучасній психології андрогінність розглядається як один із показників психологічної зрілості та адаптивності особистості, оскільки вона забезпечує ширший спектр поведінкових стратегій.

Варто зазначити, що у більшості респондентів не спостерігається абсолютного домінування лише одного компонента статево-рольової ідентичності. У багатьох випадках показники маскулінності та фемінності мають відносно збалансований характер, що може свідчити про поступове стирання жорстких традиційних гендерних стереотипів та формування більш гнучких моделей поведінки. Наприклад, респонденти №3, №5, №16 та №17 демонструють одночасно високі показники кількох компонентів, що вказує на складну й багатогранну структуру особистості.

Натомість окремі респонденти характеризуються низькими показниками андрогінності при вираженому домінуванні одного з полюсів — маскулінності або фемінності. Так, у респондентів №4, №6, №8, №14 та №20 андрогінність має порівняно низькі значення, що може свідчити про більш традиційну модель статево-рольової ідентичності та орієнтацію на чітко визначені

гендерні ролі.

Загалом результати таблиці дозволяють зробити висновок, що серед досліджуваних спостерігається різноманітність типів статево-рольової ідентичності. У частини респондентів домінують маскулінні риси, у частини — фемінінні, а окремі досліджувані демонструють високий рівень андрогінності.

Це свідчить про індивідуальні особливості формування особистості, специфіку соціалізації та вплив сучасних соціокультурних умов на розвиток гендерної ідентичності. Отримані результати також підтверджують, що сучасна особистість дедалі частіше поєднує у своїй поведінці як традиційно «чоловічі», так і «жіночі» психологічні характеристики, що забезпечує більшу адаптивність та ефективність міжособистісної взаємодії, зокрема у сфері сімейно-шлюбних стосунків.

Наступна частина нашого дослідження була присвячена емпіричному дослідженню емоцій, які супроводжують переживання ревнощів у цивільному шлюбі.

Таблиця 3.3

Особливості емоцій, які супроводжують переживання ревнощів у цивільному шлюбі

Компоненти ревнощів	Мінімум	Максимум	М	СД
емоційне спустошення та зосередженість на зраді	1	5	4,09	0,92
намагання врятувати стосунки	1	5	3,13	0,93
низька самооцінка та почуття провини	1	5	3,55	1,08
мстива агресія	1	5	2,23	1,11
загальна інтенсивність романтичних ревнощів	1,04	5	3,52	0,78

Таблиця 3.3 відображає особливості емоційних переживань, які супроводжують ревнощі у партнерів, що перебувають у цивільному шлюбі.

Аналіз представлених показників дає змогу простежити інтенсивність різних емоційних реакцій, визначити провідні компоненти ревнощів та

охарактеризувати психологічний стан досліджуваних у ситуаціях загрози міжособистісним стосункам.

Отримані результати свідчать про те, що найбільш вираженим компонентом ревнощів є емоційне спустошення та зосередженість на зраді ($M = 4,09$; $СД = 0,92$). Високий середній показник демонструє, що для більшості респондентів переживання ревнощів супроводжується сильними негативними емоціями, внутрішнім виснаженням, нав'язливими думками про можливу або реальну невірність партнера, а також постійним емоційним напруженням.

Такий результат свідчить про те, що ситуація ревнощів сприймається особистістю як серйозна психологічна загроза стабільності взаємин та власному емоційному благополуччю. Значення стандартного відхилення є відносно невеликим, що вказує на достатню однорідність відповідей та схожість переживань серед опитаних.

Другим за вираженістю показником є низька самооцінка та почуття провини ($M = 3,55$; $СД = 1,08$). Це свідчить про те, що ревнощі у цивільному шлюбі часто супроводжуються внутрішньоособистісними переживаннями, пов'язаними зі зниженням упевненості у собі, сумнівами щодо власної привабливості, значущості та цінності для партнера. Досліджувані можуть схильні звинувачувати себе у виникненні проблем у взаєминах, відчувати страх втрати партнера та емоційну невпевненість. Порівняно більше значення стандартного відхилення свідчить про індивідуальні відмінності у вираженості цього компонента: частина респондентів переживає подібні емоції дуже інтенсивно, тоді як для інших вони є менш характерними.

Показник намагання врятувати стосунки має середній рівень вираженості ($M = 3,13$; $СД = 0,93$). Це означає, що, попри негативні переживання, значна частина партнерів прагне зберегти взаємини, відновити емоційний контакт і подолати кризову ситуацію. Подібна тенденція може свідчити про наявність емоційної прив'язаності, залежності від партнера або високої цінності самих стосунків для особистості. Водночас середній рівень цього показника дозволяє припустити, що не всі респонденти готові активно

боротися за збереження взаємин, оскільки ревності можуть викликати як прагнення до зближення, так і емоційне віддалення.

Найменш вираженим компонентом виявилася мстива агресія ($M = 2,23$; $СД = 1,11$). Отримані результати свідчать про те, що більшість досліджуваних не схильні до відкритих агресивних реакцій, бажання помститися партнеру чи демонструвати деструктивну поведінку у відповідь на переживання ревності. Водночас досить високе стандартне відхилення вказує на значну варіативність відповідей: окремі респонденти можуть демонструвати виражені агресивні тенденції, тоді як для інших така поведінка практично не характерна. Це може бути пов'язано з особливостями темпераменту, рівнем емоційної саморегуляції, досвідом попередніх стосунків та індивідуальними способами реагування на стресові ситуації.

Загальна інтенсивність романтичних ревностей перебуває на рівні вище середнього ($M = 3,52$; $СД = 0,78$), що свідчить про достатньо високу поширеність ревливих переживань серед партнерів у цивільному шлюбі. Отриманий результат дозволяє зробити висновок, що ревності є важливим емоційним чинником, який впливає на психологічний клімат взаємин, емоційну стабільність партнерів та якість міжособистісної взаємодії.

Загалом результати таблиці демонструють, що ревності у цивільному шлюбі переважно мають внутрішньо спрямований характер і проявляються через емоційне виснаження, тривогу, невпевненість у собі та страх втрати значущих стосунків. Меншою мірою вони супроводжуються відкритою агресією чи бажанням помсти. Це може свідчити про те, що партнери у цивільному шлюбі більше схильні до внутрішніх емоційних переживань та психологічного напруження, ніж до зовнішніх конфліктних форм реагування.

Отримані дані також підтверджують, що ревності виступають складним багатокомпонентним феноменом, який охоплює як емоційні, так і когнітивні та поведінкові аспекти міжособистісних взаємин.

3.3. Особливості переживання складних ситуацій партнерами, що перебувають у цивільному шлюбі

В процесі попередньої бесіди з партнерами, що перебувають у цивільному шлюбі, було з'ясовано особливості суб'єктивного переживання або непереживання складних ситуацій. На підставі бесіди респонденти були умовно розподілені на 2 групи: ті, хто переживає суб'єктивно складну життєву ситуацію та ні.

Таблиця 3.4

Особливості цілепокладання у партнерів, що переживають та не переживають складні життєві ситуації у цивільному шлюбі

Шкали методик	M±m		Значення t-критерія
	Присутня СЖС	Відсутня СЖС	
Життєва криза	336,41±36,42	161,14±42,98	22,3654**
Адекватність цілепокладання	0,55±0,25	0,73±0,25	-4,1593**
Цінність та глибина переживання результату цілепокладання	1,33±0,54	0,98±0,18	4,9199**
Парадоксальність цілепокладання	0,77±0,290	1,00±0,10	-6,1460**
Стратегії цілепокладання залежно від типу інтелектуальної продуктивності	8,04±1,69	6,94±1,71	3,3377**
Внутрішній мотив	12,11±3,20	13,51±3,60	-2,0860*
Мотив самоповаги	9,16±3,79	14,16±3,41	-7,1443**
Значимість результатів	10,78±1,60	15,14±2,59	-10,2291**
Складність завдання	6,74±1,78	7,37±1,50	-1,9849*
Вольове зусилля	8,16±1,17	14,39±3,08	-13,3551**
Оцінка рівня досягнутих результатів	5,57±3,18	8,07±2,88	-4,2318**
Оцінка власного потенціалу	10,80±2,00	13,35±2,91	-5,1661**
Намічений рівень мобілізації зусиль	12,38±2,44	14,07±2,73	-3,3237**
Очікуваний рівень результатів	4,84±1,36	7,78±1,67	-9,8641**
Закономірність результатів	12,38±3,68	13,78±2,90	-2,1796*

Примітка: * p < 0,05; ** p < 0,01, СЖС - складні життєві ситуації

Таблиця 3.4 відображає особливості цілепокладання у партнерів, які переживають складні життєві ситуації у цивільному шлюбі, порівняно з тими, у кого подібні ситуації відсутні. Представлені результати дозволяють

простежити суттєві відмінності у мотиваційній сфері, оцінці власних можливостей, рівні саморегуляції та особливостях досягнення цілей залежно від наявності чи відсутності складних життєвих обставин. Практично за всіма шкалами були виявлені статистично значущі відмінності, що підтверджується значеннями t-критерію Стюдента.

Передусім варто звернути увагу на показник «Життєва криза». У групі партнерів, які переживають складні життєві ситуації, середнє значення становить $336,41 \pm 36,42$, тоді як у групі без складних життєвих ситуацій — лише $161,14 \pm 42,98$. Надзвичайно високе значення t-критерію ($t=22,3654$; $p<0,01$) свідчить про наявність суттєвих психологічних труднощів у досліджуваних першої групи. Це означає, що складні життєві обставини у цивільному шлюбі значною мірою супроводжуються внутрішньою кризою, емоційним напруженням, відчуттям невизначеності та труднощами в організації власного життя й майбутнього.

Показник адекватності цілепокладання у партнерів, які переживають складні життєві ситуації, є нижчим ($0,55 \pm 0,25$), ніж у респондентів без виражених кризових переживань ($0,73 \pm 0,25$). Статистично значуща різниця ($t=-4,1593$; $p<0,01$) свідчить про те, що у складних життєвих умовах особистість менш реалістично оцінює свої можливості та перспективи досягнення поставлених цілей. Це може проявлятися у невпевненості, суперечливості планів, труднощах у визначенні пріоритетів та недостатній здатності до ефективного життєвого планування.

Водночас у групі з наявністю складних життєвих ситуацій вищим є показник цінності та глибини переживання результату цілепокладання ($1,33 \pm 0,54$ проти $0,98 \pm 0,18$; $t=4,9199$; $p<0,01$). Отримані результати свідчать про те, що для осіб, які переживають кризу у цивільному шлюбі, результати власної діяльності та досягнення цілей набувають більшої емоційної значущості. Вони сильніше переживають як успіхи, так і невдачі, що може бути пов'язано з підвищеною емоційною вразливістю та потребою у підтвердженні власної значущості.

Цікавими є результати за шкалою парадоксальності цілепокладання. У групі без складних життєвих ситуацій показник є вищим ($1,00 \pm 0,10$), ніж у групі з кризовими переживаннями ($0,77 \pm 0,29$), а різниця є статистично значущою ($t = -6,1460$; $p < 0,01$). Це може свідчити про те, що особи без виражених життєвих труднощів більш гнучко підходять до формування життєвих цілей, допускають варіативність способів їх досягнення та менш схильні до жорсткої фіксації на одному результаті.

За шкалою стратегій цілепокладання залежно від типу інтелектуальної продуктивності вищі результати також спостерігаються у групі, яка переживає складні життєві ситуації ($8,04 \pm 1,69$ проти $6,94 \pm 1,71$; $t = 3,3377$; $p < 0,01$). Це може свідчити про те, що кризові обставини активізують інтелектуальні ресурси особистості, спонукаючи її до пошуку нових способів вирішення проблем та адаптації до складних умов.

Особливо показовими є відмінності у мотиваційній сфері. Так, внутрішній мотив є нижчим у групі з наявністю складних життєвих ситуацій ($12,11 \pm 3,20$), ніж у групі без них ($13,51 \pm 3,60$; $t = -2,0860$; $p < 0,05$). Це свідчить про зниження внутрішньої зацікавленості у діяльності та послаблення особистісної мотивації під впливом кризових переживань.

Аналогічна тенденція спостерігається і щодо мотиву самоповаги. У респондентів, які не переживають складних життєвих ситуацій, цей показник значно вищий ($14,16 \pm 3,41$), ніж у групі з кризовими переживаннями ($9,16 \pm 3,79$; $t = -7,1443$; $p < 0,01$). Отримані результати свідчать про те, що складні життєві ситуації негативно впливають на самооцінку особистості, породжують сумніви у власній компетентності та знижують рівень впевненості у собі.

Подібні закономірності виявлено і щодо значимості результатів діяльності, складності завдань, вольового зусилля, оцінки рівня досягнутих результатів та оцінки власного потенціалу. У всіх цих показниках респонденти без складних життєвих ситуацій демонструють вищі результати. Зокрема, надзвичайно вираженою є різниця за шкалою вольового зусилля ($8,16 \pm 1,17$ проти $14,39 \pm 3,08$; $t = -13,3551$; $p < 0,01$). Це свідчить про те, що особи, які

перебувають у кризовому стані, значно менш здатні до мобілізації внутрішніх ресурсів, подолання труднощів та тривалого підтримання активності у процесі досягнення мети.

Нижчими у групі з наявністю складних життєвих ситуацій є також показники очікуваного рівня результатів ($4,84 \pm 1,36$ проти $7,78 \pm 1,67$; $t = -9,8641$; $p < 0,01$), що вказує на зниження віри у власний успіх та песимістичне бачення перспектив. Такі особи можуть очікувати невдач, сумніватися у результативності своїх дій та демонструвати схильність до зниження рівня домагань.

Крім того, партнери без складних життєвих ситуацій мають вищі показники закономірності результатів ($13,78 \pm 2,90$ проти $12,38 \pm 3,68$; $t = -2,1796$; $p < 0,05$), що свідчить про більш сформоване відчуття контролю над власним життям та переконаність у тому, що результати діяльності залежать від власних зусиль.

Отже, результати дослідження свідчать про те, що складні життєві ситуації у цивільному шлюбі суттєво впливають на систему цілепокладання особистості. Особи, які переживають кризові обставини, характеризуються нижчим рівнем адекватності цілей, послабленням внутрішньої мотивації, зниженням самооцінки, меншим рівнем вольової регуляції та песимістичнішими очікуваннями щодо результатів діяльності. Водночас вони більш емоційно переживають значущість результатів та активніше залучають інтелектуальні ресурси до подолання труднощів. Це свідчить про складний і суперечливий характер психологічного реагування особистості на кризові ситуації у цивільному шлюбі.

Окремо розглянемо цілепокладання у партнерів, які перебувають у складній життєвій ситуації (до та після початку спільного проживання).

Таблиця 3.5

Динаміка цілепокладання у партнерів у цивільному шлюбі, які перебувають у складній життєвій ситуації (до та після початку спільного проживання)

Шкали методик	M±m		Значення t-критерія
	До	Після	
Значимість результатів	10,78±1,48	9,07±1,07	4,68300**
Вольове зусилля	8,20±0,73	6,95±0,68	6,38345**
Оцінка власного потенціалу	11,86±1,84	9,70±1,40	4,67305**
Очікуваний рівень результатів	4,95±1,17	4,25±0,91	2,40734*

Примітка: * p <0,05; ** p <0,01.

Таблиця 3.5 відображає динаміку показників цілепокладання у партнерів, які перебувають у цивільному шлюбі та переживають складну життєву ситуацію, до початку спільного проживання та після нього. Аналіз результатів дозволяє простежити зміни у мотиваційно-вольовій сфері особистості, оцінці власних можливостей та очікуваннях щодо досягнення результатів під впливом спільного проживання в умовах кризової життєвої ситуації.

Отримані дані свідчать про те, що після початку спільного проживання у досліджуваних спостерігається статистично значуще зниження низки важливих показників цілепокладання. Це вказує на те, що складні життєві обставини у поєднанні зі специфікою цивільного шлюбу можуть негативно впливати на внутрішню активність особистості, її впевненість у собі та здатність до реалізації поставлених цілей.

Насамперед увагу привертає показник значимості результатів. До початку спільного проживання його середнє значення становило 10,78±1,48, тоді як після — 9,07±1,07. Різниця є статистично значущою (t=4,68300; p<0,01). Це свідчить про те, що після початку спільного проживання у партнерів знижується суб'єктивна цінність досягнення результатів діяльності.

Імовірно, перебування у складній життєвій ситуації, необхідність адаптації до нових умов співіснування, розподілу ролей і відповідальності призводять до емоційного виснаження та послаблення зацікавленості у досягненні поставлених цілей. Особистість може втрачати відчуття перспективності власних зусиль, а результати діяльності перестають сприйматися як важливий чинник самореалізації.

Подібна тенденція спостерігається і щодо показника вольового зусилля. До початку спільного проживання його значення становило $8,20 \pm 0,73$, після — $6,95 \pm 0,68$, а різниця є високозначущою ($t=6,38345$; $p<0,01$). Це дозволяє припустити, що спільне проживання в умовах складної життєвої ситуації супроводжується зниженням здатності до мобілізації внутрішніх ресурсів, самоконтролю та наполегливості у подоланні труднощів. У партнерів може виникати відчуття психологічного виснаження, втрата енергії та зниження готовності докладати значних зусиль для досягнення цілей. Такий результат може бути пов'язаний із хронічною емоційною напругою, конфліктами, невизначеністю майбутнього та труднощами адаптації до нових умов взаємин.

Суттєві зміни зафіксовані також за шкалою оцінки власного потенціалу. До початку спільного проживання показник становив $11,86 \pm 1,84$, а після — $9,70 \pm 1,40$ ($t=4,67305$; $p<0,01$). Це свідчить про те, що після початку спільного життя у партнерів знижується впевненість у власних можливостях, здібностях та ресурсах для подолання життєвих труднощів. Імовірно, складні життєві ситуації у цивільному шлюбі посилюють відчуття невизначеності, сумніви у власній компетентності та знижують рівень самооцінки. Особистість може починати сприймати себе менш здатною впливати на життєві обставини та досягати бажаних результатів.

Зниження спостерігається і щодо очікуваного рівня результатів. До початку спільного проживання цей показник становив $4,95 \pm 1,17$, після — $4,25 \pm 0,91$. Різниця є статистично значущою ($t=2,40734$; $p<0,05$). Отримані результати свідчать про формування більш песимістичних очікувань щодо майбутнього та власної успішності після початку спільного проживання.

Партнери можуть демонструвати зниження рівня домагань, меншу віру у позитивний результат власних дій та схильність очікувати труднощі або невдачі.

Загалом результати таблиці свідчать про негативну динаміку показників цілепокладання у партнерів, які перебувають у складній життєвій ситуації після початку спільного проживання у цивільному шлюбі. Найбільш виражені зміни стосуються вольової регуляції, значущості результатів діяльності та оцінки власного потенціалу. Це може вказувати на те, що складні життєві обставини та особливості адаптації до спільного проживання спричиняють внутрішнє виснаження, зниження впевненості у собі та послаблення мотиваційної активності особистості.

Отримані результати також дають підстави припустити, що цивільний шлюб в умовах кризових життєвих обставин може супроводжуватися підвищеним психологічним навантаженням, яке впливає на здатність партнерів ефективно планувати майбутнє, підтримувати внутрішню мотивацію та реалізовувати життєві цілі. У зв'язку з цим особливої актуальності набуває проблема психологічної підтримки партнерів у цивільному шлюбі, розвитку навичок емоційної саморегуляції, конструктивного подолання труднощів та формування позитивних життєвих перспектив.

Таблиця 3.6

Особливості сенсосприйняття у партнерів, що переживають та не переживають складні життєві ситуації у цивільному шлюбі

Шкали методики	M±m		Значення t-критерія
	Присутня СЖС	Відсутня СЖС	
Загальна усвідомленість життя	73,591±6,16	97,53±8,53	-16,2036**
Цілі в житті	25,61±2,88	31,71±4,20	-8,5500**
Процес життя	22,26±2,60	26,40±2,78	-7,9027**
Результат життя	20,34±2,13	24,49±3,10	-7,9106**
Локус контролю - Я	15,53±2,60	21,23±2,08	-12,5078**
Локус контролю - життя	30,07±4,30	27,69±3,87	8,0210**

Примітка: * p < 0,05; ** p < 0,01, СЖС – складна життєва ситуація

Таблиця 3.6 відображає особливості сенсосприйняття (смісложиттєвих орієнтацій) у партнерів, які перебувають у цивільному шлюбі та або переживають складні життєві ситуації (СЖС), або не перебувають у таких умовах. Представлені результати дозволяють оцінити рівень усвідомленості життя, наявність життєвих цілей, емоційне сприйняття процесу та результатів життя, а також особливості локусу контролю як ключових компонентів смісложиттєвої сфери особистості.

Загалом отримані дані демонструють чітку тенденцію: партнери, які не переживають складних життєвих ситуацій, мають значно вищі показники за більшістю шкал, що свідчить про більш сформовану, стабільну та позитивно структуровану систему життєвих смислів. Водночас наявність СЖС асоціюється зі зниженням рівня усвідомленості життя, цілеспрямованості та задоволеності його перебігом і результатами.

Насамперед варто звернути увагу на показник загальної усвідомленості життя. У групі з наявністю складних життєвих ситуацій він становить $73,591 \pm 6,16$, тоді як у групі без таких ситуацій — $97,53 \pm 8,53$. Різниця є статистично високозначущою ($t = -16,2036$; $p < 0,01$). Це свідчить про суттєве зниження загальної осмисленості життєвого шляху у партнерів, які перебувають у кризових умовах. Іншими словами, вони менш чітко розуміють напрям власного життя, його структуру та перспективи, що може бути пов'язано з емоційною нестабільністю, невизначеністю стосунків і підвищеним рівнем стресу.

Аналогічна тенденція простежується і за шкалою «Цілі в житті»: у групі з СЖС середній показник становить $25,61 \pm 2,88$, тоді як у групі без СЖС — $31,71 \pm 4,20$ ($t = -8,5500$; $p < 0,01$). Це вказує на те, що у партнерів у кризових умовах знижується чіткість життєвих цілей, їхня структурованість та усвідомлена спрямованість у майбутнє. Вони можуть частіше відчувати невизначеність, труднощі у плануванні довгострокових перспектив і втрату життєвих орієнтирів.

За шкалою «Процес життя» також спостерігається суттєва різниця:

22,26±2,60 у групі з СЖС проти 26,40±2,78 у групі без СЖС ($t = -7,9027$; $p < 0,01$). Це свідчить про те, що партнери, які переживають складні життєві ситуації, меншою мірою отримують задоволення від самого процесу життя, рідше переживають його як емоційно насичений, цікавий і цінний. Натомість їхнє повсякденне життя може сприйматися як напружене, проблемне або позбавлене позитивної динаміки.

Подібна картина простежується і щодо «Результату життя»: 20,34±2,13 у групі з СЖС та 24,49±3,10 у групі без СЖС ($t = -7,9106$; $p < 0,01$). Це означає, що особи у складних життєвих ситуаціях менш задоволені вже прожитою частиною життя, схильні критично оцінювати власні досягнення та можуть відчувати певне розчарування щодо життєвих результатів. У партнерів без СЖС, навпаки, більш виражене відчуття задоволеності життєвим шляхом.

Особливо важливими є показники локусу контролю, які відображають уявлення людини про керованість власного життя. За шкалою «Локус контролю – Я» у групі з СЖС зафіксовано значно нижчі значення (15,53±2,60) порівняно з групою без СЖС (21,23±2,08), а різниця є високозначущою ($t = -12,5078$; $p < 0,01$). Це свідчить про зниження відчуття власної ефективності, автономності та здатності впливати на події свого життя у партнерів, які переживають складні життєві обставини. Вони частіше можуть сприймати себе як залежних від зовнішніх факторів або обставин.

Водночас за шкалою «Локус контролю – життя» спостерігається зворотна тенденція: у групі з СЖС показник дещо вищий (30,07±4,30), ніж у групі без СЖС (27,69±3,87), і різниця є статистично значущою ($t = 8,0210$; $p < 0,01$). Це може свідчити про більш виражену орієнтацію на зовнішній контроль, тобто переконання, що життєві події значною мірою визначаються зовнішніми обставинами, долею або іншими людьми. Така позиція є характерною для станів психологічної нестабільності та кризового досвіду.

Узагальнюючи результати, можна зробити висновок, що складні життєві ситуації у цивільному шлюбі суттєво деформують смисложиттєву сферу особистості. Вони супроводжуються зниженням загальної усвідомленості

життя, розмитістю життєвих цілей, зменшенням задоволеності процесом і результатами життя, а також послабленням внутрішнього локусу контролю. Особистість у кризових умовах частіше переживає втрату життєвих орієнтирів, невпевненість у майбутньому та відчуття зниження власної суб'єктності.

Водночас партнери без складних життєвих ситуацій демонструють більш гармонійну структуру смисложиттєвих орієнтацій: вони краще усвідомлюють свої життєві цілі, отримують більше задоволення від життя, позитивніше оцінюють його результати та відчують вищий рівень внутрішнього контролю. Це свідчить про більш адаптивний психологічний стан та стабільнішу систему життєвих смислів.

Отже, результати таблиці підтверджують, що наявність складних життєвих ситуацій у цивільному шлюбі є значущим фактором, який негативно впливає на смисложиттєву сферу особистості, знижуючи її життєву осмисленість, цілеспрямованість та суб'єктивне відчуття контролю над власним життям.

Таблиця 3.7

Динаміка сенсосприйняття у партнерів у цивільному шлюбі, які перебувають у складній життєвій ситуації (до та після початку спільного проживання)

Шкали методик	M±m		Значення t-критерія
	До	Після	
Загальна усвідомленість життя	73,99±7,00	85,86±4,93	-6,8147*
Цілі в житті	25,49±3,16	29,53±3,34	-4,3438*
Процес життя	21,04±1,59	25,49±1,75	-9,4084*
Результат життя	19,28±1,83	22,86±1,46	-7,6277*
Локус контролю – Я	13,80±0,86	16,41±0,95	-10,17500*
Локус контролю – життя	36,18±2,40	31,54±1,99	7,4036*

Примітка: * p < 0,05; ** p < 0,01.

Таблиця 3.7 відображає динаміку показників сенсосприйняття (смисложиттєвих орієнтацій) у партнерів цивільного шлюбу, які перебувають у складній життєвій ситуації, до початку спільного проживання та після нього.

Представлені дані дозволяють оцінити, як змінюється система життєвих смислів, рівень усвідомленості життя, цілепокладання та локус контролю під впливом переходу до спільного побутового та емоційного простору.

Загальна тенденція таблиці є досить показовою: після початку спільного проживання у партнерів спостерігається статистично значуще покращення всіх компонентів смисложиттєвої сфери, що свідчить про позитивну динаміку психологічного стану навіть за умови наявності складної життєвої ситуації. Це дозволяє припустити, що спільне проживання може виступати як ресурс стабілізації, який частково компенсує вплив кризових факторів.

Насамперед звертає на себе увагу показник загальної усвідомленості життя, який зростає з $73,99 \pm 7,00$ до $85,86 \pm 4,93$ ($t = -6,8147$; $p < 0,05$). Це свідчить про те, що після початку спільного проживання у партнерів підвищується рівень розуміння власного життя, його структури та загальної спрямованості. Ймовірно, спільний побут сприяє більшій визначеності, емоційній підтримці та узгодженню життєвих планів, що підсилює відчуття осмисленості існування.

Аналогічна позитивна динаміка спостерігається за шкалою «Цілі в житті»: показник зростає з $25,49 \pm 3,16$ до $29,53 \pm 3,34$ ($t = -4,3438$; $p < 0,05$). Це свідчить про те, що у процесі спільного проживання партнери більш чітко формулюють життєві цілі, краще усвідомлюють свої перспективи та починають більш структуровано планувати майбутнє. Спільний досвід може сприяти узгодженню цінностей і формуванню спільних життєвих орієнтирів.

За шкалою «Процес життя» також фіксується суттєве зростання: з $21,04 \pm 1,59$ до $25,49 \pm 1,75$ ($t = -9,4084$; $p < 0,05$). Це означає, що після початку спільного проживання партнери починають більш позитивно сприймати повсякденне життя, отримувати більше емоційного задоволення від процесу взаємодії, спільної діяльності та побуту. Ймовірно, зростає рівень емоційної включеності у стосунки та знижується відчуття ізольованості.

Подібна позитивна динаміка простежується і щодо «Результату життя»: показник підвищується з $19,28 \pm 1,83$ до $22,86 \pm 1,46$ ($t = -7,6277$; $p < 0,05$). Це

свідчить про те, що партнери після початку спільного проживання більш позитивно оцінюють свій життєвий досвід, відчують більшу задоволеність досягнутими результатами та менш критично ставляться до власного життєвого шляху. Спільне життя може сприяти переосмисленню минулого досвіду через підтримку та емоційне прийняття з боку партнера.

Важливі зміни спостерігаються і в структурі локусу контролю. За шкалою «Локус контролю – Я» відбувається зростання з $13,80 \pm 0,86$ до $16,41 \pm 0,95$ ($t = -10,1750$; $p < 0,05$). Це свідчить про посилення внутрішнього локусу контролю, тобто зростання відчуття власної відповідальності, суб'єктності та здатності впливати на життєві події. Після початку спільного проживання партнери частіше сприймають себе як активних творців власного життя, а не пасивних спостерігачів обставин.

Водночас за шкалою «Локус контролю – життя» фіксується зниження показника з $36,18 \pm 2,40$ до $31,54 \pm 1,99$ ($t = 7,4036$; $p < 0,05$). Це є позитивною тенденцією, оскільки свідчить про зменшення зовнішньої атрибуції контролю. Іншими словами, партнери менше схильні пояснювати життєві події випадковістю, долею або зовнішніми обставинами і більше орієнтуються на власні зусилля та можливості впливу.

Узагальнюючи результати таблиці, можна зробити висновок, що початок спільного проживання у партнерів, які перебувають у складній життєвій ситуації, супроводжується позитивною трансформацією смисложиттєвої сфери. Відбувається підвищення рівня життєвої осмисленості, чіткішого формування цілей, покращення емоційного сприйняття життя та посилення внутрішнього локусу контролю.

Такі зміни можуть пояснюватися тим, що спільне проживання створює умови для більшої емоційної підтримки, взаємної регуляції поведінки та формування відчуття стабільності. Навіть за наявності складних життєвих обставин партнерські стосунки можуть виступати ресурсом психологічної адаптації, який сприяє відновленню життєвих смислів та підвищенню суб'єктивного благополуччя.

Водночас важливо враховувати, що позитивна динаміка не означає повного усунення кризових проявів, а лише свідчить про їх часткову компенсацію. Тому цивільний шлюб у складних життєвих умовах можна розглядати як амбівалентний феномен, який одночасно містить як стресогенні, так і ресурсні можливості для особистості.

3.4. Методичні рекомендації з психологічної підтримки партнерів у цивільному шлюбі

Партнери, які перебувають у цивільному шлюбі, часто стикаються з підвищеною емоційною невизначеністю, проблемами довіри, ревнощами, труднощами узгодження життєвих цілей та ролей. Особливо вираженими ці труднощі стають у період кризових життєвих ситуацій.

Психологічна підтримка має бути спрямована на: стабілізацію емоційного стану партнерів; розвиток навичок конструктивної комунікації; формування спільних життєвих смислів і цілей; підвищення рівня взаємної довіри та безпеки у стосунках; розвиток внутрішнього локусу контролю та відповідальності.

До основних напрямів психологічної роботи з партнерами по цивільному шлюбу можна віднести такі.

1. Емоційна стабілізація партнерів

Рекомендується: навчати технік саморегуляції (дихальні вправи, майндфулнес, релаксація); опрацьовувати негативні емоції (образа, страх втрати, ревнощі); нормалізувати переживання як природну реакцію на невизначеність стосунків; зменшувати рівень емоційної реактивності у конфліктних ситуаціях.

Робота з ревнощами та довірою передбачає виявлення когнітивних викривлень (катастрофізація, підозри без доказів); формування реалістичної оцінки поведінки партнера; розвиток навичок відкритого обговорення почуттів

без звинувачень; формування культури емоційної прозорості у стосунках.

Ми рекомендуємо використовувати техніку: «Я-повідомлень» замість звинувачень; щоденника ревнощів (фіксація ситуацій, думок, емоцій і реакцій).

Психологічна робота з підвищення якості комунікації у парі має включати: розвиток активного слухання; формування навичок конструктивного діалогу; навчання вирішенню конфліктів без агресії та уникання; регулярне обговорення потреб, очікувань і кордонів.

Ми рекомендуємо використовувати вправу «20 хвилин чесного діалогу» (щоденне або щотижневе обговорення емоційного стану без критики).

Щодо формування спільних життєвих цілей важливо допомогти партнерам: узгодити індивідуальні та спільні цілі; сформувані коротко- та довгострокові плани; визначити пріоритети у фінансовій, побутовій та емоційній сферах; розвивати відчуття «ми-орієнтації».

Ми рекомендуємо техніку «Спільна життєва карта» (візуалізація планів пари на 1–5 років).

Для підтримки самооцінки та особистісної стійкості рекомендуємо зменшення залежності самооцінки від оцінки партнера; розвиток внутрішньої опори; робота з почуттям провини та неадекватної відповідальності за стосунки; формування позитивного образу «Я у стосунках».

У цьому напрямку найбільш ефективними є методи когнітивно-поведінкові техніки; вправи на самоприйняття; робота з особистими досягненнями.

У випадку складних життєвих ситуацій (фінансові труднощі, конфлікти, ревнощі, невизначеність статусу стосунків) рекомендуємо короткострокове кризове консультування; стабілізацію емоційного стану; визначення актуальних проблем і ресурсів; поступове відновлення життєвих орієнтирів.

Ефективними формами психологічної роботи є: індивідуальне психологічне консультування; парна терапія; тренінги комунікативних навичок; психоедукаційні заняття; групи підтримки для пар.

Висновки до розділу 3

Здійснено емпіричне дослідження соціально-психологічних особливостей партнерів, які перебувають у цивільному шлюбі та переживають складні життєві ситуації. Проведений аналіз дозволив виявити специфіку емоційної сфери, особливостей цілепокладання та сенсосприйняття у досліджуваних, а також простежити динаміку зазначених показників до та після початку спільного проживання.

Результати дослідження показали, що переживання ревнощів у цивільному шлюбі супроводжується вираженим емоційним напруженням. Найбільш характерними проявами є емоційне спустошення, зосередженість на можливій зраді, зниження самооцінки та почуття провини. Водночас менш вираженими виявилися прояви мстивої агресії, що свідчить про переважання внутрішньо спрямованих емоційних переживань над відкритими деструктивними реакціями. Встановлено, що ревнощі у партнерів цивільного шлюбу мають комплексний характер і впливають не лише на емоційний стан, а й на загальне психологічне благополуччя особистості.

Порівняльний аналіз особливостей цілепокладання у партнерів, які переживають та не переживають складні життєві ситуації, показав наявність суттєвих статистично значущих відмінностей. Особи, які перебувають у кризових життєвих умовах, характеризуються нижчим рівнем адекватності цілепокладання, послабленням внутрішньої мотивації, зниженням самооцінки, меншим рівнем волевого зусилля та меншою впевненістю у власному потенціалі. Для них також характерні нижчі очікування щодо результатів діяльності та знижений рівень життєвих домагань. Водночас складні життєві ситуації супроводжуються більш глибоким емоційним переживанням результатів діяльності та активізацією інтелектуальних стратегій подолання труднощів.

Аналіз динаміки цілепокладання у партнерів, які перебувають у складній життєвій ситуації, засвідчив, що після початку спільного проживання

спостерігається зниження значущості результатів діяльності, рівня вольових зусиль, оцінки власного потенціалу та очікуваного рівня результатів. Це свідчить про те, що процес адаптації до спільного життя в умовах кризових обставин супроводжується емоційним виснаженням, зниженням внутрішньої активності та послабленням віри у власні можливості.

Дослідження особливостей сенсосприйняття показало, що партнери, які не переживають складних життєвих ситуацій, мають значно вищий рівень загальної усвідомленості життя, чіткіші життєві цілі, більше задоволення від процесу життя та його результатів, а також більш виражений внутрішній локус контролю. Натомість у партнерів, які перебувають у складних життєвих умовах, спостерігається зниження життєвої осмисленості, невизначеність перспектив, менша задоволеність життям та схильність пояснювати події переважно зовнішніми чинниками.

Разом із тим аналіз динаміки сенсосприйняття у партнерів після початку спільного проживання виявив позитивні зміни. Після переходу до спільного життя у досліджуваних підвищується рівень загальної усвідомленості життя, чіткість життєвих цілей, позитивність сприйняття процесу життя та його результатів, а також посилюється внутрішній локус контролю. Це свідчить про те, що спільне проживання навіть у складних життєвих обставинах може виступати ресурсом психологічної підтримки та сприяти частковій стабілізації смисложиттєвої сфери особистості.

На основі отриманих результатів було укладено методичні рекомендації з психологічної підтримки партнерів у цивільному шлюбі. Основними напрямками психологічної допомоги визначено розвиток навичок емоційної саморегуляції, підвищення якості міжособистісної комунікації, формування довіри, розвиток конструктивних способів подолання ревнощів, зміцнення самооцінки та формування спільних життєвих цілей.

Таким чином, результати дослідження підтвердили, що складні життєві ситуації суттєво впливають на емоційну, мотиваційну та смисложиттєву сфери партнерів у цивільному шлюбі. Водночас партнерські стосунки можуть

виступати як джерелом психологічної напруги, так і важливим ресурсом особистісної підтримки та адаптації. Отримані результати мають теоретичне та практичне значення для подальшого вивчення психології цивільного шлюбу та організації психологічного супроводу партнерів у кризових життєвих умовах.

ВИСНОВКИ

1. Здійснено теоретичний аналіз наукових підходів до проблеми соціально-психологічних особливостей вступу партнерів у цивільний шлюб та пов'язаних із цим чинників міжособистісної взаємодії. Узагальнення наукових джерел свідчить, що цивільний шлюб розглядається як специфічна форма партнерських відносин, які характеризуються добровільністю, емоційною основою та відсутністю юридичного закріплення, що зумовлює підвищену психологічну варіативність і нестабільність таких союзів. Аналіз літератури показав, що важливу роль у формуванні партнерських стосунків відіграють ранні сімейні моделі, особливості батьківської взаємодії, засвоєні сценарії поведінки у стосунках, а також індивідуально-психологічні характеристики особистості. Саме ці чинники значною мірою визначають готовність людини до побудови довготривалих стосунків, рівень довіри, здатність до емоційної близькості та конструктивного вирішення конфліктів.

2. Емпіричне дослідження особливостей вступу пари у цивільний шлюб планувалося та проводилося упродовж теоретико-пошукового та дослідницько-емпіричного етапів, з дотримання етичних та психометричних вимог. У магістерському дослідженні був використаний укладений комплекс методик, який містив у собі: «Шкалу оцінки готовності до сімейного життя І. Юнда» (Тест-картку готовності до сімейного життя за шкалою І. Юнда), Стативно-рольової опитувальник С. Бем, Опитувальник емоції романтичних ревностей Д. Уайт, методика вивчення особливостей процесу цілепокладання А. М. Арестової, Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. О. Леонтьєва, Методика ціннісного спектра (ЦС) Д. О. Леонтьєва.

3. Проведений аналіз дозволив виявити специфіку емоційної сфери, особливостей цілепокладання та сенсоприйняття у досліджуваних, а також простежити динаміку зазначених показників до та після початку спільного проживання.

Результати дослідження показали, що переживання ревностей у

цивільному шлюбі супроводжується вираженим емоційним напруженням. Найбільш характерними проявами є емоційне спустошення, зосередженість на можливій зраді, зниження самооцінки та почуття провини. Водночас менш вираженими виявилися прояви мстивої агресії, що свідчить про переважання внутрішньо спрямованих емоційних переживань над відкритими деструктивними реакціями. Встановлено, що ревності у партнерів цивільного шлюбу мають комплексний характер і впливають не лише на емоційний стан, а й на загальне психологічне благополуччя особистості.

Порівняльний аналіз особливостей цілепокладання у партнерів, які переживають та не переживають складні життєві ситуації, показав наявність суттєвих статистично значущих відмінностей. Особи, які перебувають у кризових життєвих умовах, характеризуються нижчим рівнем адекватності цілепокладання, послабленням внутрішньої мотивації, зниженням самооцінки, меншим рівнем волевого зусилля та меншою впевненістю у власному потенціалі. Для них також характерні нижчі очікування щодо результатів діяльності та знижений рівень життєвих домагань. Водночас складні життєві ситуації супроводжуються більш глибоким емоційним переживанням результатів діяльності та активізацією інтелектуальних стратегій подолання труднощів.

Аналіз динаміки цілепокладання у партнерів, які перебувають у складній життєвій ситуації, засвідчив, що після початку спільного проживання спостерігається зниження значущості результатів діяльності, рівня волевих зусиль, оцінки власного потенціалу та очікуваного рівня результатів. Це свідчить про те, що процес адаптації до спільного життя в умовах кризових обставин супроводжується емоційним виснаженням, зниженням внутрішньої активності та послабленням віри у власні можливості.

Дослідження особливостей сенсосприйняття показало, що партнери, які не переживають складних життєвих ситуацій, мають значно вищий рівень загальної усвідомленості життя, чіткіші життєві цілі, більше задоволення від процесу життя та його результатів, а також більш виражений внутрішній локус

контролю. Натомість у партнерів, які перебувають у складних життєвих умовах, спостерігається зниження життєвої осмисленості, невизначеність перспектив, менша задоволеність життям та схильність пояснювати події переважно зовнішніми чинниками.

Разом із тим аналіз динаміки сенсосприйняття у партнерів після початку спільного проживання виявив позитивні зміни. Після переходу до спільного життя у досліджуваних підвищується рівень загальної усвідомленості життя, чіткість життєвих цілей, позитивність сприйняття процесу життя та його результатів, а також посилюється внутрішній локус контролю. Це свідчить про те, що спільне проживання навіть у складних життєвих обставинах може виступати ресурсом психологічної підтримки та сприяти частковій стабілізації смисложиттєвої сфери особистості.

4. На основі отриманих результатів було укладено методичні рекомендації з психологічної підтримки партнерів у цивільному шлюбі. Основними напрямками психологічної допомоги визначено розвиток навичок емоційної саморегуляції, підвищення якості міжособистісної комунікації, формування довіри, розвиток конструктивних способів подолання ревностей, зміцнення самооцінки та формування спільних життєвих цілей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аносова, А. В. Комунікативна культура в сучасній педагогічній практиці :навч.-метод. посіб. / Департамент освіти і науки Київ. обл. держ. адмін., Київ. обл.ін-т післядиплом. освіти пед. кадрів, 2020. 168 с.
2. Артемьева О.Ю. Основи психології суб'єктивної семантики. К.: Педагогіка, 2019. 352 с.
3. Баклицький, І. О. Психологія праці : підручник / І. О. Баклицький. – 2-е вид., переробл. і допов. К. : Знання, 2020. 656 с.
4. Березіна, Н. О. Організаційно-правові аспекти діяльності психологічної служби системи освіти : спецкурс для слухачів очно-дистанц. форми навч. в сист. післядиплом. пед. освіти / Н. О. Березіна [та ін.] ; Нац. акад. пед. наук України, Ун-т менедж. освіти. К. : Ун-т менедж. освіти, 2020. 36 с.
5. Бех, І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку: навч. посіб. / І.Д.Бех. К. : Академвидав, 2022. 256 с.
6. Бондарчук, О. І. Психологічні умови попередження професійного стресу та професійного вигорання керівників освітніх організацій: спецкурс для слухачів очно-дистанц. форми навч. в сист. післядиплом. пед. освіти / О. І. Бондарчук [та ін.] ; Нац. акад. пед. наук України, Ун-т менедж. освіти. К. : Ун-т менедж. Освіти НАПН України, 2025. 32 с.
7. Бондарчук, О.І. Розвиток мотивації вдосконалення психологічної компетентності керівників освітніх організацій в умовах очно-дистанційної форми навчання : спецкурс для слухачів очно-дистанц. форми навч. в сист. післядиплом. пед. освіти; Нац. акад. пед. наук України, Ун-т менедж. освіти. К.: Ун-т менедж. освіти, 2022. 32 с.
8. Бороздіна Л.В. Дослідження рівня домагань. К.:Наукова думка, 2021. 135 с.
9. Буленко Т. В. Соціально-психологічні основи функціонування сучасної молодшої сім'ї / Т. В. Буленко // Науковий вісник ВДУ ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2021. – № 9.

10. Галаган, В. Я. Основи психології і педагогіки: навч. посіб. / В. Я. Галаган, В. Ф. Орлов, В. В. Ягупов ; за заг. ред. В. В. Ягупова ; Київ. ун-т економіки і технології транспорту; Ін-т педагогіки і психології проф. освіти Акад. пед. Наук України. К. : КУЕТТ, 2025. 232 с.

11. Гаранян Н. Г. Депресія та особистість: огляд зарубіжних досліджень. - Ч. I / Н. Г. Гаранян // Соціальна та клінічна психіатрія. – 2021. – № 1. – С. 79-89.

12. Гуменюк Г. В. Психологічний простір професійного самоздійснення особистості як предмет дослідження / Г. В. Гуменюк// Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. – К., 2024. –Т. XVI. –част. 1,2. –С. 299-310.

13. Гуляс І.А. Детермінанти самоздійснення особистості /І. А. Гуляс //Психологічні перспективи. – 2021. – Вип. 17. – С. 83-92.

14. Дмитрієнко А. К. Соціально-психологічні фактори стабільності шлюбу в перші роки подружнього життя: дис. канд. психол. наук/А. К. Дмитрієнко. - Київ, 2023. - 177 с

15. Єлізаров А. Н. До проблеми пошуку основного інтегруючого фактора сім'ї / А. Н. Єлізаров // Вісник Київського ун-ту. - Сер.14: Психологія. - 2023. - № 1. - С. 42-49.

16. Збірник нормативно-правових документів психологічної служби та ПМПК системи освіти України / упоряд. В. Г. Панок, І. І. Цушко, А. Г. Обухівська ; Мінво освіти і науки України, Акад пед. наук України, Укр. наук.-метод. центр практ. психології і соц. роботи. К.: Шкільний світ, 2019. 256 с.

17. Злобіна Т. Більше любові: політична критика моногамії та низові практики поліамурності / Т. Злобіна – Спільне – 2023. URL: <https://commons.com.ua/uk/bilshe-lyubovi-politichna-kritikamono/>

18. Інжиєвська, Л. А. Психологія сексуальності: навч.-метод. комплекс /Л.А.Інжиєвська ; Нац. акад. пед. наук України, Ун-т менедж. освіти, Ін-т менеджменту та психології. К.: [Ун-т менедж. освіти], 2024. 44 с.

19. Карамушка, Л. М. Психологія управління: навч. посіб. для студ. вищ.

навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / Л. М. Карамушка. К.: Міленіум, 2023. 344 с.

20. Карамушка, Л.М. Методики діагностики психологічних особливостей інноваційних змін в освітніх організаціях: навч. практикум для слухачів очнодистанц. форми навч. в сист. післядиплом. пед. освіти / Л. М. Карамушка, О.С.Толков ; Нац. акад. пед. наук України, Ун-т менедж. освіти. К. : Ун-т менедж. освіти, 2025. 32 с.

21. Карамушка, Л.М. Психологія підприємницької поведінки в освітніх організаціях : спецкурс для слухачів очно-дистанц. форми навч. в сист. післядиплом. пед. освіти / Л. М. Карамушка, О. В. Креденцер ; Нац. акад. пед. наук України, Ун-т менедж. освіти. К. : Ун-т менедж. освіти, 2022. 24 с.

22. Киричук О.В. Основи психології. К.: Либідь, 2023. 496 с.

23. Ключко В.Є. Цілепокладання та динаміка оцінок в ході рішення мисленнєвих задач. *Психологічні дослідження інтелектуальної діяльності*. 2022. С. 29-44.

24. Козловська Є. В. Психологічна готовність молодого подружжя до гармонізації стосунків : дис. ... канд. психол. наук. / Є. В. Козловська. - К., 2020 року.

25. Корольчук, М.С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закладів / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк. К.: Ніка-Центр, 2019. 580 с.

26. Круглов Б. С. Правова свідомість як елемент психологічної підготовки молоді до сімейного життя. 2021. 135 с.

27. Курова А.В. Деякі особливості психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. XIII Міжнародна науково-практична конференція «*Психологічні особливості переживання ситуації невизначеності*». м. Ніжин, 16-17 березня 2023 р.

28. Лукіяничук, А.М. Психологічні основи професійного становлення та розвитку особистості учня ПНЗ: навч.-метод. посібник для навч. Модулю «Соціально-психологічна компетентність педагогічних працівників ПНЗ» / А.

М. Лукіяничук; Білоцерк. ін-т неперерв. проф. освіти. – Біла Церква: БІНПО, 2024. 159 с.

29. Ляшенко Н.О. Подружні ролі в молодіжній сім'ї. / Н. О. Ляшенко. - Український соціум. – 2024. – с.16-23.

30. Максименко, С. Д. Загальна психологія : навч. посіб. / С. Д. Максименко, В. О. Соловієнко. К.: МАУП, 2020. 256 с.

31. Максименко, С. Д. Психологічна допомога тяжким соматично хворим: навч. посіб. / С. Д. Максименко, Н. Ф. Шевченко. К.; Ніжин: Міланік, 2022. 116 с.

32. Максименко С.Д. Переживання як психологічний механізм саморозвитку особистості. *Педагогічний процес: теорія і практика: зб. наук. пр.* К.: ЕКМО, 2021. Вип. 3. С. 343-361.

33. Максименко, С. Д. Психологія особистості: підруч. для студ. вищ. навч. закладів / С.Д. Максименко, [К.С. Максименко, М.В. Папуча] ; за ред. С.Д.Максименка. К. : КММ, 2023. 296 с.

34. Максименко, С. Д. Психологія та педагогіка: підручник / С.Д. Максименко [та ін.]. К.: Слово, 2022. 584 с.

35. Максименко С.Д. «Одиниці аналізу» розвитку особистості: методологія питання /С.Д.Максименко //Наука і освіта. – 2022. - №6-7. – С.162-166.

36. Максимов, М. В. Психологія розвитку: тести : навч. посіб. / М. В. Максимов. К.: Ліра-К, 2020. 242 с.

37. Марцинковська Т.Д. Інформаційний простір транзитивного суспільства: проблеми та перспективи розвитку. 2019. С. 77–96.

38. Матушанська, А.Г., Алиішева Б.С. Толерантність до невизначеності та суміжні психологічні конструкти когнітивної психології. 2021. 244 с.

39. Мащак С.О., Кучвара Х.Б. Особливості суб'єктивного благополуччя українців в умовах війни. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Психологія. 2022. № 6. С.5-10.

40. Мельник, Л. П. Психологія управління: курс лекцій / Л. П. Мельник;

Міжрег. Акад. упр. персоналом (МАУП). 2-е вид., стер. К.: МАУП, 2002. 176 с.

41. Мілютіна, К. Л. Психологія міжкультурної комунікації : навч. посіб. / К. Л. Мілютіна, М. В. Максимов. К. : Віпол, 2014. 256 с.

42. Мочерний С.П. Поняття «методологія» та його структура /С.П.Мочерний//Психологія і суспільство. - – 2020. - №2. – С.58-82.

43. М'ясоїд, П.А. Задачі з курсу загальної психології : задачі для студ. вищ. навч. закладів / П.А. М'ясоїд. К. : Вища школа, 2020. 184 с.

44. Москаленко, В. В. Соціальна психологія : підручник / В. В. Москаленко. К.: Центр. навч. л-ри, 2025. – 624 с.

45. Москальова, А.С. Підготовка керівників освітніх організацій до попередження професійних криз: спецкурс / А. С. Москальова ; Нац. акад. пед. наук України, Ун-т менедж. освіти. К.: [Ун-т менедж. освіти], 2024. 28 с.

46. Москальова, А.С. Психологічні особливості діяльності завідувачів (практичних психологів) районних (міських) психолого-медико-педагогічних консультацій в умовах соціально-економічних трансформацій : спецкурс / А. С. Москальова ; Нац. акад. пед. наук України, Ун-т менедж. освіти. К. : Ун-т менедж. освіти, 2022. 40 с.

47. Навайтис Г. Сім'я у психологічній консультації / Г. Навайтис. - К.: Він. психолого-соціальний ін-т; Вінниця: 2021 - 158 с.

48. Найдьонова, Л.А. Навчально-методичний модуль спецкурсу «Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу» : для слухачів підвищення кваліфікації за очно-дистанц. формою навч. та студ. освіт.-кваліфікац. Рівня «Магістр» за спец. «Управління навчальним закладом»/ Л. А. Найдьонова; Нац. акад. пед. наук України, Ун-т менедж. освіти. – К.: Ун-т менедж. освіти, 2021. 44 с.

49. Наукові студії із соціальної та політичної психології / Мін-во охорони здоров'я України; Мін-во освіти України; [ред.. рада: М. М. Слюсаревський та ін. ; редкол.: Т. М. Титаренко та ін.]. К.: Міленіум, 2024. Вип. 34(37). 298 с.

50. Осичка О.В. Механізми та закономірності цілеполагання особистості

у доросломсу віці. *Збірник наукових праць «Соціальні технології: актуальність, проблеми теорії та практики»*. Одеса. 2019. С.48-53.

51. Осичка О.В. Підходи до вивчення смислосприйняття та цілепокладання особистості у нормативних умовах та в ситуації життєвої кризи. *Наука і освіта*. 2020. №5. С.34-39.

52. Панок В.Г., Рудь Г.В. Психологія життєвого шляху особистості: Монографія. К.: Ніка-Центр, 2021. 280 с.

53. Практикум із групової психокорекції: підручник / С. Д. Максименко [та ін.]. – Мелітополь: вид-во Мелітоп. держ. пед. ун-ту ім. Б. Хмельницького, 2025.– 412 с.

54. Перепелиця М. П. Державна молодіжна політика в Україні (регіональний аспект). Монографія. К.: Укр. ін-т соціаль. досл.-нь; Укр. центр політ. менедж.-ту, 2021. 242 с.

55. Піонтковська Д.В. Психологічні особливості розвитку національної ідентичності студентської молоді. Дис. канд. психол. наук. Національний університет «Острозька академія»,Острог. 2024. 195 с.

56. Психологу для роботи. Діагностичні методики: збірник / (уклад.: М.В. Лемак, В.Ю. Петрище). – Вид. 2-ге, виправл. – Ужгород: Вид-во Олександра Гаркуші, 2022. - 616 с.

57. Психологічна служба : підручник / [А. Г. Обухівська та ін.] ; за наук. ред. В. Г. Панка ; Нац. акад. пед. наук України, Укр. наук.-метод. центр практ. психології і соц. роботи, Всеукр. асоц. практикуюч. психологів. К. : Ніка-Центр, 2024. 362 с.

58. Пилипенко Н.М. Адаптація особистості до життєвої кризи. *Журнал практикуючого психолога*. 2020. № 6 С. 140-146.

59. Психологія життєвої кризи / Відп. ред. Т.М. Титаренко. К.: Агропромвидав України, 2020. 348 с.

60. Поторій Я.І. Особливості ціннісно-мотиваційної сфери студентів. *Практична психологія та соціальна робота*. 2022. №2. С.36-40.

61. Продан О.О. Розгляд психологічних чинників, які впливають на

самоусвідомлення сучасної молоді. Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. *Проблеми сучасної психології*. 2023. Випуск 20. С.554-565.

62. Пек М. С. Нехожені стібки. Нова психологія кохання, традиційних цінностей та духовного зростання / М. С. Пек; пров. з англ. Н.М. Михайлова. – К.: Аваценна, Юніті, 2021. – 301 с.

63. Рождественський Ю.Т. Динаміка ціннісно-сміслової сфери особистості в умовах екзистенціальної кризи: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». К., 2021. 20 с.

64. Роль сім'ї у формування здорового способу життя дітей та молоді / [П.П.Яременко, О.М.Балакіреєва, Г.В.Беленька та ін.]. К.: Укр. ін-т соц. досл., 2024. 196с

65. Сидоренко А.В. Фактори, що визначають готовність студентської молоді до сімейного життя. Київ: Теоретичні та прикладні проблеми психології., 2023. С. 243 – 247

66. Сисоєва, С. О. Психологія та педагогіка : підруч. для традиційної та дистанційної форм навчання / С.О. Сисоєва, Т.Б. Поясок. К.: Міленіум, 2025. 520с.

67. Татенко В.А. Про «егологічний генезис» у Е.Гуссерля та проблему суб'єктних перетворень психіки в онтогенезі /В.А.Татенко//Психологія і суспільство. – 2021. - №4. – С.13-37.

68. Татенко В.О. Суб'єктно-вчинкова парадигма в сучасній психології / В.О. Татенко // Людина. Суб'єкт. Вчинок: Філософсько-психологічні студії / За заг. ред. В.О. Татенка. — К.: Либідь, 2024. — С 316-358.

69. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. К.: Либідь, 2023. 376 с.

70. Титаренко, Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Т. М. Титаренко ; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології. Кропивницький :

Імекс-ЛТД, 2021. 160 с.

71. Федоренко Р.П., Мушкевич М.І. Психологія молоді людини родина. 2020. Луцьк: Вежа-Друк, 392 с.

72. Федоренко Р. П. Психологія сім'ї [Текст]: навч. посіб. / Раїса Петрівна Федоренко. - Луцьк: Вежа-Друк, 2025. - 364 с.

73. Хогенбум М. Поліаморія - кохання майбутнього / М. Хогенбум -BBC Future – 2022. URL: <https://www.bbc.com/ukrainian/vert-fut-39711263>

74. Шевченко, Н. Ф. Духовний потенціал сучасної молоді : монографія / Н.Ф.Шевченко, З.М. Шевчук ; Запоріж. нац. ун-т. Запоріжжя : Запоріж. нац. ун-т, 2024. 200 с.

75. Ямницький В.М. Життєва криза дорослого віку як мотиватор життєтворчої активності особистості. *Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова*. Психологічні науки. Серія 12. Випуск 6 (30). К., 2021. С. 7-15.

76. Юрченко В.М. Оцінні ставлення в педагогічній взаємодії /В.М. Юрченко //Освіта і управління. – Т.2. – 2021. - № 4. – С.91-98.

77. Antonovsky A., Bernstein J. Pathogenesis and Salutogenesis in War and Other Crises: Who Studies the Successful Copier? // Stress and coping in time of war: generalizations from the Israeli experience / Ed. N.A. Miiigram. N.Y.: Brunner/Mazel, 2009. P. 52-65.

78. Bandura A. Regulation of cognitive processes through perceived self - efficacy, DP № 25, 2000, p . 729.

79. Langle A. Das Sinnkonzept V. Frankls — ein Beitrag fur die gesamte Psychotherapie // Sinn, Sinnerfahrung, Lebenssinn in Psychologie und Psychotherapie / H.G. Petzold, I. Orth (Hg.). Bd.2. Bielefeld; Locarno: Aisthesis, 2004. S. 403-460.

80. Maddi S. R. Existential Neurosis // Current Personality Theory / Ed. R. Corsini. – Itasca: Peacock Books, 1979.