

Міністерство внутрішніх справ України
Львівський державний університет внутрішніх справ
Інститут управління, психології та безпеки
Кафедра теоретичної психології

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТІСНИХ МЕЖ У ПОДРУЖЖІ

Кваліфікаційна робота
здобувача вищої освіти
другого рівня
за спеціальністю 053 Психологія
Соломії ШАСТІНОЇ

Науковий керівник
доцент кафедри
теоретичної психології,
кандидат психологічних наук
Ольга БОРИСЮК

Рецензент:
завідувач кафедри
практичної психології,
кандидат психологічних наук
Галина ОДИНЦОВА

Кваліфікаційна робота допущена до захисту
«__» _____ 2022 р., протокол №_____
Завідувач кафедри теоретичної психології,
доктор психологічних наук, професор
_____ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**

ЗМІСТ

ВСТУП	3
Розділ 1. ТЕОРЕТИКО–ПРИКЛАДНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТІСНИХ МЕЖ ОСОБИСТОСТІ	6
1.1 Концептуальні підходи до вивчення особистісних меж	6
1.2 Умови та детермінанти формування особистісних меж у подружжі.....	12
1.3 Особистісні та соціальні фактори формування меж.....	18
1.4 Чинники впливу на особистий простір	25
Висновки до Розділу 1.....	27
Розділ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТІСНИХ МЕЖ У ПОДРУЖЖІ	29
2.1. Процедура проведення дослідження та опис методик.....	29
2.2. Інтерпретація результатів емпіричного дослідження	33
2.2.1 Результати описової статистики.....	33
2.2.2 Результати порівняльного аналізу за t – критерієм Стьюдента.....	46
2.2.3. Результати кореляційного аналізу Пірсона.....	51
2.2.4. Результати факторного аналізу.....	53
Висновки до Розділу 2.....	63
ВИСНОВКИ	65
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	68
ДОДАТКИ	

ВСТУП

Проблема формування особистісних меж власного «Я» у стосунках є значущою для кожного індивіда, оскільки пов'язана із системою його ідентичності, що виконує регулюючу функцію у процесі його формування та розвитку. У свою чергу формування особистісних меж є необхідністю для зрілої та здорової особистості, оскільки є запорукою збереження її автентичності, умовою успішної адаптації, безпеки та здатності багатогранного прояву власного «Я».

Наявність здорових особистісних меж у подружжя - основа здатності створювати спільне сімейне буття та встановлювати комфортні правила спільного співіснування, поважаючи і не зазіхаючи на «територію» партнера.

Адекватна побудова особистісних меж у подружжі важлива для рівноправної взаємодії між ними, розподілу відповідальності та для захисту власного «Я». Збереження власних особистісних меж в шлюбі є умовою підтримання рівноваги між прагненням до злиття і відчуження. Побудова зовнішніх і внутрішніх кордонів є важливим процесом конструювання ідентичності кожного з партнерів [19].

Тому очевидною є актуальність вибору теми дослідження, оскільки вивчення особливостей та закономірностей формування особистісних меж забезпечать цілісність та гармонійність функціонування кожного партнера у подружніх стосунках, успішну взаємодію, міжособистісну комунікацію та стабільність в сімейних стосунках.

Мета дослідження на основі теоретичного аналізу та емпіричного дослідження з'ясувати особливості формування особистісних меж у подружніх стосунках.

Відповідно до мети визначен **завдання дослідження** :

- Здійснити теоретичний аналіз закономірностей формування особистісних меж особистості.
- Охарактеризувати умови та специфіку формування особистісних меж у подружжі.

- Проаналізувати вплив факторів (особистісних та соціальних) на формування особистісних меж.
- Емпірично дослідити особливості, ступінь сформованості особистісних кордонів у подружжях.
- Окреслити основні шляхи розвитку особистісних меж у подружжі.

Об'єкт дослідження: особистісні межі як характеристика особистісного простору.

Предмет дослідження: особливості та закономірності формування психологічних меж у подружжі.

Гіпотези дослідження:

1) ймовірно, співзалежність є детермінантою формування специфіки меж у подружжі;

2) ймовірно, задоволеність власним шлюбом є важливим фактором формування гармонійних кордонів у стосунках;

3) ймовірно, існують відмінності та особливості формування особистісних меж у подружжі залежно від наявності дітей;

4) ймовірно, специфіка побудови здорових особистісних меж у подружжі значною мірою буде залежати від сформованості їхніх ціннісних орієнтацій.

Теоретико-методологічною базою дослідження слугують вітчизняні та зарубіжні наукові доробки вивчення особистісного простору та його меж (Г. Аммон, Л.Гримак, А. Журавльов, В. Москаленко, С. Нартова – Бочавер, Ф. Перлз, К.Уілбер, П. Федерн, С. Фішер), особливостей сімейних стосунків, міжособистісної комунікації подружжя (Б. Вайнхолд і Дж. Вайнхолд, Д. Віннікотт, В. О. Григор'єва, А. Драпак, Т. Леві, Г. Тимошенко).

Теоретична значущість дослідження. На основі теоретичного аналізу поглиблено та розширено знання щодо специфіки формування особистісних меж у подружжі, ролі співзалежності та ступеню задоволеності стосунками у розвитку меж.

Практична значущість дослідження полягає у використанні результатів емпіричного дослідження, базуючись на яких можна ефективно спрямувати

психокорекційну та психотерапевтичну роботи щодо формування особистісного простору та його меж у подружжя з метою забезпечення ефективності міжособистісної комунікації у подружжі, формування належного рівня суверенності і задоволеності шлюбом.

Методи дослідження. Для розв'язання поставлених завдань і перевірки гіпотез були використані методи теоретичного та емпіричного дослідження: систематизація, моделювання, опитування, тестування, якісний та кількісний аналіз даних за допомогою методів математичної статистики.

Емпіричне дослідження базувалося на використанні методик: тест «Кордони психіки», розроблений Е. Хартманном; шкала співзалежності Б. Вайнхолд і Дж. Вайнхолд; тест–опитувальник «Задоволеність шлюбом», розроблений В. Століном, Т. Романовою, Г. Бутенко; опитувальник «Суверенність психологічного простору» С. Нартова – Бочавер; методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча.

Структура роботи. Робота складається з двох розділів і висновків до них, розміщена на сторінках комп'ютерного набору. Включає 26 таблиць, 5 рисунків, джерела використаної літератури та додатки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО–ПРИКЛАДНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТІСНИХ МЕЖ ОСОБИСТОСТІ

1.1 Концептуальні підходи до вивчення особистісних меж

Вивчення проблеми психологічних меж особистості бере свій початок з робіт античних філософів, починаючи з Аристотеля. Історично поняття «кордону» досліджувалось в зв'язку з прикордонними станами особистості (між нормою і патологією) в психіатрії. Більш активні спроби досліджувати та описувати психологічні кордони були здійснені на початку ХХ ст.. психологами різних напрямків. Поняття меж увійшло в науковий обіг психології особистості з психоаналізу і описувалось як те, що ставлять перед людиною інші люди – перепони на шляху до задоволення потреб, а також – межі між внутрішніми структурами особистості (Воно, Я, Над-Я). Спочатку термін «психологічний кордон» було введено П. Федерном для позначення різної якості психічного змісту – усвідомлюваного або несвідомого [19].

П. Федерн [15], вважає кордон особистості «органом почуттів, який відрізняє те, що є частиною особистості в даний момент часу від всіх інших психічних елементів», вказуючи, що кордони особистості здатні стискатися і розширюватися.

Психологічний кордон, як певне поле взаємодії організму і середовища, визначає Ф. Перлз [21]. Він вважає, що контакт відбувається в той момент, коли «Я» вступає у відносини з «Іншим».

В. Москаленко описує внутрішні кордони особистості, як внутрішні невидимі межі, які захищають думки, почуття та поведінку [17]. Усвідомлення власних психологічних меж допомагає розуміти зони свого впливу, не брати на себе відповідальність за поведінку, почуття інших людей та не дозволяти маніпулювати собою.

Представники клінічного психоаналізу визначають психологічні кордони як сукупність уявлень людини про тілесну обмеженість і локалізованість свого тіла в навколишньому просторі. В процесі формуванні кордонів особистості важливою є роль матері.

Тілесно-енергійний підхід Т. Леві до розуміння психологічних меж людини передбачає наявність такої межі, яка з одного боку захистить психіку від руйнівних зовнішніх впливів, а з іншого боку пропустить необхідні для людини енергії [6].

Г. Тимошенко особисті кордони розуміє як критерій, за яким людина розрізняє своє і не своє, наприклад, свої почуття і чужі почуття, свої бажання чи чужі бажання і т.д. Коли кордони вибудовані, то відбувається усвідомлення критерію за яким людина робить це розрізнення [24].

М. Малер вважає, що формування меж дитини відбувається в процесі сепарації та індивідуалізації дитини з початку єдиної діади «мати–дитина» [15].

Е. Шамшікова [30, 31, 33] характеризує межі, як функцію особистості, що допомагає відділювати «своє», що можна контролювати, і «іншого» – того, що не належить мені.

Українські дослідники О. Григор'єва та А. Драпака вважають, що завданнями психологічних меж особистості є збереження самості в незмінному вигляді як запоруки збереження гармонійної особистості і досягнення стану особистого щастя і встановлення контактів з навколишнім світом. Психологічні межі підтримують і зберігають бажання, почуття, цінності та інше особистості при контакті з іншими. Кордони допомагають особистості диференціювати власні смисли від смислів оточуючих [8].

У найбільш узагальненому трактуванні психологічні кордони розуміють як сукупність свідомих або несвідомих правил поведінки, які людина створює для ідентифікації та підтримки власної особистості. Ці правила містять вказівки щодо того, як потрібно себе вести по відношенню до інших людей і що дозволено робити, якщо інші починають вторгтися в особистий простір людини.

Таким чином, підтримка «здорових» психологічних меж може трактуватися як один з необхідних життєвих навичок, що сприяють позитивній «Я–концепції» і вмінню спілкуватися з іншими, завжди зберігаючи самоповагу і почуття власної гідності. Кордони не тільки захищають людину від Іншого, вони також привчають його до сутностей, відмінних від себе, щоб потім встановити з ними зв'язок.

Проаналізувавши визначення особистісних меж особистості, можна зазначити, що вчені дещо розходяться у своїх поглядах, проте подібним є те, що межі захищають і допомагають виокремити думки, почуття, емоції та поведінку суб'єкта від інших людей. Психологічні кордони визначають особистість як неповторну та унікальну.

Аналізуючи особливості кордонів, Б. Вайнхолд і Дж. Вайнхолд виокремлюють такі чотири види:

- фізичні (наскільки близько в фізичному плані до нас можуть підійти інші люди та дозволяє суб'єкту демонструвати бажання вступити в фізичний контакт і показати кому він дозволяє це зробити);
- емоційні кордони (дозволяють диференціювати почуття, емоції та відношення особистості з іншими людьми);
- ментальні кордони (визначають те, як людина сприймає ієрархію власних цінностей, мотивів та смислів по відношенню до інших);
- духовні кордони (сприяють постійному розвитку сталості духовного об'єкта і любити себе безумовно) [26].

Е. Хартманн, яки ввів поняття «кордони в психіці» припускає, що всі люди, як правило, відрізняються товщиною своїх захисних бар'єрів та здійснив поділ на тонкі та товсті межі.

Він вважає, що в ранньому дитинстві кордони завжди тонкі й потовщуються до латентного періоду. Цей процес залежить від соціальних та біологічних факторів. Різниця товщини кордонів у дітей починає проявлятися у віці 3–4 роки.

Вчений запропонував розглядати кордони як широкий діапазон індивідуальних відмінностей, як вимірювані атрибути психіки, що першочергово ґрунтуються на нейробіологічних зв'язках. Ці індивідуальні якості володіють сталими характеристиками. Люди, яким характерні «тонкі кордони» є недовірливими, відкритими і вразливими в соціальних контактах, це творчі люди і у них відсутні стійкі захисні механізми, відсутня зв'язаність в самоідентичності. У них частіше бувають яскраві та цікаві сни. Протилежною якістю є «товсті кордони» і їхнім власникам притаманна чіткість в стосунках, вони легше

вступають в шлюб, присутня зв'язаність в самоідентичності та стабільне функціонування в цілому. Людини з дуже товстими межами психіки часто зазнають труднощів в контактах з оточуючими. У жінок спостерігається більша «тонкість» кордонів, ніж у чоловіків. Також є слабкий вплив віку: у літніх людей спостерігається тенденція більш товстих кордонів, ніж у молодих, тобто кордони з віком потовщуються [31].

Товщина захисного бар'єру впливає на гостроту сприйняття сигналів від органів почуттів. Наприклад, «тонкошкірі» частіше страждають від гучних звуків і яскравого світла. Такі люди можуть змінювати свої погляди, думки, переконання під впливом досвіду. У них часто і без явних причин змінюється настрій. Це необов'язково психічно нестійкі особистості і у них не спостерігається схильності до психічних хвороб. Проте наявність дуже тонких меж у особистості є небезпечним для неї [36].

С. Нартова–Бочавер вважає, що стан психологічних кордонів можна описати за наступними характеристиками: динамічними (контроль, регуляція, активність і «відчуття») та інструментальними (способи захисту меж «Я», а саме фізичні або вербальні, емоційні або раціональні та інші) [19].

Загалом, на думку науковців усі психологічні межі характеризуються:

- рухливість/ригідність (збільшення чи зменшення особистісного простору),
- звуження/розширення (зміна проникності) □ та селективність/неселективність.

Звуження особистісного простору можливо в разі збільшення «щільності» і відповідно, непроникності і жорсткості його кордонів, що може забезпечити збереження ядра особистості. Спровокувати таке самозаглиблення може соціальна дезадаптація, що усвідомлюється особистістю, травматичне вторгнення в особистий простір зовні і внутрішній конфлікт будь-якого походження.

Крайнім проявом ригідності особистісних кордонів можна вважати аутичну поведінку. Протилежна ситуація буде пов'язана з розширенням

психологічного простору особистості, збільшенням прозорості кордонів, і зменшенням їх селективності [8].

Якщо узагальнити сучасні дослідження психологічних меж, то можна виділити наступні функції: суб'єктність (кордони вирізняють, що є «Я» і де воно закінчується та що є «не-Я»); визначають особисту ідентичність людини (можливість до самовираження, самоствердження, не порушуючи власну і чужу особисту свободу); рівноправна взаємодія (найбільш зріла форма взаємодії розвивається саме на кордоні, де зберігається поділ партнерів і не порушується цілісність особистості), якщо ця функція не діє, то контакт змінюється на пасивну маніпуляцію, або агресивну неповагу до інших; селекція та захист (міцні кордони захищають від руйнівних впливів, спокус, залежностей, маніпуляцій), порушення цієї функції кордонів веде до розвитку у людини схильності до віктимізації і розвитку комплексу жертви. Остання функція – розподіл межі особистої відповідальності (оберігає від надмірної відповідальності та відмови приймати відповідальність) [19].

Т. Леві виділяє такі функції психологічних меж особистості:

1. Активно не пропускаюча – коли межа може не допускати певні зовнішні впливи, які ідентифікує як загрозові, шкідливі (людина може відштовхнути, сказати «ні»).

2. Проникна функція означає, що межа пропускає зовнішні впливи, якщо людина довіряє іншому, ідентифікується з ним. Кордон при цьому ніби «розчиняється», але людина не втрачає відчуття себе, своїх особливостей, переконань та інше.

3. Вбираюча функція – кордон «втягує» потрібне з навколишнього світу (особистість може просити про допомогу, задовольняти свої потреби).

4. Віддаюча функція – межа може пропускати внутрішні імпульси (людина виражає себе, свої емоції і почуття). Стримуюча – допомагає людині стримувати внутрішню енергію при необхідності.

5. Стримуюча функція дає можливість стримувати, «контейнерувати» внутрішню енергію, якщо це необхідно, адекватно до стану світу.

6.Спокійно нейтральна функція висловлює спокійний стан людини «не мотивованої до активної взаємодії зі світом «тут і тепер», в разі аналогічного стану світу.

У разі оптимально сформованого кордону особистість здатна змінювати характеристики кордонів за своїм бажанням та в залежності від стану навколишнього світу, що забезпечує взаємодію, цілком відповідну можливостям, мотивами і цінностями особистості.

Функції кордонів групуються щодо внутрішніх і зовнішніх імпульсів; контакту (пропускають) і відмови від контакту (не пропускають, розмежовують) [13].

С. Нартова–Бочавер вводить поняття «психологічна суверенність», що поєднує в собі поняття «контекст» і «кордони».

Суверенність визначається як здатність суб'єкта контролювати свій психологічний простір; як баланс між власними потребами і потребами інших; як стан психологічних меж особистості.

Суверенність – це засіб вираження особистої свободи людини і одночасно добровільне визнання свободи інших людей; щоб поєднувати і співвідносити різні інтереси, власне, і потрібні психологічні кордони.

Процес становлення суверенності, уточнення меж психологічного простору і одночасно їх зміцнення вчена називає суверенізацією особистості [19]. Помірна суверенність дає людині відчуття безпеки, тому можна очікувати більшої діалогічності, толерантності, гуманності у відносинах з іншими людьми [34].

О. Башкаєва розглядала розвиток суверенності не тільки в сімейному контексті, а й в більш широкому соціальному контексті. Вчена звернула увагу на те, що жителі мегаполісу можуть мати іншу, спотворену в порівнянні з жителями інших населених пунктів, структуру суверенності, оскільки живуть в умовах хронічних інформаційних і соціальних перевантажень[4].

Якщо людина переживає психологічні травми, знаходиться в умовах депривації базових потреб, то стати суверенною складніше. Коли не вибудовуються кордони – людина залишається вразливою, проте вона ще може

зміцнити свої особистісні межі. Якщо на життєвому шляху немає важких випробувань чи людина з ними успішно впоралась – це буде сприяти особистісному збереженню і надалі. Досвід благополучного проходження через ситуації виклику чи загрози закріплюється у вигляді звички, схильності і готовності діяти певним чином [19].

Слабкість особистісних кордонів призводить до того, що людина стає дуже вразливою до соціальних впливів, домагань на його особисту власність, територію, світогляд і навіть тіло. Інша сторона цієї уразливості – відсутність внутрішніх стримуючих сил перед вторгненням в психологічний простір інших людей, прихильність усупільненої «комунальної психіки», в якій не допускається нічого особистого. У психотерапевтичній практиці багато особистісних проблем часто пов'язують з несформованими межами. Тому деякі школи психотерапії пропонують і розробляють способи формування психологічних меж як у дітей, так і у дорослих.

Особисті межі у подружжі

Межі у стосунках – це межа допуску партнера в особисте людини. Говорячи про психологічні кордони у подружжі, ми звертаємо увагу на те, скільки партнери часу та сил приділяють на реалізацію власних бажань і задумів, а скільки на виконання мрій і завдань для коханих. Наскільки партнери вміють відстояти свої кордони, відмовляти без страху. І наскільки вміють висловлювати свої бажання та сподівання без помилкових почуттів провини і страху.

Межі у подружжі необхідні для рівноправної взаємодії між партнерами. Незрозумілі кордони сімейної системи провокують конфлікти.

Для того, щоб в стосунках панувала повага, подружжю необхідно знати місце розташування кордонів один одного, щоб випадково або навмисно не опинитися на чужій території та щоб розпізнавати, чи знаходяться вони на своїй території або за її межами [20].

Адекватні особистісні межі у подружжі допомагають швидше вирішувати конфлікти – якщо ми визначимо межі, то легко дізнаємося на чий території виникла проблема, з якою ми зіткнулися. Якщо партнери визначають кому що

належить, то їм відразу стане ясно, хто повинен нести за це відповідальність, а тоді й з'являється можливість щось виправити. Межі особистого простору допомагають пізнати свою свободу [12].

Т. Андрєєва вважає, що одною з ознак складних стосунків у сім'ї є недостатня особистісна зрілість одного або двох партнерів і як наслідок – нечіткі кордони між подружжям [2].

Для адекватної взаємодії людини з партнером важливо збалансований розвиток всіх функцій психологічних меж. Однак у багатьох випадках у розвитку функцій існує дисбаланс. Так, наприклад:

1. Розвиненість функцій контакту (пропускає функції кордону) істотно випереджає функції відмови від контакту (розмежовує функції).

2. Розвиненість функцій відмови від контакту істотно випереджає розвиненість функцій контакту.

3. Розвиненість функції стримування щодо внутрішніх імпульсів компенсує нерозвиненість функцій щодо зовнішніх імпульсів. Астенізація всіх функцій при розвитку функції стримування.

Таким чином, психологічні межі висловлюють стан Я та характеризуються перш за все рівнем активності та вектором руху від себе, або до себе. Оптимальна межа відповідає установкам, що не суперечить потребам і переживань Я. Такі установки прийнято називати позитивними особистісними установками, так як вони сприяють гнучкій і адекватній взаємодії людини з партнером, створюють умови, для того щоб «бути самим собою» у шлюбі.

Для теплої взаємодії особистості з партнером важливо володіння всім спектром варіантів зміни кордону. Жоден з варіантів не може бути апіорі правильним чи неправильним. Він може бути інтерпретований лише в контексті життєвої ситуації людини, стосунків, логіки його внутрішнього розвитку. Однак базовим варіантом кордону, що дозволяє людині бути гнучкою і адекватною, є здатність утримувати його в нейтральному стані, що відповідає переживанням спокою і впевненості в собі. Саме спокійний стан дозволяє людині бути максимально чутливою до себе і партнера [13].

Наявність кордонів, які б регулювали дистанцію між членами сім'ї, – це основа здатності створювати спільне сімейне буття. Тому виходить, що сімейне щастя – це результат поєднання індивідуальної потреби в близькості і її фактичного задоволення. Близькість між подружжям вимірюється часом, який вони проводять разом, частотою сексуальних контактів, кількістю спільних рішень і рівнем конфліктності [20].

Г. Клауд вважає, що шлюб будується і кордони партнерів у ньому будуються на свободі, відповідальності і любові [12]. Подружжя – це відносини, засновані на любові, що йде своїм корінням в свободу. Кожна людина вільна від іншої і вільна любити іншу. Там, де присутня реальна або уявна влада одного над іншим, немає місця любові. Любов існує лише там, де панує свобода, бо де її немає, там починається рабство. Де немає відповідальності, там починається залежність.

Умови розвитку особистісних меж у подружжі базуються на розвитку кордонів партнерів (наскільки встановлені кордони у кожного з партнерів), на схильності до співзалежності та попередніх моделях (як кордони були побудовані у батьківських сім'ях).

Для збереження адекватних меж у подружжі важливо, щоб партнери мали приватність та свою «територію».

С. Нартова–Бочавер вказує, що типові «затишні куточки» жінок – це ванна кімната, спальня, кухня, диван у вітальні, тобто місця, де можна посидіти, лягти і усамітнитись [20]. Для чоловіків – це майстерня, автомобіль, телевізор, комп'ютер – місця, де можна чимось займатись, щось робити.

Відсутність приватності має певні наслідки: чоловік, як правило, відокремлюється і знаходить таку територію, де його ніщо не обмежує, його життєвий шлях стає більш складним, але це не приводить, як правило, до невдач.

Для жінок відсутність свого місця, нерозділеного навіть з найближчими, фатально: її життя опиняється під загрозою повного розчинення в особистості чоловіка. Партнери повинні вміти не тільки відкривати кордони близьким, але і тримати їх закритими, коли потрібно.

Американський психолог І. Альтман, який досліджує проблеми приватності, також відзначав як специфічно людську особливість «когнітивну територіальність», або право на ідею. Не тільки на матеріальні предмети і територію може претендувати суб'єкт, але також і на ментальні явища – наука, мистецтво, авторські права, патенти, інші види авторства є для людини важливими. Інформаційна приватність визначається простим етикетом (не читати особистий щоденник чи влізати в поштову скриньку партнера).

Кордони у подружжі потрібно встановлювати не для когось, а для самого себе, бо єдина людина, поведінку якої ми можемо контролювати, є сама людина. Це має бути вимога, яку партнер може сам виконати («Якщо ти не зміниш свій тон, я вийду з кімнати») [12].

Ю. Курбаткіна з'ясувала, що надмірно близька дистанція в шлюбі шкідлива для самоактуалізації жінки, проте абсолютно не позначається на самоактуалізації чоловіка [13]. Якщо рішення про розлучення приймається чоловіком, то це частіше викликано тим, що він страждає від контролю, який сприймається як зайвий, в зв'язку з дуже маленькою психологічною дистанцією. Якщо ж не задоволена шлюбом дружина, то це частіше пов'язано з дуже великою дистанцією, що приводить до почуття покинутості та самотності.

Кількість часу, виділеного для коханої людини і загального з ним буття, стосується психологічних кордонів між партнерами. Час може витратитися не безпосередньо, а приділятися різним заняттям. Кількість часу відображає значимість цих стосунків для партнера. Наприклад, хтось стоїть в черзі за подарунком для партнера, хтось довго організовує спільну подорож – все це витрачений час на любов. Навіть якщо її не видно спостерігачам, вона є. Важливо для побудови адекватних меж, щоб подружжя знаходили час для себе, а не «віддавали» повністю партнеру [20].

Особистісні межі у подружжі розвиваються в руслі духу сім'ї, який проявляється в матеріальному бутті, але визначається він тим, що не відразу помічається гостями або зовнішніми спостерігачами, – особлива сімейна філософія.

Сімейна філософія – це те, що в першу чергу визначає життєстійкість сім'ї, спонукає до виборів, подвигів або терпінню. Вона базується на попередньому досвіді партнерів (батьківські сім'ї та моделі поведінки). Депривація життєвої філософії людини проявляється в тому, що близькі не тільки не розділяють, але і не визнають властиві суб'єкту цінності, вважають їх несуттєвими і ставляться до них без поваги, а суб'єкт не в змозі їх захистити через тонкі особисті кордони. Низька толерантність до ідеології партнера супроводжується психологічними травмами, стигматизацією, відлученням і вигнання з сім'ї, відсутністю наступності традицій, конфліктами і самотністю. Нездатність захистити власну ідеологію тягне залежність від чужого світогляду і втрату почуття авторства власного життя [20].

Розвиток безпечних кордонів у подружжі відбувається за умови суверенності партнерів. Суверенна особистість має більш високий рівень довіри до себе і партнера. Впевненість у своїй безпеці наділяє людину діалогічним ставленням до світу: її не лякає і не відвертає власна позиція партнера в спільну діяльність або спілкуванні, вона може задати питання або попросити, прийняти «ні» від іншої людини, не відчуваючи при цьому приниження і страху за свою гідність, в той час як відсутність суверенності нерідко поєднується з проявами деспотизму як деструктивної форми самоствердження і примітивного захисту [19].

Г. Клаудом [12] виведено закони для подружжю щодо збереження особистих меж:

- «що посієш, те й пожнеш» (всі дії мають наслідки);
- закон відповідальності (партнери відповідальні один перед одним, але не один за одного);
- закон влади (щось в владі людини, а щось ні (не у владі змінити інших));
- закон поваги (якщо людина хоче, щоб інші поважали її особистий простір, то теж повинна поважати простір іншого);
- закон спонукальних причин (партнери повинні мати можливість сказати «ні», якщо не можуть з усією щирістю сказати «так»);

- закон об'єктивної оцінки (члени подружжя повинні дати оцінку того болю, яку завдають іншим, проводячи кордон особистої власності); □ закон реакції (слід вживати заходів для вирішення виниклих проблем у відповідності з переконаннями, бажаннями і потребами);
- закон ініціативності (щоб закінчити щось, слід проявляти ініціативу, а не бути пасивним);
- закон відкритості (необхідно доводити до відома інших, де проходять межі особистого простору).

Отже, за умови усвідомлення та дотримання цих законів подружжя отримує чудовий шанс для цінних та довірливих стосунків та конструктивної взаємодії один з одним.

На основі аналізу теоретичних досліджень було побудовано гіпотетичну модель формування особистісних меж у подружжя (Рис.1.2.1.)

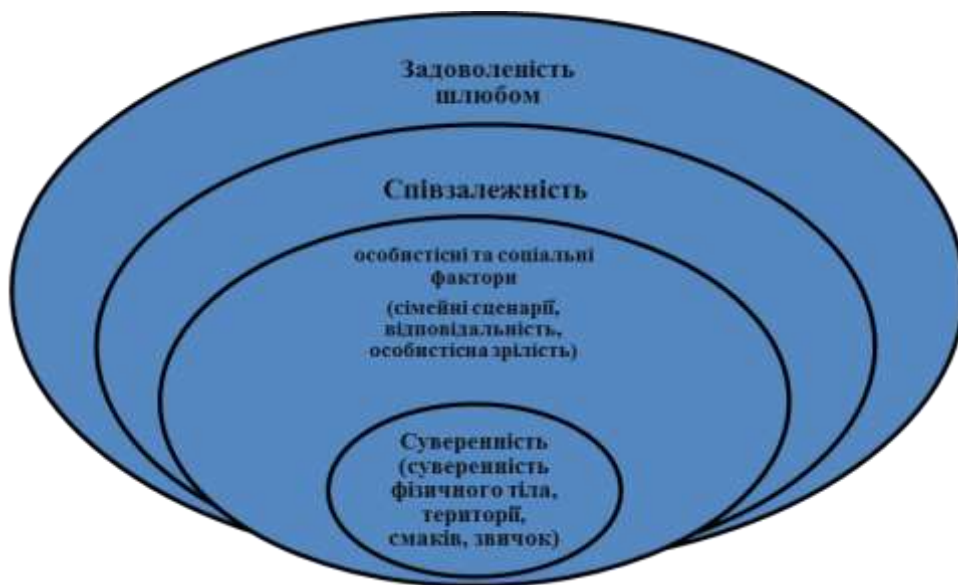


Рис. 1.2.1. Модель формування особистісних меж подружжя

В основу цієї моделі покладено формування суверенності як ключової характеристики особистісного простору в відповідно усіх видів суверенності (суверенність фізичного тіла, суверенність світу речей, суверенність звичок, суверенність соціальних зв'язків, суверенність цінностей), а також вплив особистісних та соціальних факторів на подальше формування суверенності з поступовим перетіканням у стосунки, в яких має місце (або відсутня співзалежність) і відповідно показником цього є задоволеність (незадоволеність) шлюбом.

1.3. Особистісні та соціальні фактори формування меж

Психологічні межі розвиваються та змінюються протягом усього життя, вони «вибудовуються» до оптимальної величини для кожного кордону так, щоб дозволити людині адекватно взаємодіяти зі світом і бути самим собою. Коли у особистості сформована оптимальна межа – це означає, що вона може пристосовувати та змінювати властивості своєї психологічної межі, в залежності від ситуації, забезпечуючи взаємодію зі світом, яка узгоджується зі своїми бажаннями і можливостями. Порушення або не сформованість функціонування кордону (наприклад, нездатність людини відмовити).

Т. Леві пов'язує з особливостями стосунку з навколишнім середовищем, утворенням негативних моторних установок чи внаслідок отриманої психологічної травми [14].

П. Бернхард вважає, що розвиток психологічних кордонів можна поділити на декілька етапів.

Перший етап починається з внутрішньоутробного розвитку, коли формуються фізичні кордони. Цей базовий вид психологічних меж дає розуміння і відмежування людини від навколишнього світу.

Наступний етап – розвиток енергетичних кордонів, створення особистого простору. Він формується в перші роки життя, коли дитина перебуває в процесі сепарації від значимих дорослих.

Третій етап розвитку кордонів починається, приблизно, з трьох років і включає в себе розвиток територіальних кордонів (дитина вчиться позначати та відстоювати свою територію). Остання фаза – це встановлення соціальних кордонів, які розвиваються шляхом ігор в групах однолітків [5].

Г. Аммон у питанні формування особистих меж важливу частину надає стосунку з матір'ю. Вчений виділяє в структурі особистості тілесне Я (соматична межа, почуття фізичного існування), яке починає формуватися з народження — дитина в перший час життя не сприймає себе окремо від матері, вона не розмежовує внутрішній світ і зовнішній, Я і не я. Мати сприймається як частина власного тіла, саме тіло не має ясних кордонів. Мати і дитина утворюють

психосоматичну єдність, вони живуть в симбіозі. У цій діаді підтримується життя дитини і створюється такий клімат, в якому дитина в тісному контакті з мамою поступово сприймає свої потреби та соматичні функції, щоб знайти почуття і усвідомлення власного тіла.

Тілесне Я висловлює ідентичність організму, унікальність відчуття дитиною свого тіла. У зв'язку з цим недостатній тілесний контакт між матір'ю і дитиною може порушити розвиток соматичного Я та сприяти порушенням ідентичності. Соматична межа Я дозволяє здійснити перше розрізнення зовнішнього світу і внутрішнього. Завдяки цьому, з одного боку, виникає «почуття Я» як сприйняття власного соматичного існування, з іншого ж — передумова для формування активної спрямованої комунікації.

Отже, на думку Г. Аммона, межі формуються в процесі тісного тілесного і емоційного спілкування з матір'ю через подолання симбіотичної єдності, яка приводить до відокремлення дитини від мами та відчуття себе окремою людиною. [1]

В особистісному розвитку оптимізація психологічних меж особистості досягається шляхом зміни «внутрішньої картини» рухів, тобто подолання «негативних моторних установок» [14].

В подружніх стосунках можуть виникати «злиття» партнерів, коли особистісні межі особистостей стають розмиті, нечіткі. Цей феномен можна розглядати в контексті розуміння любовної співзалежності.

Сучасні дослідження визначають співзалежність як причину розвитку дисфункціональних стосунків та міжособистісних конфліктів у парі. Такі відносини заважають повноцінному житті людини. Співзалежна особистість – це особа, яка залежна від людей з якими близько спілкується, від їхнього настрою, поведінки, хвороби, любові чи ненависті. Такі люди чітко не усвідомлюють свої психологічні межі. Співзалежність може виникати в стосунках у подружжі, якщо у партнерів не сформовані особистісні межі.

Співзалежність стосується не тільки окремих особистостей, а й суспільства в цілому, яке створює умови, що сприяють співзалежним відносинам. Співзалежні люди відчувають постійну потребу в схваленні оточуючих,

підтримують, принижуючі гідність, відносини і відчують себе безсилами щось змінити, не усвідомлюють своїх істинних бажань і потреб, не здатні переживати почуття справжньої близькості і любові. Фокус співзалежного завжди знаходиться зовні, а не всередині [25].

Кожна людина має певну концепцію самого себе, яка варіюється від дуже вузьких уявлень до широких і гнучних узагальнень. Саме ці кордони визначають поведінку індивіда [35]. Співзалежна особистість може мати викривлені уявлення про себе.

Не існує єдиного короткого визначення поняття співзалежності, що зумовлено складністю поняття.

Н. Артемцева [3] вважає, що співзалежна людина – це та, яка дозволяє поведінці іншої людині впливати на своє життя і одночасно намагається контролювати цю поведінку. Співзалежність, на її думку, це не окрема хвороба, а різновид невротичного внутрішньо особистісного конфлікту, який характеризується втратою «самості».

Співзалежна людина – та, яка повністю поглиненена тим, щоб управляти поведінкою іншої людини та зовсім не дбає про задоволення своїх власних життєво важливих потреб [16].

Співзалежність – це набута дисфункціональна поведінка, яка виникає внаслідок незавершеності одного чи більше завдань розвитку особистості в ранньому дитинстві; це набутий розлад, що є результатом затримки розвитку або пов'язане з розвитком «прилипання», яке можна вилікувати [25].

Д. Лоуренс [23] використовує термін «егоїзм на двох» для опису стосунків, які занадто розрослися. Як й інші форми адикцій, егоїзм на двох об'єднує людей, які не змогли досягнути самозавершення, яка би дала можливість пережити цілісність в собі самому. В результаті їх тягне до об'єкта – партнера, який може зміцнити й зробити безпечною їхню неглибоку чи фрагментовану частину. Вони потрапляють в пастку цього об'єкта, тому що він виконуючи стабілізуючу функцію, утримує їх від поширення зовні, де можна зустріти інших людей або зіткнутися з новими подіями. У міру посилення своєї неадекватності і ригідності,

кожен змушений ще більше повисати на іншому. Таким чином, вони тягнуть один одного в більш закриті, ізольовані відносини.

К. Хорні задовго до появи терміна співзалежності виділила схожий тип невротичної особистості – невротична особистість з домінуючим атитюдом «руху до людей»: підлеглий тип проявляє помітну потребу в любові і схвалення, а також специфічну потребу в партнера, друга, який повинен здійснити всі життєві очікування невротика і нести відповідальність за все, що відбувається, як погане, так і хороше, причому успішне маніпулювання партнером стає домінуючою завданням [29]. Така людина намагається пристосуватися до очікувань партнера. Особистість стає «неогоїстична», жертвуює собою. Життя стає орієнтоване в цілому на інших, тому часто внутрішні заборони перешкоджають робити щось для себе [27].

Співзалежний переживає потреби іншого як свої власні, ніби забуваючи про себе, в результаті чого втрачається «самість». У таких людей є почуття провини [3].

Співзалежні пари зустрічаються все частіше і довше, щоб зберегти безпечний стан. Вони буквально поселяються один в одному, вимагаючи все більш частішої взаємодії, поки не виявлять, що знаходяться постійно разом і не здатні перенести сепарації. Двоє людей зростаються до такої міри, що жоден з них не відчуває себе цілою людиною, будучи одним. Це розвиток толерантності в любовних відносинах. Любовний партнер повинен бути тут, щоб задовольняти глибоку, хворобливу потребу, інакше співзалежний починає відчувати біль нестачі. Його емоційна безпека настільки залежить від цього іншого індивіда, навколо якого він організував все своє життя, що бути позбавленим партнера – нестерпний удар для системи його існування. Якщо світ, побудований разом з партнером, зруйнований, то він відчайдушно намагається знайти якогось іншого партнера, щоб відновити штучну рівновагу [23]. Розмитість кордонів «Я» членів сім'ї, партнерів є однією з ознак дисфункціональної сім'ї [10].

Співзалежність дорослих людей виникає тоді, коли дві психологічно залежні людини встановлюють взаємовідносини один з одним. У такі взаємини кожен вносить частину того, що необхідно йому для створення психологічно

завершеної або незалежної особистості. Оскільки жоден з них не може відчувати і діяти абсолютно незалежно від іншого, у них виникає тенденція триматися один за одного, як «приклеєні» – увага кожного зосереджена на особистості партнера, а не на самому собі. У співзалежних стосунках кожен намагається встановити контроль над партнером, звинувачувати в своїх проблемах іншого [25]. Такі стосунки не розвалюються і найчастіше, навпаки, досить стабільні. Виконання умови бути нещасливим і є гарантія нерозривності такого союзу [28].

У результаті теоретичного аналізу, доведено, що передумовами і причинами виникнення співзалежності є спадкові фактори (наявність в сім'ї членів, які страждали залежностями або психічними хворобами).

Проте варто розуміти, що співзалежність – це не генетична особливість, а певний стиль і стереотип поведінки і реагування на виникаючі проблеми. По спадковості співзалежність не передається як генетичний матеріал, а через сімейні цінності, поведінку батьків, які особистість потім починає відтворювати, як способи вирішення проблем, які їй звичні з дитинства. Великий вплив має соціальний фактор – якщо людина виросла в неблагополучній, нездоровій, дисфункційній сім'ї (брак батьківської любові, емоційна холодність зі сторони батьків) в дорослому віці це провокує поведінку, при якій особистість буде прагнути задовільнити нестачу любові шляхом співзалежності. Наступною причиною виникнення співзалежності є особливості особистості (закритість емоційної сфери, інфантильність, схильність до маніпуляцій, ригідність мислення, невміння об'єктивно оцінювати реальність та розмитість особистісних кордонів).

Б. Вайнхолд і Дж. Вайнхолд [25] до основних симптомів співзалежності відносять: відчуття власної залежності від людей; відчуття перебування в пастці взаємин, які принижують та контролюють; низька самооцінка; потреба в постійному схваленні та підтримки з боку інших; відчуття свого безсилля щось змінити в деструктивних відносинах; потреба в алкоголі, їжі, роботі, сексі чи в інших зовнішніх стимуляторах для відволікання від своїх переживань; невизначеність психологічних меж; відчуття себе в ролі мученика; нездатність відчувати почуття істинної близькості і любові.

Н. Артемцева [3] вважає, що співзалежні люди приймають на себе певні соціальні ролі та діють за певними життєвими сценаріями. «Рятівники» – це люди, які намагаються вирішити справи та проблеми інших на шкоду собі, вони втрачають особистісну ідентифікацію в інших, ніби розчинаються в них. «Постійно згідні» особи з готовністю підкоряються іншим, не вміють відмовляти. Ці люди прагнуть надмірних досягнень, вони відчують порожнечу від втрати їх особистісного «Я» і намагаються заповнити цю втрату різними досягненнями. «Невдахи» – антипод попередньому сценарію, вони відчують внутрішню пустоту, мають низку самооцінку, надмірно сором'язливі, вважають себе неповноцінними, проте в суспільстві їх не сприймають як невдах. Наступна роль «Перфекціоністи», які відчують постійний страх зробити помилку, у них присутній постійний тягар прагнення до абсолюту і він тяжіє над ними до такої міри, що це може викликати депресію. «Жертви» – постійно жаліються і вважають, що ніщо та ніхто не може покращити їхнього становища, завжди уникають відповідальності за власні вчинки. «Мученики», на відміну від «жертв» живуть в мрійливому майбутньому, часто надмірно релігійні, також перекладають відповідальність на інших. «Раби» (пагубних звичок) – це трудоголіки, залежні від ігор, їжі та іншого. Остання соціальна роль – «Супермени» – це тип з яскраво вираженим неповноцінним особистісним «Я», що вважає себе найкращим. Вони можуть приймати різні рольові маски (егоїзму, самозакоханості хвастошів, хуліганства тощо).

Завдання стати окремим і автономним в стосунках означає, що партнери будуть в змозі відокремити себе від іншого та створити свої індивідуальні межі. Усвідомлення і створення особистих кордонів – це головні етапи в зціленні співзалежності, так як вони вимагають перебудови структури стосунків. Партнер, який отримує задоволення від симбіотичної динаміки (наприклад, коли всі його особисті потреби задовольняються іншим, хоча він сам в змозі піклуватися про себе), не буде бажати змін в стосунках та буде змушувати іншого відчувати себе винним, якщо партнер захоче відокремлення. Встановлення особистих кордонів може призвести до розпаду взаємин [25].

Зовнішні кордони співзалежних володіють сильною проникністю та неселективністю. Потреба бути прийнятим партнером змушує поступатися чимось не менш важливим для особистості. Натомість співзалежний отримує опіку, безпеку, прийняття, а також потурання власної безвідповідальності та інфантильності. Внутрішні психологічні кордони співзалежної особистості також досить розмиті і фрагментарні, слабке Его співзалежної особистості не володіє в достатній мірі рефлексивністю, яка б сприяла розумінню особистістю її індивідуальних цінностей, пріоритетів, почуттів, бажань. Тому і захистити їх стає неможливо, оскільки така людина і сама не обізнана, що їй необхідно відстоювати і реалізовувати перед обличчям іншого.

На шляху будівництва здорових інтимних відносин у подружжі, щоб любовної співзалежності не виникало, варто працювати над самооцінкою, незавершеними справами дитинства (робота з батьківською сім'єю), над почуттями, межами особистості, над минулими травмами, особистісним ростом та здоровою взаємозалежністю замість співзалежності.

1.4. Чинники впливу на особистий простір

Для успішного функціонування в суспільстві, для вирішення різних життєвих задач особистість повинна вміти гнучко реагувати на зміни, розширювати власні можливості, захищати позиції та встановлювати контакти з іншими людьми. Така особистість зуміє реалізувати себе та зберегти свою автономність і незалежність, не порушуючи при цьому особистого простору інших людей. Адаптивність поведінки і здатність встановлювати або, навпаки, обмежувати контакти з іншими людьми, пов'язана з феноменом психологічних меж особистості [6].

Головний особистий, життєвий простір — це і є сама особистість. С. Нартова–Бочавер вважає, що особисті межі людини відповідають межам її психологічного простору, який вона освоїла. Цей простір відрізняється від фізичного і включає в себе ряд властивостей.

Все, що знаходиться всередині простору особистості (будинок, речі, ідеї, думки, переживання, тіло, вчинки) людина проживає як свої — присвоєні або

створені нею самою, тому вони мають вартість. Через це іноді складно переїхати в інше місце, змінити свою думку чи ідеї — кожна така дія змінює частинку людини.

Все те, що знаходиться та виникає всередині психологічного простору особистість прагне контролювати й захищати. Це дає відчуття авторства по відношенню до свого життя. Якщо цього немає, то людина сприймає своє життя як вигадане кимось іншим, тому прагне знайти самореалізації у віртуальному середовищі чи “світах-заступниках” – в грі, алкогольній чи наркотичній залежностях, прагненню до авторитарної влади.

Наступна властивість психологічного простору — не кожна людина про нього замислюється і не кожна знає, що він обмежений. Простір є у кожного, але його неможливо вловити чи виміряти.

Найважливіша особливість психологічного простору — це цілісність кордонів. Якщо вони порушуються, людина прагне «залатати» дірки, при цьому, можливо, іншими засобами в порівнянні з тими, що призвели до порушення. Яка причина порушення меж? Вони можуть порушуватись всередині, коли виникає нова потреба. Також вони можуть зламуватись зовні, якщо потреба або залежність прищеплюється іншими. Практично, кожна потреба має прихований, символічний зміст, який універсальний: показати світу, що Я існую й мені багато чого потрібно. Тому в разі незадоволення однієї потреби можна спробувати задовольнити іншу, що часто допомагає. Вектор самоствердження зміщується з одного об'єкта на інший. В психоаналізі, коли мова йде про те, що почуття, адресовані одній людині, скеровуються на іншу, використовується поняття переносу, а об'єкт заступник називається перехідним об'єктом [20].

С. Нартова–Бочавер [18] визначає суб'єктом людину, яка володіє упередженим ставленням до буття, в якому вона існує і частиною якого вона є сама. Суб'єкт «прозорий» (природний) в стабільному стані та проявляє себе при зіткненні з об'єктом, який розпізнається йому як «інше». Між суб'єктом та «іншим» проходять кордони, які рухливі, можуть змінюватися і заявляють про себе наявністю проблемних і конфліктних ситуацій. Дозвіл цих ситуацій вносить

визначеність: у об'єкта або відбувається інтериоризація (це стає внутрішнім надбанням), або залишається чужим по відношенню до об'єкта.

В ході онтогенезу і особистісного розвитку суб'єктність приймає різний зміст, володіє стадіальністю і сензитивними періодами становлення. Дослідження вченої показали, що саме суб'єктність у всіх її проявах є механізмом розвитку та підтримки цілісності особистого простору. При цьому основою суб'єктності служить ідентифікація з власним тілом, привласнення особистих речей, встановлення контролю над особистою територією і тимчасовими звичками, прийняття відповідальності за коло соціальних зв'язків і систему цінностей. Іншими словами, психологічний, особистий простір — це форма розвитку і вираження суб'єктності людини.

Ключове місце в феноменології особистого простору займає стан його кордонів — фізичних і психологічних маркерів, які відокремлюють область особистого контролю та приватності однієї людини від такої галузі іншої [19].

У структурі особистого, психологічного простору С. Нартова-Бочавер виділяє шість вимірювань, які відображають фізичні, духовні та соціальні аспекти людського буття: фізичне тіло, територія, особисті речі, звички, соціальні зв'язки, смаки (цінності). Ці вимірювання вона виділила емпірично; вони виявляються найбільш часто, але простежуються не у всіх людей, причому можливе їх доповнення якимись іншими вимірами [18].

Висновки до Розділу 1

Огляд існуючих підходів до визначення поняття психологічних кордонів особистості у подружжі показав, що в основному вони стосуються зовнішніх кордонів людини, меж з іншими людьми. Проаналізувавши наукову літературу ми зробили наступні висновки:

Особистісні межі – це функція особистості, що допомагає відділювати «своє», що можна контролювати, і «іншого» – того, що не належить мені. Вони виконують низку специфічних функцій, проте найважливіші з них: суб'єктність; визначають особисту ідентичність людини; рівноправна взаємодія; селекція та захист; розподіл межі особистої відповідальності.

Виокремлюють такі види психологічних кордонів, як фізичні, емоційні, ментальні та духовні кордони.

У психологічних межах особистості виділяються якості: рухливість–ригідність, звуження–розширення та селективність–неселективність.

Розвиток психологічних кордонів можна поділити на декілька етапів: спочатку з'являються фізичні кордони, потім енергетичні кордони, наступні – територіальні та останні – це встановлення соціальних кордонів.

Межі у подружжі необхідні для рівноправної взаємодії між партнерами. Умови розвитку особистісних меж у подружжі базуються на розвитку кордонів партнерів (наскільки встановлені кордони у кожного з партнерів), на схильності до співзалежності та попередніх моделях (як кордони були побудовані у батьківських сім'ях).

Однією з особливостей розвитку меж у подружжі є співзалежність. Співзалежний переживає потреби іншого як свої власні, ніби забуваючи про себе, в результаті чого втрачається «самість». Причинами виникнення співзалежності є спадкові та соціальні фактори, особливості особистості (розмитість особистісних кордонів).

Головний особистий, життєвий простір — це і є сама особистість. Особисті межі людини відповідають межах її психологічного простору, який вона освоїла. Цей простір відрізняється від фізичного і включає в себе ряд властивостей: є обмеженим; все, що знаходиться всередині простору особистості (будинки, речі, ідеї, думки, переживання, тіло, вчинки) людина проживає як власне і прагне контролювати; кордони простору є цілісними.

Розділ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТІСНИХ МЕЖ У ПОДРУЖЖІ

2.1. Процедура проведення дослідження та опис методик

Мета емпіричного дослідження полягала у визначенні закономірностей розвитку і принципів особистісних меж у подружжі.

У дослідженні взяло участь 50 людей, серед яких 25 чоловіків (13 з яких мають дітей) та 25 жінок (13 з яких мають дітей) віком від 20 до 51 років.

В емпіричному дослідженні використано методики: тест «Кордони психіки», розроблений Е. Хартманном; шкала співзалежності Б. Вайнхолд і Дж. Вайнхолд; тест–опитувальник «Задоволеність шлюбом», розроблений В. Століном, Т. Романовою, Г. Бутенко; опитувальник «Суверенність психологічного простору» С. Нартова – Бочавер; методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча.

Проаналізуємо детальніше обрані методики.

Тест «Кордони психіки», розроблений Е. Хартманном. Мета даної методики полягає у визначенні товщини кордонів психіки (див. додаток А).

Респонденту пропонується бланк тверджень, який складається із вісімнадцяти рядків. Кожне твердження він має оцінити за шкалою: «А» – зовсім невірне, якщо твердження не співпадає з думкою респондента про себе; «В» – швидше невірне, ніж вірно; «С» – іноді; «D» – швидше вірно, ніж невірне; «Е» – це повністю відповідає мені.

Обробка результатів дослідження проводиться за схемою. За допомогою дешифратора проводиться оцінка кожної відповіді опитаного. При цьому за кожну відповідь, яка співпала з номером питання виставляється від 1 до 5 балів.

Результати сумуються і записуються до матриці та на основі цього визначається рівень товщини кордонів. При цьому, якщо набрано 35 балів, то цей рівень сформованості кордонів можна оцінити як середній, 50 і більше балів свідчать про тонкість бар'єрів, а 20 і менше балів – надто товсті кордони.

Шкала співзалежності Б. Вайнхолд і Дж. Вайнхолд. Мета даної методики полягає у визначенні ступеню вираженості співзалежної поведінки (див. додаток Б).

Респонденту пропонується бланк, який складається із двадцяти тверджень. Кожне твердження він має оцінити за шкалою: «1» – ніколи; «2» – іноді; «3» – часто; «4» – майже завжди.

Результати сумуються та інтерпретуються за шкалою. Якщо набрано 60–80 балів – це свідчить про дуже високий ступінь співзалежних моделей; 40–59 балів – високий ступінь співзалежних моделей; 30–39 балів – середній ступінь; якщо сума балів 20–29 балів, то це свідчить про малу кількість співзалежних моделей.

Тест–опитувальник «Задоволеність шлюбом», розроблений В. Століном, Т. Романовою, Г. Бутенко. Мета даної методики полягає у визначенні ступеня задоволеності шлюбом подружньої пари (див. додаток В).

Опитувальник є одновимірною шкалою, що складається з 24 тверджень, які належать до різних сфер: сприйняття себе і партнера, думки, оцінки, установки тощо. Кожному твердженню відповідають три варіанти відповіді. Опитуваному пропонується обрати один варіант відповіді до кожного твердження.

Порядок підрахунку проводиться за ключем: якщо обраний опитуваним варіант відповіді (а, б, чи в) збігається з наведеними у ключі, йому нараховується 2 бали; проміжний варіант (б) – 1 бал, якщо відповідь не збігається з наведеними у ключі – 0 балів. Потім підраховують сумарний бал. Можливий діапазон тестового бала – від 0 до 48. Високий бал свідчить про задоволеність шлюбом. При цьому за розподілом балів розрізняють такі сім'ї: 0–16 балів – абсолютно неблагополучні; 17–22 балів – неблагополучні; 23–26 балів – скоріше неблагополучні; 27–28 балів – перехідні; 29–32 балів – скоріше благополучні; 33–38 балів – благополучні; 39–48 балів – абсолютно благополучні [7].

Опитувальник «Суверенність психологічного простору» С. Нартова – Бочавер. Опитувальник складається з 80 питань, містить 6 субшкал і загальний показник суверенності психологічного простору (див. додаток Г).

Респоденту пропонується оцінити твердження тесту, який описує дитинство людини відповіддю «Так» – якщо це відповідає життю людини і відповіддю «Ні», якщо подібних ситуацій не траплялося. Порядок підрахунку проводиться за ключем і визначається суверенність або депривація особистості за шкалами:

–суверенність фізичного тіла (суверенність фізичного тіла (СФТ) констатується у відсутності спроб порушити соматичне благополуччя людини (забезпечена базова довіра до світу, самоприйняття, незалежність від змін середовища, можливість освоєння території), а депривація – в переживанні дискомфорту, викликаного дотиками, запахами);

–суверенність території (суверенність території (СТ) означає переживання безпеки фізичного простору на якому знаходиться людина (можливість контролювати соціальні контакти та захищатися від навколишніх вторгнень), а депривація –відсутність територіальних кордонів);

–суверенність світу речей (СВ – суверенність проявляється у повазі до особистої власності людини, яка в її розпорядженні (встановлення контакту з навколишнім світом). Депривація – невизнання права мати особисті речі людини);

–суверенність звичок (суверенність СП –це прийняття форми організації життя людини (позначення соціального статусу, розмежування права користування речами), а депривація – це насильницькі спроби змінити комфортний для суб'єкта розпорядок);

–суверенність соціальних зв'язків ((СС) суверенність означає право мати друзів і знайомих, які можуть не схвалюватися близькими (прийняття відповідальності, набуття особистої та соціальної ідентичності, встановлення відносин), а депривація – це контроль над соціальним життям людини;

–суверенність цінностей ((СЦ) суверенність включає свободу смаків і поглядів (забезпечення творчого підходу до свого життя, критичного ставлення до ідеологічних впливів та особистої відповідальності), а депривація – насильницьке прийняття неблизьких цінностей) [9].

Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча. Методика складається з двох етапів індивідуальної роботи з одним партнером і визначає ціннісні орієнтації особистості (див. Додаток Д).

Система ціннісних орієнтацій виділяє змістовну сторону спрямованості особистості та утворює основу її відносин до оточуючого світу, до інших людей, до себе, являється основою світогляду та ядром мотивації життєвої активності, основою життєвої концепції та «філософії життя». Методика вивчення зміни ціннісних орієнтацій М. Рокіча, заснована на прямому аранжуванні списку цінностей. М. Рокіч виділив 2 класи цінностей:

- термінальні – твердження про те, що якась кінцева ціль індивідуального існування варта того, аби до неї прагнути.
- інструментальні – твердження про те, що якийсь образ дій або якість особистості є кращими для неї у будь-якій ситуації.

Це розподілення належить до традиційного розділення на цінності–цілі та цінності–засоби. Респонденту пропонується два списки цінностей (по 18 у кожному) на аркушах в алфавітному порядку, або на картках. У списках людина присвоює кожній цінності ранговий номер, а картки розкладає по порядку за ступенем значенням цінностей для себе. Остання форма опитування (картками) дає більш надійні результати. Спочатку пропонується набір термінальних, а потім набір інструментальних цінностей.

Аналізуючи ієрархію цінностей, варто звернути увагу на їхнє угруповання досліджуваним у змістовні блоки за різними підставами. Так, виділяються «конкретні» і «абстрактні» цінності, цінності професійної самореалізації й особистого життя і т.д. Інструментальні цінності можуть групуватися в етичні цінності, цінності спілкування, цінності справи; індивідуалістичні і конформістські цінності, альтруїстичні цінності; цінності самоствердження і цінності прийняття інших осіб і т.д. Це далеко не всі можливості суб'єктивного структурування системи ціннісних орієнтацій. Важливо спробувати уловити індивідуальну закономірність. Якщо не вдається виявити жодної закономірності, можна припустити не сформованість у респондента системи цінностей або навіть нещирість відповідей [22].

Отже, у дослідженні взяло участь 50 людей, серед яких 25 чоловіків (13 з яких мають дітей) та 25 жінок (13 з яких мають дітей) віком від 20 до 51 років. В емпіричному дослідженні використано 5 методик (22 шкали).

2.2. Інтерпретація результатів емпіричного дослідження

Отримані результати емпіричного дослідження опрацьовалися кількісно та якісно. Для кількісної обробки отриманих результатів було використано пакет програми SPSS 23.0.

2.2.1 Результати описової статистики

Таблиця 2.2.1

Характеристика середніх значень психологічних показників

Характеристики	Кількість осіб	Мінімум	Максимум	Середнє	Станд. Відхилення
Кордони психіки	50	32,00	69,00	51,22	9,60
Співзалежність	50	7,00	56,00	21,42	9,95
Задоволеність шлюбом	50	24,00	48,00	40,72	4,94
Суверенність психологічного простору	50	-38,00	71,00	29,20	21,35
Суверенність фізичного тіла	50	-43,00	71,00	32,08	23,45
Суверенність території	49	-57,00	100	34,46	31,80
Суверенність світу речей	49	-47,00	82,00	33,41	24,05
Суверенність звичок	46	-46,00	92,00	33,41	28,60
Суверенність соціальних зв'язків	50	-29,00	100,00	38,00	35,96

Суверенність цінностей	48	-33,00	100,00	32,60	27,62
Цінності термінальні конкретні	50	1,00	10,00	5,66	2,71
Цінності термінальні абстрактні	50	1,00	12,00	6,82	2,69
Цінності термінальні професійна самореалізація	50	2,00	14,00	6,56	2,76
Цінності термінальні особисте життя	50	1,00	9,00	3,90	2,42
Цінності інструментальні етичні	50	1,00	14,00	5,98	3,50
Цінності інструментальні спілкування	50	2,00	14,00	6,76	3,02
Цінності інструментальні справи	50	2,00	14,00	6,88	2,47
Цінності інструментальні індивідуалістичні	50	1,00	13,00	8,52	3,03
Цінності інструментальні конформні	50	1,00	14,00	6,98	3,55
Цінності інструментальні альтруїстичні	50	1,00	15,00	9,30	3,43
Цінності інструментальні самоствердження	50	4,00	15,00	9,30	3,43
Цінності інструментальні прийняття інших	50	2,00	16,00	8,12	4,50

За результатами дослідження вираженість такої характеристики як кордони психіки: $M=51,22$, $SD=9,60$ знаходиться на критичному рівні у респондентів; співзалежність: $M=21,42$, $SD=9,95$ знаходиться на необхідному

рівні (мала кількість співзалежних моделей); задоволеність шлюбом: $M=40,72$, $SD=4,94$ теж перебуває на необхідному рівні (абсолютно благополучні сім'ї); суверенність психологічного простору: $M=29,20$, $SD=21,35$ перебуває на критичному рівні (знижений рівень); суверенність фізичного тіла: $M=32,08$, $SD=23,45$ відповідно також виражена на критичному рівні (знижений рівень); суверенність території $M=34,46$, $SD=31,80$ є на критичному рівні (знижений рівень); суверенність світу речей: $M=27,51$, $SD=24,05$ також на критичному рівні у респондентів (знижений рівень); суверенність звичок знаходиться на критичному рівні: $M=33,41$, $SD=28,60$ (знижений рівень); суверенність соціальних зв'язків: $M=38,00$, $SD=35,96$ та суверенність цінностей: $M=32,60$, $SD=27,62$ виражені на критичному рівні (знижений рівень) (див. Таблицю 2.2.1 та Рис. 2.2.1); цінності термінальні конкретні $M=5,66$, $SD=2,71$ знаходиться на необхідному рівні у респондентів (значимі цінності для досліджуваних); цінності термінальні абстрактні $M=6,82$, $SD=2,69$ знаходиться на середньому рівні у респондентів (байдужі цінності для досліджуваних); цінності термінальні професійна самореалізація $M=6,56$, $SD=2,76$ знаходиться на середньому рівні у респондентів (байдужі цінності для досліджуваних); цінності термінальні особисте життя $M=3,90$, $SD=2,42$ знаходиться на необхідному рівні у респондентів (значимі цінності для досліджуваних); цінності інструментальні етичні $M=5,98$, $SD=3,50$ знаходиться на необхідному рівні у респондентів (значимі цінності для досліджуваних); цінності інструментальні спілкування $M=6,76$, $SD=3,02$ знаходиться на середньому рівні у респондентів (байдужі цінності для досліджуваних); цінності інструментальні справи $M=6,88$, $SD=2,47$ знаходиться на середньому рівні у респондентів (байдужі цінності для досліджуваних); цінності інструментальні індивідуалістичні $M=8,52$, $SD=3,03$ знаходиться на середньому рівні у респондентів (байдужі цінності для досліджуваних); цінності інструментальні конформні $M=6,98$, $SD=3,55$ знаходиться на середньому рівні у респондентів (байдужі цінності для досліджуваних); цінності інструментальні альтруїстичні $M=7,70$, $SD=4,27$ знаходиться на середньому рівні у респондентів (байдужі цінності для досліджуваних); цінності інструментальні самоствердження $M=9,30$, $SD=3,43$

знаходиться на середньому рівні у респондентів (байдужі цінності для досліджуваних); цінності інструментальні прийняття інших $M=8,12$, $SD=4,50$ знаходиться на середньому рівні у респондентів (байдужі цінності для досліджуваних) (див. Таблицю 2.2.1 та Рис.

2.2.1).



Рис.2.2.1. Гістограма співвідношення середніх показників характеристик

Таблиця 2.2.2

Характеристика показників кордони психіки

Кордони психіки	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	26	52	52
Необхідний рівень	24	48	48
Всього	50	100,0	100,0

За результатами дослідження, характеристика кордони психіки виражена на критичному рівні у 26 досліджуваних, що становить 52%, на необхідному – 24 досліджуваних (48%). Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на критичному рівні (див. Таблицю 2.2.2).

Таблиця 2.2.3

Характеристика показників співзалежності

Співзалежність	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	26	52	52

Необхідний рівень	24	48	48
Всього	50	100,0	100,0

Виявлено, що характеристика співзалежність виражена на критичному рівні у 26 досліджуваних, що становить 52%, на необхідному – 24 досліджуваних (48%). Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на критичному рівні (див. Таблицю 2.2.3).

Таблиця 2.2.4

Характеристика показників задоволеність шлюбом

Задоволеність шлюбом	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	1	2,0	2,0
Необхідний рівень	4	8	8
Високий рівень	45	90	90
Всього	50	100,0	100,0

Результати дослідження показали, що характеристика задоволеність шлюбом виражена на критичному рівні у 1 досліджуваного, що становить 2%, на необхідному – 4 досліджуваних (8%) та на високому рівні – 45 досліджуваних (90%). Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на високому рівні (див. Таблицю 2.2.4).

Таблиця 2.2.5

Характеристика показників суверенність психологічного простору

Суверенність психологічного простору	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	38	76	76
Необхідний рівень	8	16	16
Високий рівень	4	8	8
Всього	50	100,0	100,0

За результатами дослідження, характеристика суверенність психологічного простору виражена на критичному рівні у 38 досліджуваних (76%), на необхідному рівні – 8 досліджуваних (16%) та на високому рівні – 4 досліджуваних, що становить 8% . Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на критичному рівні (див. Таблицю 2.2.5).

Таблиця 2.2.6

Характеристика показників суверенність фізичного тіла

Суверенність фізичного тіла	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	28	56	56
Необхідний рівень	21	42	42
Високий рівень	1	2	2
Всього	50	100,0	100,0

Встановлено, що характеристика суверенність фізичного тіла виражена на критичному рівні у 28 досліджуваних, тобто 56%, на необхідному рівні – 21 досліджуваних, що становить 42% та на високому рівні – 1 досліджуваний (2%). Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на критичному рівні (див. Таблицю 2.2.6).

Таблиця 2.2.7

Характеристика показників суверенність території

Суверенність території	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	31	62	63
Необхідний рівень	6	12	12,5
Високий рівень	12	24	24,5
Всього	49	98,0	100,0

За результатами дослідження, характеристика суверенність території виражена на критичному рівні у 31 досліджуваних (62%), на необхідному рівні – 6 досліджуваних (12%) та на високому рівні – 12 досліджуваних, що становить 24%. Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на критичному рівні (див. Таблицю 2.2.7).

Таблиця 2.2.8

Характеристика показників суверенність світу речей

Суверенність світу речей	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	34	68	69,8
Необхідний рівень	13	26	26,2
Високий рівень	2	4	4
Всього	49	98,0	100,0

Виявлено, що характеристика суверенність світу речей виражена на критичному рівні у 34 досліджуваних, тобто 68%, на необхідному рівні – 13

досліджуваних (26%) та на високому рівні – 2 досліджуваних, що становить 4%. Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на критичному рівні (див. Таблицю 2.2.8).

Таблиця 2.2.9

Характеристика показників суверенність звичок

Суверенність звичок	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	31	62	67,4
Необхідний рівень	6	12	13
Високий рівень	9	18	19,6
Всього	46	92,0	100,0

За результатами дослідження, характеристика суверенність звичок виражена на критичному рівні у 31 досліджуваних, що становить 62%, на необхідному – 6 досліджуваних (12%) та на високому рівні – 9 досліджуваних (18%). Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на критичному рівні (див. Таблицю 2.2.9).

Таблиця 2.2.10

Характеристика показників суверенність соціальних зв'язків

Суверенність соціальних зв'язків	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	29	58	58
Необхідний рівень	6	12	12
Високий рівень	15	30	30
Всього	50	100,0	100,0

Встановлено, що характеристика суверенність соціальних зв'язків виражена на критичному рівні у 29 досліджуваних (58%), на необхідному рівні – 6 досліджуваних (12%) та на високому рівні – 15 досліджуваних, що становить 30%. Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на критичному рівні (див. Таблицю 2.2.10).

Таблиця

2.2.11 Характеристика показників суверенність цінностей

Суверенність цінностей	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	33	66	78,5

Необхідний рівень	6	12	12,7
Високий рівень	9	18	18,8
Всього	48	96,0	100,0

За результатами дослідження, характеристика суверенність цінностей виражена на критичному рівні у 33 досліджуваних (66%), на необхідному рівні – 6 досліджуваних (12%) та на високому рівні – 9 досліджуваних, що становить 18%. Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на критичному рівні (див. Таблицю 2.2.11).

Таблиця 2.2.12

Характеристика показників цінності термінальні конкретні

Цінності термінальні конкретні	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Необхідний рівень	18	36	36
Високий рівень	32	64	64
Всього	50	100,0	100,0

За результатами дослідження, характеристика цінності термінальні конкретні виражена на необхідному рівні у 18 досліджуваних (36%) та на високому рівні – 32 досліджуваних, що становить 64%. Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на високому рівні (див. Таблицю 2.2.12).

Таблиця 2.2.13

Характеристика показників цінності термінальні абстрактні

Цінності термінальні абстрактні	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Необхідний рівень	29	58	58
Високий рівень	21	42	42
Всього	50	100,0	100,0

За результатами дослідження, характеристика цінності термінальні конкретні виражена на необхідному рівні у 29 досліджуваних (58%) та на високому рівні – 21 досліджуваних, що становить 42%. Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на необхідному рівні (див. Таблицю 2.2.13).

Таблиця

2.2.14 Характеристика показників цінності термінальні професійної самореалізації

Цінності термінальні професійної самореалізації	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	1	2	2
Необхідний рівень	23	46	46
Високий рівень	26	52	52
Всього	50	100,0	100,0

Встановлено, що характеристика суверенність соціальних зв'язків виражена на критичному рівні у 1 досліджуваних (2%), на необхідному рівні – 23 досліджуваних (46%) та на високому рівні – 26 досліджуваних, що становить 52% . Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на високому рівні (див. Таблицю 2.2.14).

Таблиця 2.2.15

Характеристика показників цінності термінальні особистого життя

Цінності термінальні особистого життя	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Необхідний рівень	9	26	26
Високий рівень	41	74	74
Всього	50	100,0	100,0

За результатами дослідження, характеристика цінності термінальні конкретні виражена на необхідному рівні у 9 досліджуваних (26%) та на високому рівні – 41 досліджуваних, що становить 74%. Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на необхідному рівні (див. Таблицю 2.2.15).

Таблиця 2.2.16

Характеристика показників цінності інструментальні етичні

Цінності інструментальні етичні	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	2	4	4
Необхідний рівень	19	38	38
Високий рівень	29	58	58
Всього	50	100,0	100,0

Встановлено, що характеристика суверенність соціальних зв'язків виражена на критичному рівні у 2 досліджуваних (4%), на необхідному рівні –

19 досліджуваних (38%) та на високому рівні – 29 досліджуваних, що становить 58% . Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на високому рівні (див. Таблицю 2.2.16).

Таблиця 2.2.17

Характеристика показників цінності інструментальні спілкування

Цінності інструментальні спілкування	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	3	6	6
Необхідний рівень	22	44	44
Високий рівень	25	50	50
Всього	50	100,0	100,0

Встановлено, що характеристика суверенність соціальних зв'язків виражена на критичному рівні у 3 досліджуваних (6%), на необхідному рівні – 22 досліджуваних (44%) та на високому рівні – 25 досліджуваних, що становить 50% . Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на високому рівні (див. Таблицю 2.2.17).

Таблиця 2.2.18

Характеристика показників цінності інструментальні справи

Цінності інструментальні справи	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Необхідний рівень	28	56	56
Високий рівень	22	44	44
Всього	50	100,0	100,0

Встановлено, що характеристика суверенність соціальних зв'язків виражена на необхідному рівні – 28 досліджуваних (56%) та на високому рівні – 22 досліджуваних, що становить 50% . Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на необхідному рівні (див. Таблицю 2.2.18).

Таблиця 2.2.19

Характеристика показників цінності інструментальні індивідуалістичні

Цінності інструментальні індивідуалістичні	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	2	4	4
Необхідний рівень	35	70	70
Високий рівень	13	26	26

Всього	50	100,0	100,0
--------	----	-------	-------

Встановлено, що характеристика суверенність соціальних зв'язків виражена на критичному рівні у 2 досліджуваних (4%), на необхідному рівні – 35 досліджуваних (70%) та на високому рівні – 13 досліджуваних, що становить 26% . Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на необхідному рівні (див. Таблицю 2.2.19).

Таблиця 2.2.20

Характеристика показників цінності інструментальні конформні

Цінності інструментальні конформні	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	4	8	8
Необхідний рівень	21	42	42
Високий рівень	25	50	50
Всього	50	100,0	100,0

Встановлено, що характеристика суверенність соціальних зв'язків виражена на критичному рівні у 4 досліджуваних (8%), на необхідному рівні – 21 досліджуваних (42%) та на високому рівні – 25 досліджуваних, що становить 50% . Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на високому рівні (див. Таблицю 2.2.20).

Таблиця 2.2.21

Характеристика показників цінності інструментальні альтруїстичні

Цінності інструментальні альтруїстичні	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	8	16	16
Необхідний рівень	19	38	38
Високий рівень	23	46	46
Всього	50	100,0	100,0

Встановлено, що характеристика суверенність соціальних зв'язків виражена на критичному рівні у 8 досліджуваних (16%), на необхідному рівні – 19 досліджуваних (38%) та на високому рівні – 23 досліджуваних, що становить 46% . Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на високому рівні (див. Таблицю 2.2.21).

Таблиця 2.2.22

Характеристика показників цінності інструментальні самоствердження

Цінності інструментальні самовираження	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	11	22	22
Необхідний рівень	24	48	48
Високий рівень	15	30	30
Всього	50	100,0	100,0

Встановлено, що характеристика суверенність соціальних зв'язків виражена на критичному рівні у 11 досліджуваних (22%), на необхідному рівні – 24 досліджуваних (48%) та на високому рівні – 15 досліджуваних, що становить 30% . Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на необхідному рівні (див. Таблицю 2.2.22).

Таблиця 2.2.23

Характеристика показників цінності інструментальні прийняття інших

Цінності інструментальні прийняття інших	Кількість осіб	Відсоток	Валідний відсоток
Критичний рівень	11	22	22
Необхідний рівень	19	38	38
Високий рівень	20	40	40
Всього	50	100,0	100,0

Встановлено, що характеристика суверенність соціальних зв'язків виражена на критичному рівні у 11 досліджуваних (22%), на необхідному рівні – 19 досліджуваних (38%) та на високому рівні – 20 досліджуваних, що становить 40% . Отже, у більшості досліджуваних дана характеристика знаходиться на високому рівні (див. Таблицю 2.2.23).

Кількісний аналіз результатів емпіричного дослідження, зокрема описової статистики свідчить про вираженість таких психологічних характеристик на необхідному рівні: співзалежність, задоволеність шлюбом, цінності термінальні конкретні та особисте життя і цінності інструментальні етичні. Виражені на середньому рівні у респондентів такі показники, як цінності термінальні: абстрактні, конкретні, професійна самореалізація; цінності інструментальні: спілкування, справи, індивідуалістичні, конформні, альтруїстичні, самоствердження, прийняття інших. Виражені на критичному рівні такі характеристики, як кордони психіки, суверенність психологічного простору,

суверенність фізичного тіла, суверенність території, суверенність світу речей, суверенність звичок, суверенність соціальних зв'язків та суверенність цінностей. Припускаємо, що критичні показники суверенності та кордонів психіки пов'язано з культуральними особливостями та менталітетом досліджуваних — порушувати кордони в сім'ї вважається звичним явищем та виховується терплячість і толерантність. Коли порушуються особисті кордони особистості, то складно відстоювати власні цінності й виявляється конформність як риса особистості.

2.2.2. Результати порівняльного аналізу за t – критерієм Стьюдента

Результати методик: тест «Кордони психіки», розроблений Е. Хартманном; шкала співзалежності Б. Вайнхолд і Дж. Вайнхолд; тест–опитувальник «Задоволеність шлюбом», розроблений В. Століном, Т. Романовою, Г. Бутенко; опитувальник «Суверенність психологічного простору» С. Нартова – Бочавер; методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча.

За результатом t – критерію Стьюдента, групування по ознаці наявності дітей у них, було виявлено такі показники (див. Табл.2.2): кордони психіки у жінок (X_1) – 52,1200, а у чоловіків (X_2) середнє значення – 50,3200; співзалежність X_1 – 23,5200, у X_2 – 19,3200; задоволеність шлюбом середнє значення X_1 – 40,7600, а у X_2 – 40,6800; суверенність психологічного простору в X_1 – 24,1600, а у X_2 – 34,2412; суверенність фізичного тіла X_1 – 26,7200, а середнє значення у X_2 – 37,4400; суверенність території в X_1 – 28,5000, а у X_2 – 40,2000; суверенність світу речей середнє значення X_1 – 32,1667, а у X_2 – 23,0400; суверенність звичок в X_1 – 35,5833, а у X_2 – 31,0455; суверенність соціальних зв'язків X_1 – 34,6000, а X_2 – 41,4000; суверенність цінностей в X_1 – 32,9130, а у X_2 – 32,3200; цінності термінальні конкретні в X_1 – 5,1200, а у X_2 – 6,2000; цінності термінальні абстрактні X_1 – 6,9600, а середнє значення у X_2 – 6,6800; цінності термінальні професійна самореалізація X_1 – 7,4800, у X_2 – 5,6400; цінності термінальні особисте життя X_1 – 4,5200, а у X_2 – 3,2800; цінності інструментальні етичні X_1 – 8,2400, а середнє значення у X_2 – 3,7200; цінності

інструментальні спілкування $X_1 - 5,9200$, у $X_2 - 7,6000$; цінності інструментальні справи $X_1 - 7,3200$, а у $X_2 - 6,4400$; цінності інструментальні індивідуалістичні $X_1 - 8,6000$, а середнє значення у $X_2 - 8,4400$; цінності інструментальні конформні $X_1 - 5,0800$, у $X_2 - 8,8800$; цінності інструментальні альтруїстичні $X_1 - 5,4000$, а у $X_2 - 10,0000$; цінності інструментальні самоствердження $X_1 - 10,0400$, у $X_2 - 8,5600$; цінності інструментальні прийняття інших $X_1 -$, а середнє значення у $X_2 - 10,8400$.

Отже, між чоловіками та жінками немає відмінностей, група не відрізняється по психологічних характеристиках. Це свідчить про те, що у досліджуваних немає статевої відмінностей у прояві та розвитку психологічних кордонів особистості та суверенністю психологічного простору, співзалежності у стосунках й задоволеністю власним шлюбом. Припускаємо, що це пов'язано з тим, що серед жінок зростає тенденція до андрогінності. Можливо, у жінок, які є представниками Нової поліції, враховуючи специфіку роботи, переважає маскуліність, що і зумовило відсутність статевої відмінностей.

Отже, між подружжям відповідно до наявності чи відсутності дітей у них немає відмінностей у показниках психологічних характеристиках кордони психіки, співзалежність, задоволеність шлюбом, суверенність психологічного простору та цінності термінальні: конкретні, абстрактні, професійна самореалізація та цінності інструментальні: етичні, спілкування, особисті справи, індивідуалістичні, конформні, альтруїстичні, самоствердження, прийняття інших, група не відрізняється по цих психологічних характеристиках. Можливо, це пов'язано з тим, що у сім'ях, де є діти, чітко розподілені ролі, присутня суверенність партнерів подружжя, тому наявність чи відсутність дітей не впливають на розвиток особистісних меж у подружжі (див.

Додаток Е.1).

Між подружжям є відмінності відповідно до наявності чи відсутності дітей у показнику цінності термінальні особисте життя. Можливо, з появою дитини для партнерів стають важливіші такі цінності, які відносять до групи цінностей термінальні особистого життя, а саме любов, наявність добрих і вірних друзів, свобода, задоволення та щасливе сімейне життя.

Таблиця

2.2.24 Психологічні характеристики кордони психіки, співзалежність, задоволеність шлюбом, суверенність психологічного простору та ціннісні орієнтації за t – критерієм Стьюдента

		N	Значення t – критерію	Рівень значимості p	Середнє значення
Кордони психіки	X ₁	26	0,300	0,765	51,6154
	X ₂	24			50,7917
Співзалежність	X ₁	26	-0,992	0,326	20,0769
	X ₂	24			22,8750
Задоволеність шлюбом	X ₁	26	0,756	0,453	41,2308
	X ₂	24			40,1667
Суверенність психологічного простору	X ₁	26	-0,199	0,843	28,6165
	X ₂	24			29,8333
Суверенність фізичного тіла	X ₁	26	-0,625	0,535	30,0769
	X ₂	24			34,2500
Суверенність території	X ₁	26	-0,922	0,361	30,3600
	X ₂	24			38,7500
Суверенність світу речей	X ₁	26	-1,186	0,241	23,6923
	X ₂	24			31,8261
Суверенність звичок	X ₁	26	-0,506	0,615	31,2609
	X ₂	24			35,5652
Суверенність соціальних зв'язків	X ₁	26	-0,634	0,529	34,8846
	X ₂	24			41,3750
Суверенність цінностей	X ₁	26	-1,038	0,305	28,6400
	X ₂	24			36,9130
Цінності термінальні конкретні	X ₁	26	-1,495	0,142	0,49405
	X ₂	24			0,58126
Цінності термінальні абстрактні	X ₁	26	0,593	0,556	0,53918
	X ₂	24			0,54479
Цінності термінальні професійна самореалізація	X ₁	26	-1,083	0,284	0,55937
	X ₂	24			0,54174
Цінності термінальні особисте життя	X ₁	26	-3,556	0,01	0,41022
	X ₂	24			0,46422

Цінності інструментальні етичні	X ₁	26	-1,256	0,215	0,66812
	X ₂	24			0,72933
Цінності інструментальні спілкування	X ₁	26	-1,008	0,318	0,55176
	X ₂	24			0,65932
Цінності інструментальні справи	X ₁	26	-0,327	0,745	0,43077
	X ₂	24			0,56786
Цінності інструментальні індивідуалістичні	X ₁	26	-1,077	0,287	0,58157
	X ₂	24			0,63131
Цінності інструментальні конформні	X ₁	26	-0,117	0,908	0,66082
	X ₂	24			0,77898
Цінності інструментальні альтруїстичні	X ₁	26	-0,275	0,784	0,78883
	X ₂	24			0,94277
Цінності інструментальні самоствердження	X ₁	26	1,879	0,066	0,69877
	X ₂	24			0,63077
Цінності інструментальні прийняття інших	X ₁	26	1,389	0,171	0,95189
	X ₂	24			0,81423

де X₁ – є діти у сім'ї, X₂ – немає дітей.

За результатом t – критерію Стюдента, групування по ознаці статі, було виявлено такі показники (див. Рис.2.2.2): кордони психіки у жінок (X₁) – 52,1200, а у чоловіків (X₂) середнє значення – 50,3200; співзалежність X₁ – 23,5200, у X₂ – 19,3200; задоволеність шлюбом середнє значення X₁ – 40,7600, а у X₂ – 40,6800; суверенність психологічного простору в X₁ – 24,1600, а у X₂ – 34,2412; суверенність фізичного тіла X₁ – 26,7200, а середнє значення у X₂ – 37,4400; суверенність території в X₁ – 28,5000, а у X₂ – 40,2000; суверенність світу речей середнє значення X₁ – 32,1667, а у X₂ – 23,0400; суверенність звичок в X₁ – 35,5833, а у X₂ – 31,0455; суверенність соціальних зв'язків X₁ – 34,6000, а X₂ – 41,4000; суверенність цінностей в X₁ – 32,9130, а у X₂ – 32,3200; цінності термінальні конкретні в X₁ – 5,1200, а у X₂ – 6,2000; цінності термінальні

абстрактні $X_1 - 6,9600$, а середнє значення у $X_2 - 6,6800$; цінності термінальні професійна самореалізація $X_1 - 7,4800$, у $X_2 - 5,6400$; цінності термінальні особисте життя $X_1 - 4,5200$, а у $X_2 - 3,2800$; цінності інструментальні етичичні $X_1 - 8,2400$, а середнє значення у $X_2 - 3,7200$; цінності інструментальні спілкування $X_1 - 5,9200$, у $X_2 - 7,6000$; цінності інструментальні справи $X_1 - 7,3200$, а у $X_2 - 6,4400$; цінності інструментальні індивідуалістичні $X_1 - 8,6000$, а середнє значення у $X_2 - 8,4400$; цінності інструментальні конформні $X_1 - 5,0800$, у $X_2 - 8,8800$; цінності інструментальні альтруїстичні $X_1 - 5,4000$, а у $X_2 - 10,0000$; цінності інструментальні самоствердження $X_1 - 10,0400$, у $X_2 - 8,5600$; цінності інструментальні прийняття інших $X_1 -$, а середнє значення у $X_2 - 10,8400$ (див. Додаток Е.2).

Між подружжям є відмінності відповідно до статі у показниках таких інструментальних цінностях, як прийняття інших, конформність, альтруїстичні, етичичні та цінностями термінальними, а саме професійна самореалізація. Можливо, це пов'язано з культуральними особливостями та вихованням: жінкам дозволено і у них виховуються такі якості та цінності, як бути конформними та приймаючими, альтруїстичними на противагу чоловікам — у яких культивується професійна самореалізація та етичні цінності.

Отже, між чоловіками та жінками немає відмінностей, група не відрізняється по таких психологічних характеристиках кордони психіки, співзалежність, задоволеність шлюбом, суверенність психологічного простору, цінності інструментальні: самоствердження, індивідуалістичні, справи, спілкування та такими цінностями термінальними, як особисте життя, абстрактні та конкретні цінності. Припускаємо, що це пов'язано з тим, що серед жінок та чоловіків зростає тенденція до андрогінності.



Рис.2.2.2. Гістограма співвідношення психологічних характеристик кордони психіки, співзалежність, задоволеність шлюбом та суверенність психологічного простору за t – критерієм Стьюдента

2.2.3. Результати кореляційного аналізу Пірсона

Кореляційний аналіз дозволив виділити ще декілька аспектів психологічних характеристик кордонів психіки, співзалежності, задоволеності шлюбом, цінностей та суверенність психологічного простору (див. Додаток Є).

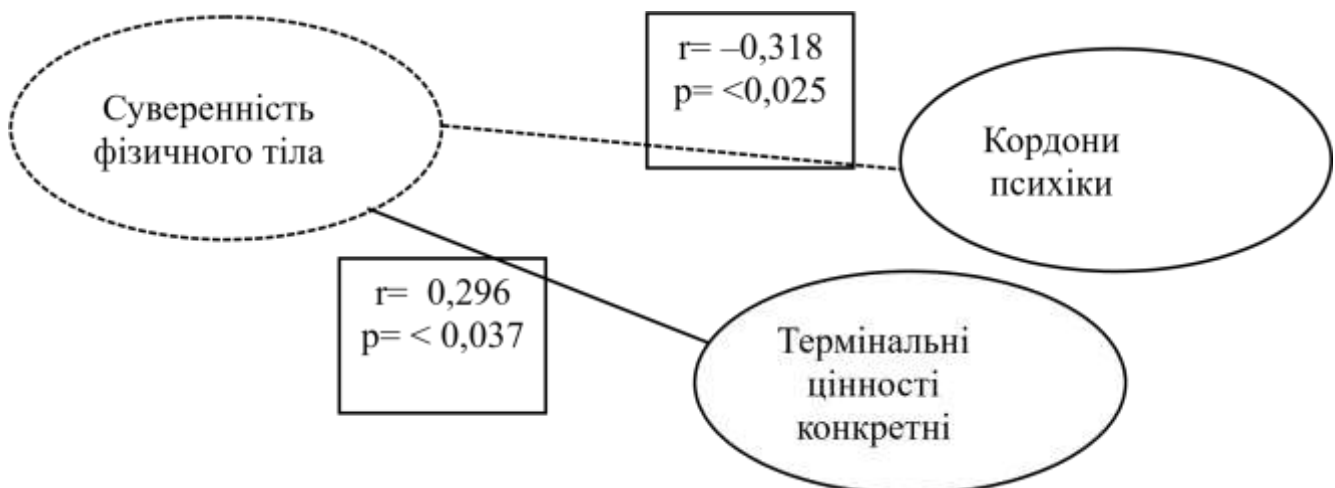


Рис.2.2.3 Плеяда кореляційних зв'язків між шкалами методики кордони психіки та суверенність психологічного простору

Цікавою є залежність (Рис.2.2.3), що чим більша виражена суверенність фізичного тіла, тим тонкіші кордони психіки та більш виражені термінальні цінності конкретні.

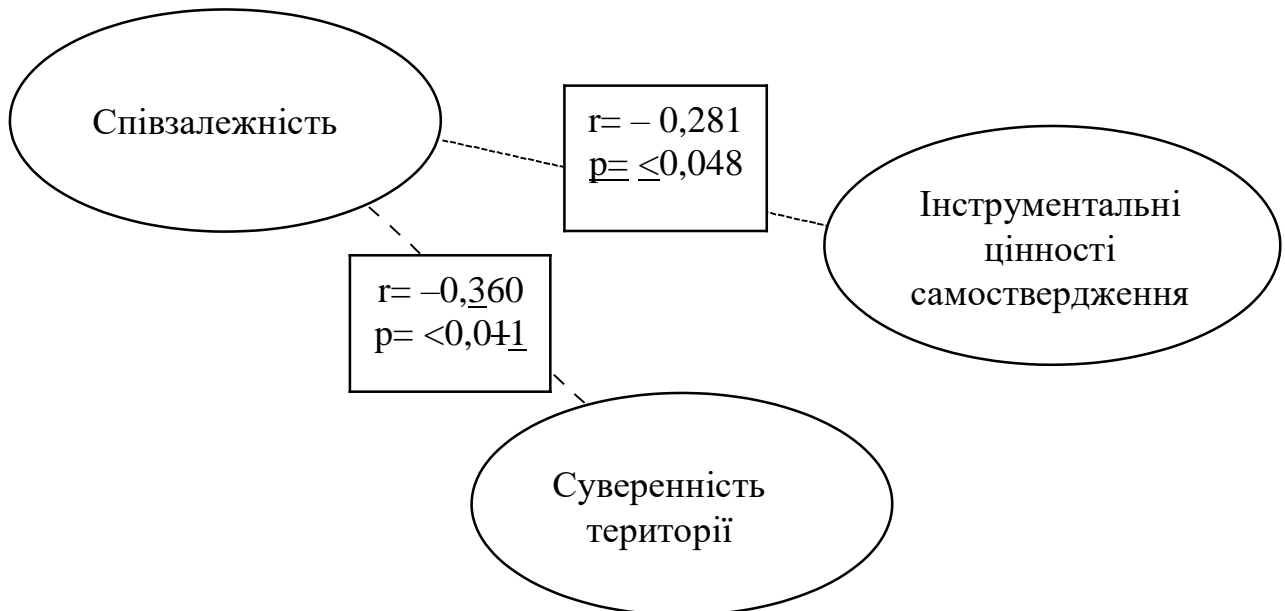


Рис.2.2.4 Плеяда кореляційних зв'язків між шкалами методики співзалежності та суверенність психологічного простору

Виявлені кореляційні зв'язки (Рис.2.2.4) засвідчили, що чим більша виражена співзалежність у поведінці, тим менше прояву суверенності території та інструментальних цінностей самоствердження.

Аналізуючи отримані результати в групі досліджуваних, варто зазначити, що простежується помірна взаємозалежність – збільшення співзалежності приводить до зменшення суверенності території, інструментальних цінностей самоствердження і навпаки. При співзалежності особистісні кордони особистості в подружжі стають розмиті, нечіткі. Неможливий розвиток безпечних кордонів у подружжі, коли партнери не є суверенними. Несуверенна особистість має низький рівень довіри до себе і партнера, її лякає власна позиція партнера в діяльності або спілкуванні, вона не може відмовити. Відсутність суверенності нерідко поєднується з проявами деспотизму як деструктивної форми самоствердження і примітивного захисту.

2.2.4. Результати факторного аналізу

Таблиця 2.2.25

Повна пояснена дисперсія за факторним аналізом (жінки)

Компонента	Вага	% Дисперсії	Кумулятивний %
1	4,680	21,275	21,275
2	4,641	21,097	42,371
3	2,766	12,571	54,942

4	1,754	7,972	62,914
5	1,693	7,694	70,607
6	1,631	7,415	78,022
7	1,430	6,500	84,522

Для скорочення числа змінних (редукція даних), визначення структури взаємозв'язків між змінними (класифікація змінних), встановлення непрямих ознак, що не піддаються безпосередньому вимірюванню, та перетворення початкових змінних до зручнішого для інтерпретації вигляду далі використано факторний аналіз. Результати, що отримано оброблені факторним аналізом. Визначено 7 факторів для жінок та 7 для чоловіків, кумулятивна сукупність якого складає понад 77% (див. Таблицю 2.2.25 та Таблицю 2.2.26). Для опису піддаємо фактори з дисперсією не менше ніж 5%.

Далі вказано вміст факторів, їх інтерпретація і назва, яка базується на розумінні отриманого результату (див. Додаток Ж і Додаток З):

Фактор 1. За першим фактором – *«Жіночий конформний тип з прагненням психологічного простору»* – наявні тісні зв'язки за такими шкалами: цінності інструментальні конформні (0,764), цінності інструментальні самоствердження (-0,707), цінності інструментальні справи (-0,670), суверенність психологічного простору особистості (0,661), цінності термінальні особисте життя (0,658), цінності інструментальні індивідуалістичні (-0,626), суверенність звичок (0,587), суверенність фізичного тіла (0,575), цінності інструментальні альтруїстичні (0,552), цінності інструментальні прийняття інших (0,539), співзалежність (0,345) та кордони психіки (-0,334).

Сукупність вказаних психологічних категорій свідчить про те, що даний тип жінок є конформними, які відрізняються у стосунках тим, що пристосовуються, підлаштовуються до партнера та приймають його. Вони можуть змінювати свої погляди, думки, переконання під впливом інших. У них сильний самоконтроль.

Їм комфортніше з кимось, ніж на самоті. Відчувають постійну потребу в схваленні оточуючих, підтримують, принижуючи гідність, відносини і відчувають себе безсилями щось змінити, не усвідомлюють своїх істинних

бажань і потреб, не здатні переживати почуття справжньої близькості і любові. Фокус завжди знаходиться зовні (на партнері), а не всередині (на собі).

Цей тип жінок є альтруїстками. Вони емоційні, відкриті та вразливі в соціальних контактах, творчі та нераціональні. Для них важливо реалізуватись в стосунках (особистому житті), мати щасливу сім'ю і багато друзів. Також для них важливо мати власний психологічний простір. Професійні здобутки та самоствердження не цікавлять такий тип жінок.

Фактор 2. За другим фактором – *«Жіночий суверенний професійно орієнтований тип з прагненням професійної реалізації»* – наявні тісні зв'язки за такими шкалами: суверенність території (0,775), суверенність світу речей (0,746), суверенність звичок (0,584), суверенність психологічного простору особистості (0,541), цінності інструментальні альтруїстичні (-0,524), цінності інструментальні індивідуалістичні (0,522), цінності термінальні професійна самореалізація (0,467) і цінності інструментальні справи (0,442), цінності інструментальні прийняття інших (-0,444) та цінності інструментальні конформні (-0,382), цінності термінальні особисте життя (-0,292).

Такий тип жінок є суверенними, з міцними особистісними межами. В стосунках вони стійкі, нонконформні — виявляють незгоду і заперечення партнеру, не миряться з недостатками. Перевагою цього типу є незалежність та раціональність, вони не намагаються сподобатись чи догодити. Недоліком таких жінок є те, що вони неприймають та не виявляють емпатії, розуміння до інших людей чи обставин. Для них пріоритетним в житті не є стосунки (любов, щаслива сім'я, наявність близьких друзів), а професійна самореалізація та розвиток (цікава робота, активне життя, суспільне визнання). Ці жінки сміливі, мають тверду волю.

Фактор 3. За третім фактором – *«Жіночий не суверенний комунікативний тип»* – наявні тісні зв'язки за такими шкалами: цінності інструментальні спілкування (0,861), цінності інструментальні етичні (0,789), цінності термінальні абстрактні (0,737), цінності термінальні конкретні (0,538), задоволеність шлюбом (-0,498), кордони психіки (0,434), цінності термінальні особисте життя (0,308) і суверенність соціальних зв'язків (-0,233).

Такий тип жінок є екстравертами. Вони активні в різних сферах життя. В стосунках не є суверенними, межі можуть бути не чіткі, стиратись. Не вміють контролювати свій психологічний простір; не мають балансу між власними потребами і потребами партнера. Для них важливо, щоб поруч з ними їхній чоловік почувався щасливим, незважаючи на те, що самі незадоволені власним шлюбом.

До партнера проявляють емпатію, терплячість, щирість. В стосунках для них важливі такі поняття, як любов, відповідальність та чесність. Вони емоційні та життєрадісні.

Фактор 4. За четвертим фактором – «Жіночий тип з тонкими кордонами» – наявні тісні зв'язки за такими шкалами: цінності термінальні конкретні (0,610), співзалежність (0,578), кордони психіки (-0,451), задоволеність шлюбом (0,364), цінності термінальні професійна самореалізація (0,362) та суверенність психологічного простору (-0,206).

Сукупність вказаних психологічних категорій свідчить про те, що даний тип жінок є не суверенними, які відрізняються у стосунках тим, що є вразливими. Це особи, які залежні від людей з якими близько спілкуються, а в першу чергу від своїх партнерів, від їхнього настрою, поведінки, хвороби, любові чи ненависті. Такі люди чітко не усвідомлюють свої психологічні межі.

Недоліком таких жінок є те, що вони повністю поглинені тим, щоб управляти поведінкою іншої людини — свого партнера та зовсім не дбають про задоволення своїх власних життєво важливих потреб. Для них важливе щасливе сімейне життя та наявність великої кількості друзів. Вони задоволені власним шлюбом і перевагою таких жінок є те, що вони бажають матеріального забезпечення, тому професійний розвиток та суспільне визнання для них також цінні.

Фактор 5. За п'ятим фактором – «Жіночий альтруїстичний тип з тонкими межами» – наявні тісні зв'язки за такими шкалами: цінності інструментальні альтруїстичні (0,444), цінності термінальні абстрактні (0,418), кордони психіки (-0,435) та суверенність соціальних зв'язків (-0,407), цінності термінальні особисте життя (-0,381) та цінності інструментальні самоствердження (0,348).

Дані зв'язки свідчать про те, що до даного типу належать жінки, які чутливі та жертівні у стосунках, для них важлива любов і щастя їхнього партнера. В них розмиті та нечіткі межі з іншими, можуть мати викривлені уявлення про себе та стосунки. У них відсутні стійкі захисні механізми, відсутня зв'язаність в самоідентичності. До партнера проявляють непримиренність до його недоліків. У жінок цього типу високі запити та очікування від партнера. Проте разом з тим у них немає високої потреби в стосунках в цілому.

Фактор 6. За шостим фактором – «*Жіночий контрзалежний тип*» – наявні тісні зв'язки за такими шкалами: цінності термінальні професійна самореалізація (0,526), співзалежність (-0,395), цінності термінальні особисте життя (0,325), задоволеність шлюбом (0,263), суверенність цінностей (-0,262) та цінності самоствердження (-0,206).

Для даного типу жінок характерним є “утікання від партнера”, емоційна холодність. Вони не діляться своїми переживаннями з партнером, не розмовляють на особисті теми, можуть уникати зустрічей та демонстративно проявляти увагу до іншої людини. Демонструють, що незалежні, ставлячи на перше місце роботу. Вони не суверенні, бо не мають адекватних меж в парі.

Фактор 7. За сьомим фактором – «*Жіночий суверенний неприймаючий тип*» – наявні тісні зв'язки за такими шкалами: задоволеність шлюбом (0,540), кордони психіки (0,467), цінності інструментальні прийняття інших (-0,326), співзалежність (0,272) та суверенність психологічного простору особистості (0,210). У такого типу жінок адекватні особистісні кордони — вони довіряють партнеру, їм притаманна чіткість в стосунках, вони легше вступають в шлюб, присутня зв'язаність в самоідентичності та стабільне функціонування в цілому, що є перевагою даного типу. Вони суверенні, мають власні межі, тому стосунки з такими жінками, як правило, гармонійні — вони включені в стосунки і в життя в цілому. Недоліком є те, що у них є свій вектор погляду на життя і якщо партнер з ним не погоджується, то можуть проявляти нетерпимість та впертість.

Узагальнюючи отримані результати, ми з'ясували, що екологічно відстоювати та будувати межі у стосунках мають підстави жінки з таким типом, як *жіночий суверенний неприймаючий тип* (вони довіряють партнеру, їм

притаманна чіткість та включеність в стосунки, вони мають власні межі, тому кордони в стосунках гармонійно вибудовуються).

Типи жінок, які матимуть труднощі у відстоюванні власних меж в шлюбі: *жіночий конформний тип з прагненням психологічного простору* (вони пристосовуються та підлаштовуються до партнера, відчують постійну потребу в схваленні, не здатні пережити почуття справжньої близькості і любові); *жіночий суверенний професійно орієнтований тип з прагненням професійної реалізації* (вони неприймають та не виявляють емпатії до партнера, кордони занадто товсті, для них пріоритетним в житті є не партнер, а професійна самореалізація, що може свідчити про дисбаланс у сферах контактів та діяльності); *жіночий не суверенний комунікативний тип* (в стосунках межі стираються, не мають балансу між власними потребами і потребами партнера, заміщують своє життя в сферу контактів); *жіночий тип з тонкими кордонами* (вони вразливі в стосунках, залежні від свого партнера, чітко не усвідомлюють свої психологічні межі, зовсім не дбають про задоволення своїх власних життєво важливих потреб); *жіночий альтруїстичний тип з тонкими межами* (у них немає високої потреби в стосунках в цілому, але до партнера одночасно жертівні і мають високі запити та очікування, можуть мати викривлені уявлення про себе та стосунки); *жіночий контрзалежний тип* (емоційно холодні, постійно “втікають” від партнера — демонструють, що незалежні, ставлячи на перше місце роботу, проте не мають адекватних меж).

Таблиця 2.2.26

Повна пояснена дисперсія за факторним аналізом (чоловіки)

Компонента	Вага	% Дисперсії	Кумулятивний %
1	3,503	15,923	15,923
2	3,034	13,791	29,715
3	3,023	13,739	43,464
4	2,521	11,461	54,915
5	2,198	9,992	64,907
6	2,183	9,924	74,831
7	1,191	5,414	80,245

Далі вказано вміст факторів, їх інтерпретація і назва, яка базується на розумінні отриманого результату (див. Додаток І і Додаток ІЇ):

Фактор 1. За першим фактором – «*Чоловічий суверенний нонконформний тип*» – наявні тісні зв'язки за такими шкалами: суверенність психологічного простору (0,899), суверенність території (0,758), суверенність фізичного тіла (0,685), суверенність цінностей (0,678), суверенність соціальних зв'язків (0,659), суверенність світу речей (0,616), цінності інструментальні конформні (0,580), цінності інструментальні індивідуалістичні (0,504), цінності інструментальні справи (0,457) та цінності термінальні професійної реалізації (0,398). Дані зв'язки свідчать про те, що до даного типу належать чоловіки, які є суверенними, з дуже чіткими межами в стосунках. У них є готовність, незважаючи ні на які обставини, діяти всупереч думці і позиції партнера, відстоювати прямо протилежну точку зору. Здатні чинити опір тиску, думати і діяти по-своєму. Як правило, такі чоловіки інтелектуальні, упевнені в собі і стійкі до стресів. У ряді випадків — мають прагнення чинити саме наперекір.

Вони незалежні та раціональні. Для них важлива професійна реалізація — цікава робота та розвиток. Вони ефективні в справах, акуратні в стосунках та в житті в цілому.

Фактор 2. За другим фактором – «*Чоловічий співзалежний альтруїстичний тип з прагненням до спілкування*» – наявні тісні зв'язки за такими шкалами: співзалежність (0,747), цінності інструментальні альтруїстичні (0,770), цінності інструментальні спілкування (0,762), цінності інструментальні самоствердження (-0,628), цінності інструментальні прийняття інших (0,519) і цінності термінальні конкретні (0,506).

Сукупність вказаних психологічних категорій свідчить про те, що даний тип чоловіків відчуває постійну тягу до об'єкта – партнера, який може зміцнити й зробити безпечною їхню неглибоку чи фрагментовану частину. Вони потрапляють в пастку цього об'єкта, тому що він виконуючи стабілізуючу функцію, утримує їх від поширення зовні, де можна зустріти інших людей або зіткнутися з новими подіями. У міру посилення своєї неадекватності і ригідності,

кожен змушений ще більше повисати на іншому. Таким чином, вони тягнуть один одного в більш закриті, ізольовані відносини.

Такі чоловіки з домінуючим атитюдом «руху до людей»: проявляють помітну потребу в любові і схвалення, тому дуже приймаючі, а також специфічну потребу в партнері, другові, який повинен здійснити всі життєві очікування такого чоловіка і нести відповідальність за все, що відбувається, як погане, так і хороше, причому успішне маніпулювання партнером стає домінуючою завданням. В стосунках намагаються пристосуватися до очікувань партнера, переживають потреби іншого як свої власні, ніби забуваючи про себе, стають «неегоїстичними», жертвують собою. Життя стає орієнтоване в цілому на інших. Така розмитість кордонів «Я» чоловік цього типу та їхніх партнерів, членів сім'ї, є однією з ознак дисфункціональної сім'ї.

Фактор 3. За третім фактором – «*Чоловічий суверенний тип не прагнучий до професійної самореалізації*» – наявні зв'язки за такими шкалами: суверенність звичок (0,620), цінності інструментальні справи (-0,663), цінності інструментальні індивідуалістичні (-0,594), цінності термінальні конкретні (0,538), цінності термінальні професійна самореалізація (-0,531), суверенність світу речей (0,501), цінності термінальні абстрактні (-0,473), співзалежність (0,399), суверенність психологічного простору (0,315). Даний тип чоловіків мають товсті кордони у стосунках — вони суверенні, фіксовані на собі. Така фіксація виробляє домінування холодної поведінки, вони часто показують свою байдужість.

Такі особи вважають себе самодостатніми людьми, які можуть вирішити будь-які проблеми самостійно. Це є перевагою, оскільки самодостатня особистість не перекладатиме відповідальність на партнера, але в цьому є й недолік, оскільки в таких стосунках немає місця свободі. Вони не вміють приймати слабкість або помилки партнера. Такі чоловіки обезцінюють, критикують і не дають партнеру виявляти ініціативу. Для них є неважливими професійна реалізація — цікава робота, активне життя, тому може бути дисбаланс у всіх сферах життя.

Фактор 4. За четвертим фактором – «*Чоловічий контрзалежний незадоволений шлюбом тип*» – наявні тісні зв'язки за такими шкалами: цінності термінальні особисте життя (0,706), задоволеність шлюбом (-0,512), цінності інструментальні прийняття інших (-0,481), цінності інструментальні індивідуалістичні (-0,461), співзалежність (-0,399), цінності термінальні абстрактні (0,398), суверенність фізичного тіла (0,369).

Для цього типу чоловіків є важливі стосунки, проте вони демонструють відсутність потягу до партнера і незадоволеність власним шлюбом — можуть максимально закриватись і не дозволяти йти на контакт із собою. Можна вважати, що ця якість швидше позитивна, ніж негативна, оскільки в цьому є щось про відстоювання власних кордонів але є важливе те, що такі люди не так відстоюють свої межі, а закриваються від контакту в цілому. У цьому є страх зближення, від чого сам спосіб захисту кордонів стає не способом захисту кордонів, а способом захисту себе від емоційної близькості з іншою людиною.

Фактор 5. За п'ятим фактором – «*Чоловічий професійно орієнтований тип*» – наявні тісні зв'язки за такими шкалами: суверенність цінностей (-0,522), цінності термінальні професійна самореалізація (0,467), цінності інструментальні самоствердження (0,416), суверенність світу речей (0,336), суверенність території (0,332), задоволеність шлюбом (-0,326). Дані зв'язки свідчать про те, що до даного типу належать чоловіки для яких важливим є професійна самореалізація — це освіченість, активна життєва позиція, постійний розвиток та продуктивне життя, цікава робота і суспільне визнання. Вони ефективні в справах та мають сміливість у відстоюванні своєї думки — контролюють власні соціальні контакти та захищають їх від навколишніх вторгнень. Можливо, це “утікання” в роботу, адже задоволеність шлюбом знаходиться на низькому рівні й це може свідчити про нереалізованість в сфері контактів.

В стосунках такі чоловіки виявляють незалежність, високі запити, непримиримість до недоліків партнера. Вони поважають власну особисту власність та партнера. Проте даний тип людей можуть приймати неблизькі їм цінності, що виключає творчий підхід до свого життя.

Фактор 6. За шостим фактором – «*Чоловічий суверенний задоволений власним шлюбом тип*» – наявні тісні зв'язки за такими шкалами: задоволеність шлюбом (0,612), цінності інструментальні етичні (-0,476), суверенність фізичного тіла (0,381), цінності інструментальні самоствердження (0,360), цінності термінальні особисте життя (0,281) та кордони психіки (0,262).

Сукупність вказаних психологічних категорій свідчить про те, що даний тип чоловіків відчуває задоволення власним шлюбом. Для них важливо реалізувати себе в сфері контактів — мати щасливу сім'ю, друзів і відчувати задоволення від спілкування та спільного часопроведення. У такого типу чоловіків вибудовані особистісні кордони. В них присутня базова довіра до світу, самоприйняття, незалежне від змін середовища та можливість освоєння території. Вони довіряють партнеру і легко вступають в шлюб, що є перевагою даного типу. Недоліком є те, що у них високі запити до партнера та дещо звужені погляди на життя і якщо партнер з ними не погоджується, то можуть проявляти нетерпимість та втрачати самоконтроль.

Фактор 7. За сьомим фактором – «*Чоловічий тип з тонкими кордонами і прагненням до спілкування*» – наявні тісні зв'язки за такими шкалами: кордони психіки (0,784), цінності інструментальні спілкування (0,255), суверенність соціальних зв'язків (0,249).

Вказаний тип чоловіків володіє тонкими межами в стосунках, тобто у них сильна проникність та неселективність. Потреба бути прийнятим партнером змушує поступатися чимось не менш важливим для особистості та бути терпеливим. Внутрішні психологічні кордони цих чоловіків також досить розмиті і фрагментарні, слабке Его не володіє в достатній мірі рефлексивністю, яка б сприяла розумінню особистістю її індивідуальних цінностей, пріоритетів, почуттів, бажань. Тому і захистити їх стає неможливо, оскільки така людина і сама не обізнана, що їй необхідно відстоювати і реалізовувати перед обличчям іншого. Для них важлива сфера контактів та встановлення відносин — в спілкуванні вони чуйні, чесні та відкриті. Суверенність соціальних зв'язків означає, що такі чоловіки відчувають право мати друзів і знайомих, які можуть не схвалюватися партнером.

Узагальнюючи отримані результати, ми з'ясували, що екологічно будувати межі у стосунках можуть чоловіки з таким типом, як *чоловічий суверенний задоволений власним шлюбом тип* (їм важливо відчувати задоволення від спільного часопроведення з партнером, у них чітко вибудовані особистісні кордони — вони довіряють партнеру та приймають себе).

Типи чоловіків, які матимуть труднощі у побудові меж в стосунках: *чоловічий суверенний нонконформний тип* (межі таких чоловіків занадто товсті, вони ригідні та не чуйні до свого партнера, у них перебільшення в сфері діяльності, а сфера контактів збіднена); *чоловічий співзалежний альтруїстичний тип з прагненням до спілкування* (постійно відчувають тягу до партнера з яким вони тягнуть один одного в більш закриті, ізольовані відносини, є «неегоїстичними» та жертвують собою); *чоловічий суверенний тип не прагнучий до професійної самореалізації* (такі чоловіки фіксовані на собі — домінує холодна поведінка, вони часто показують свою байдужість, не емпатійні та обезцінюючі); *чоловічий контрзалежний незадоволений шлюбом тип* (для них важливі стосунки, проте вони закриваються від контакту з партнером, мають страх зближення); *чоловічий професійно орієнтований тип* (вони “втікають” в роботу, ігноруючи стосунки, виявляють незалежність і високі запити, непримиримість до недоліків партнера); *чоловічий тип з тонкими кордонами і прагненням до спілкування* (межі таких чоловіків надто тонкі та проникливі, в стосунках вони чуйні, чесні й відкриті).

Отже, будувати гармонійні межі у стосунках можуть жіночий суверенний неприймаючий тип, які мають власні суверенні кордони, довіряють партнеру та включені в стосунки та чоловічий суверенний задоволений власним шлюбом тип, у яких також чітко вибудовані особистісні кордони, вони приймають себе та їм важливо відчувати задоволення від спільного часопроведення з партнером.

Висновки до Розділу 2

Кількісний аналіз результатів емпіричного дослідження, зокрема описової статистики свідчить про вираженість таких психологічних характеристик на необхідному рівні: співзалежність, задоволеність шлюбом, цінності термінальні конкретні та особисте життя і цінності інструментальні етичні. Виражені на середньому рівні у респондентів такі показники, як цінності термінальні: абстрактні, конкретні, професійна самореалізація; цінності інструментальні: спілкування, справи, індивідуалістичні, конформні, альтруїстичні, самоствердження, прийняття інших. Виражені на критичному рівні такі характеристики, як кордони психіки, суверенність психологічного простору, суверенність фізичного тіла, суверенність території, суверенність світу речей, суверенність звичок, суверенність соціальних зв'язків та суверенність цінностей.

Результати опрацьовані t – критерієм Стюдента показали, що за статевою ознакою у між подружжям є відмінності у показниках таких інструментальних цінностях, як прийняття інших, конформність, альтруїстичні, етичні та цінностями термінальними, а саме професійна самореалізація. Між чоловіками та жінками немає відмінностей, група не відрізняється по таких психологічних характеристиках, як кордони психіки, співзалежність, задоволеність шлюбом, суверенність психологічного простору, цінності інструментальні: самоствердження, індивідуалістичні, справи, спілкування та такими цінностями термінальними, як особисте життя, абстрактні та конкретні цінності.

Між подружжям відповідно до наявності чи відсутності дітей у них немає відмінностей у показниках психологічних характеристиках кордони психіки, співзалежність, задоволеність шлюбом, суверенність психологічного простору та цінності термінальні: конкретні, абстрактні, професійна самореалізація та цінності інструментальні: етичні, спілкування, особисті справи, індивідуалістичні, конформні, альтруїстичні, самоствердження, прийняття інших, група не відрізняється по цих психологічних характеристиках. Між подружжям є відмінності відповідно до наявності чи відсутності дітей у показнику цінності термінальні особисте життя. Отже, третя гіпотеза частково підтвердилась.

Кореляційний аналіз показав, що чим більша виражена суверенність фізичного тіла, тим тонкіші кордони психіки та більш виражені термінальні цінності конкретні. Також виявлені кореляційні зв'язки засвідчили, що чим більша виражена співзалежність у поведінці, тим менше прояву суверенності території та інструментальних цінностей самоствердження. Отже перша та четверта гіпотези підтвердились.

Факторний аналіз допоміг виділити 7 факторів для жінок та 7 для чоловіків. Будувати гармонійні межі у стосунках можуть жіночий суверенний неприймаючий тип, які мають власні суверенні кордони, довіряють партнеру та включені в стосунки та чоловічий суверенний задоволений власним шлюбом тип, у яких також чітко вибудовані особистісні кордони, вони приймають себе та їм важливо відчувати задоволення від спільного часопроведення з партнером. Отже, друга гіпотеза підтвердилась.

ВИСНОВКИ

За результатами теоретико-емпіричного дослідження формування особистісних меж у подружжі обґрунтовано особливості та закономірності їх формування.

Так, внутрішні кордони особистості – це внутрішні невидимі межі, які захищають думки, почуття та поведінку. Усвідомлення власних психологічних меж допомагає розуміти зони свого впливу, не брати на себе відповідальність за поведінку, почуття інших людей та не дозволяти маніпулювати собою. Психологічні межі особистості характеризуються це рухливістю/ригідністю (збільшення чи зменшення особистісного простору), звуженням/розширенням (зміна проникності) та селективністю/неселективністю.

Умови розвитку особистісних меж у подружжі базуються на розвитку кордонів партнерів (наскільки встановлені кордони у кожного з партнерів), на схильності до співзалежності та попередніх моделях (як кордони були побудовані у батьківських сім'ях).

В подружніх стосунках можуть виникати «злиття» партнерів, коли особистісні межі особистостей стають розмиті, нечіткі. Формування розмитих кордонів часто відбувається через співзалежність як причину розвитку дисфункціональних стосунків та міжособистісних конфліктів у парі. Співзалежність також може виникати в стосунках у подружжі, якщо у партнерів не сформовані особистісні межі. Співзалежна особа, як правило, повністю поглиненена тим, щоб управляти поведінкою іншої людини та зовсім не дбає про задоволення своїх власних життєво важливих потреб.

Емпіричне дослідження встановило, зокрема результати описової статистики свідчить про вираженість таких психологічних характеристик на необхідному рівні: співзалежність, задоволеність шлюбом, цінності термінальні конкретні та особисте життя і цінності інструментальні етичні. Виражені на середньому рівні у респондентів такі показники, як цінності термінальні: абстрактні, конкретні, професійна самореалізація; цінності інструментальні: спілкування, справи, індивідуалістичні, конформні, альтруїстичні, самоствердження, прийняття інших. Виражені на критичному рівні такі

характеристики, як кордони психіки, суверенність психологічного простору, суверенність фізичного тіла, суверенність території, суверенність світу речей, суверенність звичок, суверенність соціальних зв'язків та суверенність цінностей.

Результати опрацьовані t – критерієм Стюдента показали, що за статевою ознакою у між подружжям є відмінності у показниках таких інструментальних цінностях, як прийняття інших, конформність, альтруїстичні, етичні та цінностями термінальними, а саме професійна самореалізація. Між чоловіками та жінками немає відмінностей, група не відрізняється по таких психологічних характеристиках, як кордони психіки, співзалежність, задоволеність шлюбом, суверенність психологічного простору, цінності інструментальні: самоствердження, індивідуалістичні, справи, спілкування та такими цінностями термінальними, як особисте життя, абстрактні та конкретні цінності.

Між подружжям відповідно до наявності чи відсутності дітей у них немає відмінностей у показниках психологічних характеристиках кордони психіки, співзалежність, задоволеність шлюбом, суверенність психологічного простору та цінності термінальні: конкретні, абстрактні, професійна самореалізація та цінності інструментальні: етичні, спілкування, особисті справи, індивідуалістичні, конформні, альтруїстичні, самоствердження, прийняття інших, група не відрізняється по цих психологічних характеристиках. Між подружжям є відмінності відповідно до наявності чи відсутності дітей у показнику цінності термінальні особисте життя. Отже, третя гіпотеза частково підтвердилась.

Кореляційний аналіз показав, що чим більша виражена суверенність фізичного тіла, тим тонкіші кордони психіки та більш виражені термінальні цінності конкретні. Також виявлені кореляційні зв'язки засвідчили, що чим більша виражена співзалежність у поведінці, тим менше прояву суверенності території та інструментальних цінностей самоствердження. Отже перша та четверта гіпотези підтвердились.

Факторний аналіз допоміг виділити 7 факторів для жінок та 7 для чоловіків. Будувати гармонійні межі у стосунках можуть жіночий суверенний неприймаючий тип, які мають власні суверенні кордони, довіряють партнеру та

включені в стосунки та чоловічий суверенний задоволений власним шлюбом тип, у яких також чітко вибудовані особистісні кордони, вони приймають себе та їм важливо відчувати задоволення від спільного часопроведення з партнером. Отже, друга гіпотеза підтвердилась.

Таким чином, результати проведеного дослідження дають підстави твердити, що мету досягнуто і всі завдання виконано.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аммон, Г. Психосоматическая терапия. СПб.: Речь, 2000. 238 с.
2. Андреева Т. Семейная психология: учеб. пособие. Санкт-Петербург: Речь, 2004. 244 с.
3. Артемцева Н. Феномен созависимости: психологический аспект. Москва: РИО МГУДТ, 2012. 222 с.
4. Башкаева О. Последствия нарушения границ личного пространства жителей больших городов. Актуальные проблемы социальной коммуникации: материалы II Международной науч.-практич. конфер. Нижний Новгород, 2011. С. 60–62.
5. Березкина–Орлова В. Телесная психотерапия. Бодинамика. Москва: АСТ МОСКВА, 2011. 409 с.
6. Бисингалиева Ж. Исследование взаимосвязи психологических границ и суверенности психологического пространства. Мир науки. Педагогика и психология, 2019. №3 (7). С. 29.
7. Бондарчук О. Психологія сім'ї: курс лекцій. Київ: МАУП, 2001. 96 с.
8. Григор'єва О., Драпака А. Психологічні межі особистості та метод оцінки їх сформованості. Наука і освіта. 2013. (№ 1 – 2). С. 8 – 13.
9. Духновский С. Диагностика межличностных отношений. Психологический практикум. Санкт–Петербург: Речь, 2009. 141 с.
10. Жукова М., Запорожец В., Шишкина К. Психология семьи и семейного воспитания: конспекты лекций. Челябинск: Цицеро, 2014. 222 с.
11. Карабанова О. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. Москва: Гардарики, 2005. 320 с.
12. Клауд Г. Брак. Где проходит граница? Киев: Триада Принт, 2015. 336 с.
13. Леви, Т. Методика диагностики психологической границы личности. Вопросы психологии. 2013. (№ 1). С. 131–146.
14. Леви, Т. Психологическая граница как телесный феномен. Бюллетень АТОП. 2007. (№ 9). С. 51–68.

15. Марцинковская Т. Психологические границы: история и современное состояние. Мир психологии. 2008. (№ 3). С.55–62.
16. Москаленко В. Созависимость: характеристики и практика преодоления. Лекции по наркологии: навчально–практичний посібник. Москва: Медпрактика, 2001. С. 33.
17. Москаленко В. Когда любви слишком много: профилактика любовной зависимости. Москва: Психотерапия, 2010. 224 с.
18. Нартова-Бочавер С. К. Человек суверенный: опыт психологического исследования субъекта в его бытии. Монография.– М.: Питер, 2008.– 400 с.
19. Нартова–Бочавер С. Психология суверенности: десять лет спустя : монография. Москва: Смысл, 2017. 200 с.
20. Нартова–Бочавер С., Бочавер К., Бочавер С. Жизненное пространство семьи: объединение и разделение. Москва: Генезис, 2011. 320 с.
21. Перлз Ф. Практика гештальт–терапии. Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2005. 480с.
22. Рокич М. Методика "Ценностные ориентации". Большая энциклопедия психологических тестов / авт.-сост. А.А. Карелин. М: Эксмо, 2009. С. 26-28.
23. Стентон П., Бродски А. Любовь и зависимость: учеб. Пособие. Москва: Институт Общегуманитарных Исследований, 2005. 384 с.
24. Тимошенко, Г. Работа с телом в психотерапии: практическое руководство. М.: Психотерапия, 2006. – 480 с.
25. Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Освобождение от созависимости. Москва: Класс, 2015. 224 с.
26. Уайнхольд Б. Бегство от близости. Санкт–Петербург: Весь, 2011. 408 с.
27. Хорни К. Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза. Москва: Академический Проект, 2007. 224 с.
28. Хорни К. Женская психология. Москва: Академический Проект, 2009. 240 с.
29. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Москва:

Академический Проект, 2009. 208 с.

30. Шамшикова Е. Адаптация зарубежной методики «границы Я» Н. Браун. Мир науки, культуры, образования. 2009. (№ 4 (16)). С. 167 – 173.

31. Шамшикова Е., Вохова В. Теоретический анализ модели границ в психике Эрнста Харманна. Социокультурные проблемы современного человека: материалы IV Международной науч.-практич. конфер. Часть 1 / под ред. Н. Большуновой, О. Шамшиковой. Новосибирск: НГПУ, 2010. 550 с.

32. Шамшикова О., Волхова В. Психометрический анализ и стандартизация зарубежной методики «психологические границы личности» Э. Хартманна. Мир науки, культуры, образования. 2013. (№ 5 (42)). С. 243 – 248.

33. Шамшикова О., Шамшикова Е. Анализ топологических категорий психологического пространства человека в отечественной и зарубежной психологии. Социокультурные детерминанты и мотивационные основы развития личности: материалы Всеросс. науч.-практич. конфер., посвященной 80-летию доктора психологических наук В.Г. Леонтьева / Под ред. Н. Большуновой, О. Шамшиковой. Новосибирск: НГПУ, 2010. С. 251–263.

34. Шнейдер Л. Психология семейных отношений: курс лекций. Москва: Апрель–Пресс, 2000. 512 с.

35. Шнейдер Л. Семейная психология. Москва: Академический Проект, 2006. 768 с.

36. Hartmann, E. Boundaries in the Mind: A New Psychology of Personality. N.Y.: Basic Books, 1991.

ДОДАТКИ

Тест «Кордони психіки» Ернст Хартман.

Інструкція: Оцените верность каждого утверждения по отношению к себе по следующей шкале: А – совершенно неверно;

В – скорее неверно, чем верно;

С – иногда;

Д – скорее верно, чем неверно;

Е – это полностью относится ко мне.

- 1 Мои чувства незаметно перетекают одно в другое.
2. Мне очень легко вспомнить свои детские чувства.
3. Меня легко обидеть или задеть.
4. Много времени у меня уходит на мечты и фантазии.
5. В художественной литературе театре и кино я предпочитаю четкие сюжеты, имеющие определенное начало, середину и конец.
6. Хорошей организацией можно назвать только такую, в которой все четко представляют себе свои обязанности и ясно, кто за что отвечает.
7. Всему есть свое место, и все должно быть расставлено по своим местам.
8. Излишняя близость с другими людьми иногда меня пугает.
9. Хорошие родители – всегда немножко дети.
10. Я легко могу представить себя каким-нибудь животным.
11. Когда что-нибудь случается с близким мне человеком, я чувствую себя так, словно это случилось со мной.
12. Берясь за какую-то работу, я не люблю связывать себя планом действий, а во многом следую интуиции.
13. Персонажи моих снов часто переходят один в другой, оказываются другими людьми.
14. Часто мне кажется, что на меня влияют посторонние, таинственные силы.
15. Невозможно провести четкие границы между нормальными людьми, невротиками и просто сумасшедшими.
16. Я – человек приземленный, практичный, реалистичный.
17. По характеру я мог бы быть поэтом, художником, артистом.
18. Иногда я слышу, что кто-то зовет меня по имени, но оглянувшись не нахожу никого.

Шкала созависимости Б. и Дж. Уайнхолд

Инструкция: Вам предлагается оценить утверждения теста и поставьте цифры от 1 до 4 в скобки перед каждым вопросом насколько содержание утверждения относится к Вам: 1 — никогда

2 — иногда

3 — часто

4 — почти всегда

() Я склонен (склонна) брать на себя ответственность за чувства и/или поведение других людей.

() Я затрудняюсь идентифицировать свои чувства, такие как счастье, злость, смущение, уныние или возбуждение.

() Мне тяжело выражать свои чувства.

() Я испытываю страх или беспокойство при мысли о том, как другие отреагируют на мои чувства или поведение.

() Я свожу к минимуму проблемы и отрицаю или изменяю правду о чувствах или поведении людей, с которыми общаюсь.

() Мне трудно устанавливать или поддерживать тесные взаимоотношения.

() Я боюсь быть отвергнутым (отвергнутой).

() Я стараюсь добиваться во всем совершенства и сужу себя строго.

() Мне трудно принимать решения.

() Я склонен (склонна) полагаться на мнения других, а не действовать по своему усмотрению.

() Я склонен (склонна) ставить желания и потребности других людей на первый план.

() Я склонен (склонна) ценить мнение других людей выше своего собственного.

() Мое ощущение собственного достоинства идет извне, в зависимости от мнения или действий других людей, которые, как мне кажется, больше в этом разбираются.

() Я нахожу, что тяжело быть уязвимым (уязвимой) и просить о помощи.

() Я всегда подвергаюсь контролю или стремлюсь контролировать, и наоборот, всегда слежу за тем, чтобы никогда не оказаться ответственным (ответственной).

() Я слишком лоялен (лояльна) к другим, даже в том случае, когда эта лояльность не оправдывается.

() У меня привычка рассматривать ситуации по принципу “все или ничего”.

() Я очень толерантен (толерантна) к непоследовательности и смешанным поручениям.

() В моей жизни происходят эмоциональные кризисы и хаос.

() Я стараюсь искать взаимоотношения там, где чувствую себя “нужным” (“нужной”), и пытаюсь затем сохранять их.

ТЕСТ–ОПИТУВАЛЬНИК
“ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ШЛЮБОМ”
(В. Столін, Т. Романова, Г. Бутенко)

Інструкція. Уважно читайте кожне твердження і вибирайте один з трьох запропонованих варіантів відповідей. Намагайтеся уникати проміжних відповідей типу «важко сказати», «важко відповісти».

Текст опитувальника

1. Коли люди живуть так близько, як це спостерігається в сімейному житті, вони неминучевтрачають взаєморозуміння і гостроту сприйняття іншої людини: а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
2. Ваші подружні відносини приносять вам:
а) скоріше занепокоєння і страждання;
б) важко відповісти;
в) скоріше радість і задоволення.
3. Родичі і друзі оцінюють ваш шлюб:
а) як удалий;
б) щось середнє;
в) невдалий.
4. Якби ви могли, то змінили б щось у характері свого чоловіка (дружини): а) багато чого; б) важко сказати; в) нічого.
5. Одна з проблем сучасного шлюбу полягає в тому, що все набридає, у тому числі йсексуальні стосунки: а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
6. Коли ви порівнюєте своє сімейне життя із сімейним життям друзів і знайомих, вамздається, що ви:
а) більш нещасливі, ніж інші;
б) важко сказати;
в) щасливіші від інших.
7. Життя без сім’ї, близької людини — надто дорога ціна за цілковиту свободу: а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
8. Ви вважаєте, що без вас життя вашого чоловіка (дружини) було б неповноцінним: а) так; б) важко сказати; в) ні.
9. Сподівання більшості людей щодо шлюбу якоюсь мірою не справджуються: а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
10. Тільки безліч різних обставин заважає подумати вам про розлучення: а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.
11. Якби повернути час, коли ви одружувалися, то вашим чоловіком (дружиною) міг би стати:
а) хто завгодно, тільки не теперішній чоловік (дружина);
б) важко сказати;
в) можливо, що саме теперішній чоловік (дружина).
12. Ви пишаєтеся, що така людина, як ваш чоловік (дружина), поруч з вами: а) правильно; б) важко сказати; в) неправильно.

13. На жаль, недоліки вашого чоловіка (дружини) часто переважають його (її) достоїнства: а) правильно;
б) важко сказати;
в) неправильно.
14. Основні перешкоди для щасливого подружнього життя найімовірніше криються:
а) у характері вашого чоловіка (дружини);
б) важко сказати;
в) скоріше у нас обох.
15. Почуття, з якими ви одружувалися:
а) підсилилися;
б) важко сказати;
в) ослабли.
16. Шлюб знижує творчі можливості людини:
а) правильно;
б) важко сказати;
в) неправильно.
17. Можна сказати, що ваш чоловік (дружина) має достоїнства, що компенсують його (її) недоліки: а) так;
б) важко сказати;
в) ні.
18. На жаль, у вашому шлюбі не все гаразд з емоційною підтримкою один одного: а) правильно;
б) важко сказати;
в) неправильно.
19. Вам здається, що ваш чоловік (дружина) часто робить дурниці, говорить невлад, недоречно жартує: а) правильно;
б) важко сказати;
в) неправильно.
20. Життя в сім'ї, як вам здається, не залежить від вашої волі:
а) правильно;
б) важко сказати;
в) неправильно.
21. Ваші сімейні відносини не внесли в життя порядку й організованості, на які ви очікували:
а) правильно;
б) важко сказати;
в) неправильно.
22. Помиляються ті, хто вважає, що саме в сім'ї людина найменше може розраховувати на повагу:
а) правильно;
б) важко сказати;
в) неправильно.
23. Як правило, товариство вашого чоловіка (дружини) є для вас приємним: а) правильно;
б) важко сказати;
в) неправильно.
24. Щиро кажучи, у вашому подружньому житті немає і не було жодного світлого моменту: а) правильно;
б) важко сказати;
в) неправильно.

Опросник «суверенность психологического пространства» (С. К. Нартовой–Бочавер)

Инструкция: Вам предлагается оценить утверждения теста, который описывает детство человека. Если содержание утверждения относится к Вам, следует поставить галочку в ячейке, соответствующей «Да». Если в Вашей жизни подобных ситуаций не встречалось, поставьте галочку в ячейке, соответствующей «Нет». Если Вам трудно вспомнить, как было на самом деле, представьте себе наиболее вероятное положение дел. Этот тест не измеряет интеллектуальные способности, поэтому правильных или неправильных ответов не существует; каждый вариант встречается в реальной жизни. Постарайтесь не раздумывать долго, время заполнения теста – 20 минут. Спасибо!

Текст опросника

1. Случалось, что я был вынужден носить одежду, которая мне не нравилась.
2. Меня в детстве стригли, не спросив на то моего желания.
3. Я всегда имел уголок для игры, который мог обустроить по собственному вкусу.
4. Решение о проведении каникул и выходных чаще принималось без меня.
5. Уже в раннем детстве я отказывался носить неудобную одежду.
6. У нас было в порядке вещей, если родители переключали телевизор на свой канал, когда я его смотрел.
7. Часто мне приходилось терпеть, когда родственники тискали и целовали меня.
8. Даже в детстве я был уверен, что без меня никто не трогает мои игрушки.
9. Я всегда имел возможность поиграть дома в одиночестве, когда мне этого хотелось.
10. В детстве бывало, что я носил одежду, в которой чувствовал себя посмешищем, и боялся, что меня будут дразнить.
11. Я обижался, когда меня в порядке наказания шлепали или давали подзатыльники.
12. Я раздражался, если во время стирки мама вытряхивала мои вещи из карманов.
13. В нашем доме запрещалось подкрепляться, «перехватывая куски» между завтраком, обедом и ужином.
14. Обычно родители не запрещали слушать музыку, которая мне нравится, даже если она их раздражала.
15. Меня никогда не заставляли есть насильно, как других детей.
16. Я часто огорчался, когда родители наводили порядок в моих игрушках.
17. Для меня было неприятным переживанием, когда мне стригли ногти.
18. У меня всегда было место (стол, сундучок, коробка), где я мог спрятать дорогие мне предметы.
19. Помню, что я сильно грустил оттого, что мне не разрешали ложиться спать чуть позже, чем это было принято.
20. Нередко бывало, что нужные мне вещи покупались как поощрение за хорошую учебу или поведение.
21. Случалось, что детский праздник был для меня испорчен, если я был одет не так, как хотелось.
22. Обычно меня спрашивали, что я хотел бы на завтрак, обед или ужин.
23. Мне не нравилось, если без разрешения брали мою чашку или расческу.
24. Когда я чувствовал себя обиженным, я имел привычку запирается в ванной или туалете.
25. Я расстраивался, когда не мог доиграть из-за того, что взрослые звали меня к себе.
26. Если друзья предлагали мне переночевать у них, родители обычно не возражали.
27. Мне удавалось обычно устроить детский праздник так, как хотелось.
28. Случалось, я обижался, когда взрослые начинали серьезный разговор и выставляли меня в другую комнату.
29. Даже если подходило время ложиться спать, мне обычно разрешали досмотреть любимую передачу.

30. Мне не нравилась семейная традиция доншивать хорошие вещи, доставшиеся от других детей.
31. Мне часто хотелось поиграть с детьми, которые вместе со мной ходили в кружок, но обычно родители торопились, и это не удавалось.
32. При покупке вещей родители всегда учитывали мое мнение.
33. В детстве часто случалось, что, стесняясь попроситься в туалет, я долго терпел.
34. Я вполне ощутил, что отдать любимую игрушку — одно из самых сильных страданий маленького ребенка.
35. Взрослые почему то считали, что могут войти в ванную или туалет, когда там ребенок, и не разрешали закрывать дверь на замок.
36. Родители старались делать со мной уроки, когда я уже справлялся сам.
37. Даже если родителям было некогда, они находили время, чтобы я поиграл с детьми, которые были мне симпатичны.
38. Родители не запрещали мне располагать в комнате ценные для меня предметы (фотографии любимых героев, плакаты), даже если они им не нравились.
39. Когда была приготовлена вкусная еда, то близкие мне взрослые считали необходимым накормить меня ею, даже преодолевая мое сопротивление.
40. Мне бы очень хотелось, чтобы на дверях детских комнат были замки, хотя взрослых это и обижает.
41. Мне случалось огорчаться, если родители неожиданно брали меня в гости. 42. В детстве меня нередко заставляли есть калорийную, но невкусную пищу. 43. Я переживал оттого, что взрослые ошибочно думали, будто в детстве любую вещь можно заменить другой.
44. Я предпочитал в детстве ходить в гости, а не звать гостей к себе.
45. Меня раздражало, если взрослые не информировали меня о своих планах. 46. Проблема «отцов и детей» у нас не существовала, так как родители с детства уважали мое мнение.
47. Мне не нравилось, когда взрослые в детстве любили меня пощекотать или ущипнуть.
48. Я любил в детстве, когда бывал за городом, построить себе шалаш или гнездо на дереве.
49. Родители спокойно принимали тот факт, что знают не всех моих друзей. 50. Мне не нравилось, что новых вещей не покупали, пока у нас были старые, но в хорошем состоянии.
51. Существовали телепередачи, которые я не мог смотреть без разрешения родителей.
52. Если ребенку не нравится какая-то вещь, ни к чему заставлять его пользоваться ею.
53. Как и многие другие дети, я мечтал построить домик из диванных подушек, но мне это не удавалось.
54. Если у нас с друзьями возникали общие планы, наши родители нередко старались их изменить.
55. Если я возвращался из магазина, то мог часть сдачи оставить себе.
56. У нас было принято, чтобы родители всегда знали мой распорядок дня.
57. Я всегда был уверен, что, когда я разговариваю с кем то по телефону, никто не прервет и не подслушает нашей беседы.
58. Родители пресекали мои попытки украсить себя так, как не было принято в их время (пирсинг, татуаж, прически).
59. Мне часто бывало неприятно, когда взрослые дотрагивались до меня.
60. Испытывая нехватку карманных денег, я не стеснялся попросить их у родителей.
61. Меня раздражало, если в моей комнате наводили порядок.
62. Во время обеда, если суп был горячим, я мог сначала съесть второе, и родители это не запрещали.
63. Если у меня в детстве появлялся новый знакомый, я должен был обязательно показать его родителям.

64. Родители всегда демонстрировали свое несогласие с моими попытками соответствовать молодежной культуре.
65. Посещая врача, я боялся не боли, а того, что чужой человек будет меня трогать.
66. Наверное, я собственник: уже в детстве я постоянно раздражался оттого, что кто-то пользовался моими вещами.
67. Мне не нравилось, что взрослые ходят через ту комнату, где я играю с друзьями.
68. Проверая домашнее задание, родители всегда обращали внимание на порядок его выполнения: сначала основные предметы, а затем «второстепенные», и были недовольны, если он нарушался.
69. Меня раздражало, когда приходилось в детстве носить вещи старшей сестры или брата.
70. У меня было в детстве увлечение (кружок, спортивная или художественная школа), которое не реализовалось, потому что родители были против.
71. Маленьких детей везде ждут огорчения: даже надевая шапку или завязывая шарф, взрослые умудряются зацепить за ухо или вырвать волосы.
72. У меня вызывало брезгливость, если мама или бабушка настаивали, чтобы я попробовал приготовленную ими еду «поварской» ложкой, которой они пробовали ее сами.
73. Я не любил, если у нас оставались на ночь гости, и мне приходилось менять спальное место.
74. Если я не сделал домашнее задание, но успел выполнить его на перемене, родители никогда меня не ругали: «Победителя не судят».
75. Случалось, мне навязывали общение с братом или сестрой, даже когда мне этого не хотелось.
76. Мне случалось раздражать родителей, если мое мнение не совпадало с их собственным.
77. В детстве нередко вызывало огорчение, когда мне надевали одежду через голову.
78. В нашей семье считалось важным тратить деньги не только на самое необходимое, но и на то, чего очень хочется ребенку (дорогие книги и приборы – бинокль, словарь, – без которых можно было вполне обойтись).
79. Я не любил, когда во время моих занятий кто-то из близких стоял у меня за спиной и смотрел мне через плечо.
80. Даже в детстве родители не настаивали, чтобы я «пошел по их стопам».

Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча

Вам запропоновано 2 списки з переліком з 18 цінностей. Ваше завдання – прономерувати їх за порядком значущості для Вас як принципів, якими Ви керуєтеся у Вашому житті. Уважно вивчіть список А і, вибравши цінність, яка для Вас найбільш значуща, позначте її номером 1. Потім виберіть другу цінність за значимістю і позначте її номером 2. Потім проробіть те ж з усіма цінностями, що залишилися. Найменш важлива залишиться останньою та отримає 18 номер. Після цього зробіть те саме зі списком Б. Виконуйте не поспішаючи. Кінцевий результат повинен відображати Вашу дійсну позицію.

Список А :

- 1) активне діяльне життя (повнота та емоційна насиченість життя);
- 2) життєва мудрість (зрілість суджень і здоровий глузд, що досягаються життєвим досвідом);
- 3) здоров'я (фізичне та психічне);
- 4) цікава робота;
- 5) краса природи та мистецтва (переживання прекрасного в природі та в мистецтві);
- 6) любов (духовна та фізична близькість з коханою людиною);
- 7) матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальних труднощів);
- 8) наявність добрих і вірних друзів;
- 9) громадське визнання (повага оточуючих, колективу, товаришів по роботі);
- 10) пізнання (можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, інтелектуальний розвиток);
- 11) продуктивне життя (максимально повне використання своїх можливостей, сил та здібностей);
- 12) розвиток (робота над собою, постійне фізичне та духовне вдосконалення);
- 13) розваги (приємне, необтяжливе проведення часу, відсутність обов'язків);
- 14) свобода (самостійність, незалежність у судженнях та вчинках);
- 15) щасливе сімейне життя;
- 16) щастя інших (достаток, розвиток та вдосконалення інших людей, всього народу, людства в цілому);
- 17) творчість (можливість творчої діяльності);
- 18) впевненість у собі (внутрішня гармонія, свобода від внутрішніх протиріч, сумнівів).

Список Б (інструментальні цінності):

- 1) акуратність (охайність), вміння утримувати в порядку речі, порядок у справах;
- 2) вихованість (хороші манери);
- 3) високі запити (високі вимоги до життя та високі домагання);
- 4) життєрадісність (почуття гумору);
- 5) старанність (дисциплінованість);
- 6) незалежність (здатність діяти самостійно, рішуче);
- 7) непримиренність до недоліків у собі та інших;
- 8) освіченість (широта знань, висока загальна культура);
- 9) відповідальність (почуття обов'язку, вміння тримати слово);
- 10) раціоналізм (уміння здорово та логічно мислити, приймати обдумані, раціональні рішення);
- 11) самоконтроль (стриманість, самодисципліна);
- 12) сміливість у відстоюванні своєї думки, поглядів;
- 13) тверда воля (уміння наполягти своєму, не відступати перед труднощами);
- 14) терпимість (до поглядів та думок інших, уміння прощати іншим їх помилки та помилки);
- 15) широта поглядів (уміння зрозуміти чужу думку, поважати інші смаки, звичаї, звички);
- 16) чесність (правдивість, щирість);

17) ефективність у справах (працелюбність, продуктивність у роботі); 18) чуйність (дбайливість).

Додаток

Е.1 Гістограма співвідношення психологічних характеристик кордони психіки, співзалежність, задоволеність шлюбом, суверенність психологічного простору та ціннісні орієнтації за t – критерієм Стьюдента



Додаток

Е.2 Психологічні характеристики кордони психіки, співзалежність, задоволеність шлюбом, суверенність психологічного простору та ціннісні орієнтації за t – критерієм Стьюдента

		N	Значення t – критерію	Рівень значимості p	Середнє значення
Кордони психіки	X ₁	25	0,659	0,513	52,1200
	X ₂	25			50,3200
Співзалежність	X ₁	25	1,510	0,138	23,5200
	X ₂	25			19,3200
Задоволеність шлюбом	X ₁	25	0,057	0,955	40,7600
	X ₂	25			40,6800
Суверенність психологічного простору	X ₁	25	-1,701	0,095	24,1600
	X ₂	25			34,2412
Суверенність фізичного тіла	X ₁	25	-1,643	0,107	26,7200
	X ₂	25			37,4400
Суверенність території	X ₁	24	-1,297	0,201	28,5000
	X ₂	25			40,2000

Суверенність світу речей	X ₁	24	1,339	0,187	32,1667
	X ₂	25			23,0400
Суверенність звичок	X ₁	24	0,533	0,597	35,5833
	X ₂	22			31,0455
Суверенність соціальних зв'язків	X ₁	25	-0,665	0,509	34,6000
	X ₂	25			41,4000
Суверенність цінностей	X ₁	23	0,074	0,942	32,9130
	X ₂	25			32,3200
Цінності термінальні конкретні	X ₁	25	-1,421	0,162	5,1200
	X ₂	25			6,2000
Цінності термінальні абстрактні	X ₁	25	0,364	0,717	6,9600
	X ₂	25			6,6800
Цінності термінальні професійна самореалізація	X ₁	25	2,474	0,017	7,4800
	X ₂	25			5,6400
Цінності термінальні особисте життя	X ₁	25	1,851	0,070	4,5200
	X ₂	25			3,2800
Цінності інструментальні етичичні	X ₁	25	5,938	0,000	8,2400
	X ₂	25			3,7200
Цінності інструментальні спілкування	X ₁	25	-2,028	0,480	5,9200
	X ₂	25			7,6000
Цінності інструментальні справи	X ₁	25	1,267	0,211	7,3200
	X ₂	25			6,4400
Цінності інструментальні індивідуалістичні	X ₁	25	0,185	0,854	8,6000
	X ₂	25			8,4400
Цінності інструментальні конформні	X ₁	25	-4,445	0,000	5,0800
	X ₂	25			8,8800
Цінності інструментальні альтруїстичні	X ₁	25	-4,482	0,000	5,4000
	X ₂	25			10,0000
	X ₁	25	1,547	0,128	10,0400

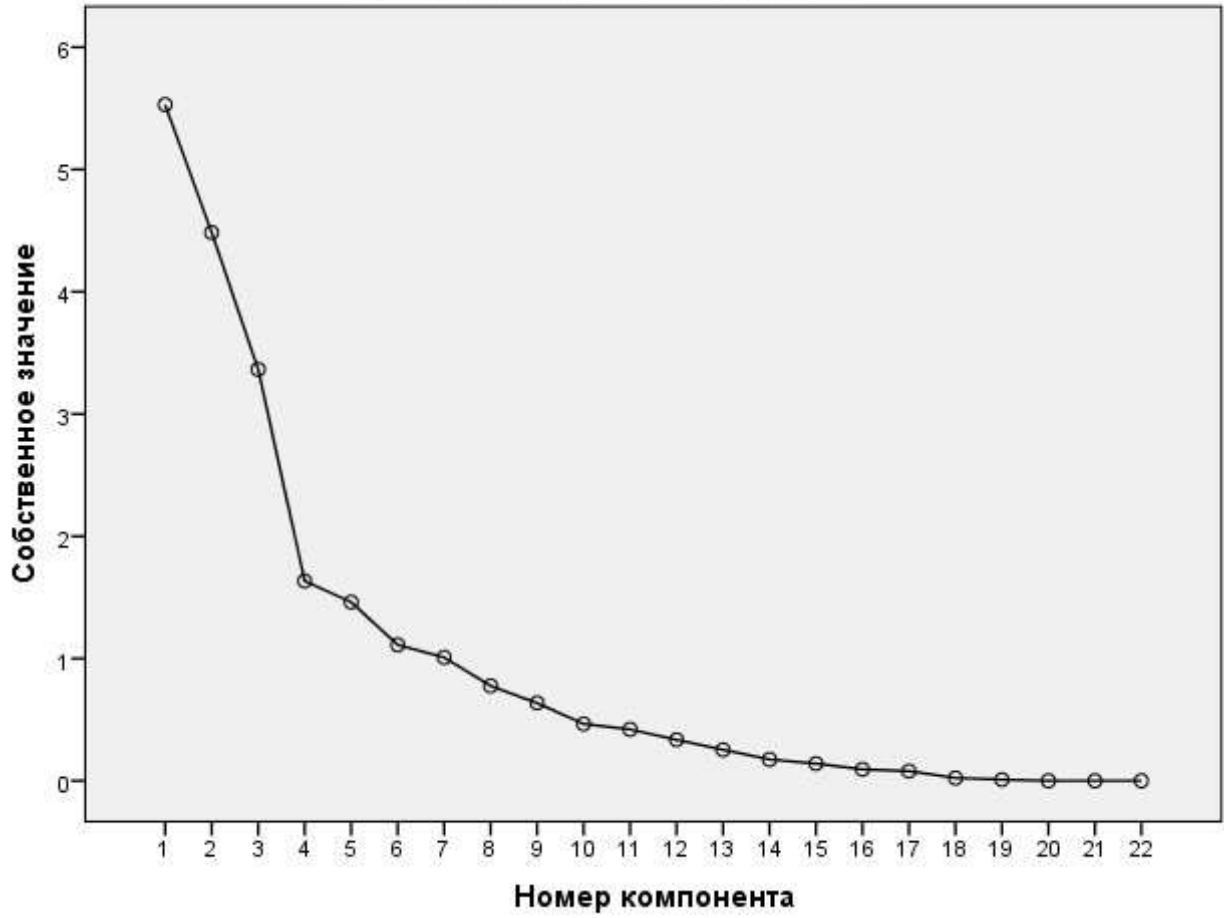
цінно	Корр	-,	-,	,1	-,2	,0	-,0	-,0	,0	,0	-,0	-,1	-,0	-,1	,0	,3	-,3	,1	-,1	,3	,4	-,5	-,6	1	-,4
сті_ін	еляц	2	2	08	81	23	88	45	85	76	17	58	71	29	13	16	59	70	35	87	18	80	10	44	
струм	ия	1	6		*										*	*			**	**	**	**	**	**	
ен_с	Пирс	8	2																						
амос	она																								
тверд	Знач	,	,	,4	,8	,5	,7	,5	,6	,91	,2	,6	,3	,9	,0	,0	,2	,3	,0	,0	,0	,0	,0	,0	
ж	.	1	0	57	,0	74	42	55	59	04	1	72	33	72	31	26	10	38	51	05	02	00	00	,0	
	(дву	2	6		48																			01	
	хсто	8	6																						
	ронн																								
	яя)																								
	N	5	5	50	50	50	50	50	49	49	46	50	48	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
цінно	Корр	,	-,	-,1	,0	,0	,1	-,0	-,0	,11	,1	,0	-,0	-,2	-,4	-,2	-,5	,2	-,4	-,3	,7	,6	-,4	1	
сті_ін	еляц	6	1	43	81	92	37	30	65	64	1	45	81	65	46	61	27	80	48	30	23	05	07	44	
струм	ия	1	9												**		**		**	*	**	**	**	**	
ен_п	Пирс	0	7																						
рийн	она	**																							
яття_	Знач	,	,3	,5	,5	,3	,8	,6	,6	,4	,3	,5	,6	,0	,0	,11	,0	,0	,0	,0	,0	,0	,0	,0	
ін	.	,	1	21	77	24	45	34	59	60	63	17	84	54	86	01	3	00	82	02	22	00	00	01	
	(дву	0	7																						
	хсто	0	0	50	50	50	50	50	49	49	46	50	48	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
	ронн																								
	яя)																								
	N	5	5	50	50	50	50	50	49	49	46	50	48	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	

*. Корреляція значима на рівні 0,05 (двухстороння).

** . Корреляція значима на рівні 0,01 (двухстороння).

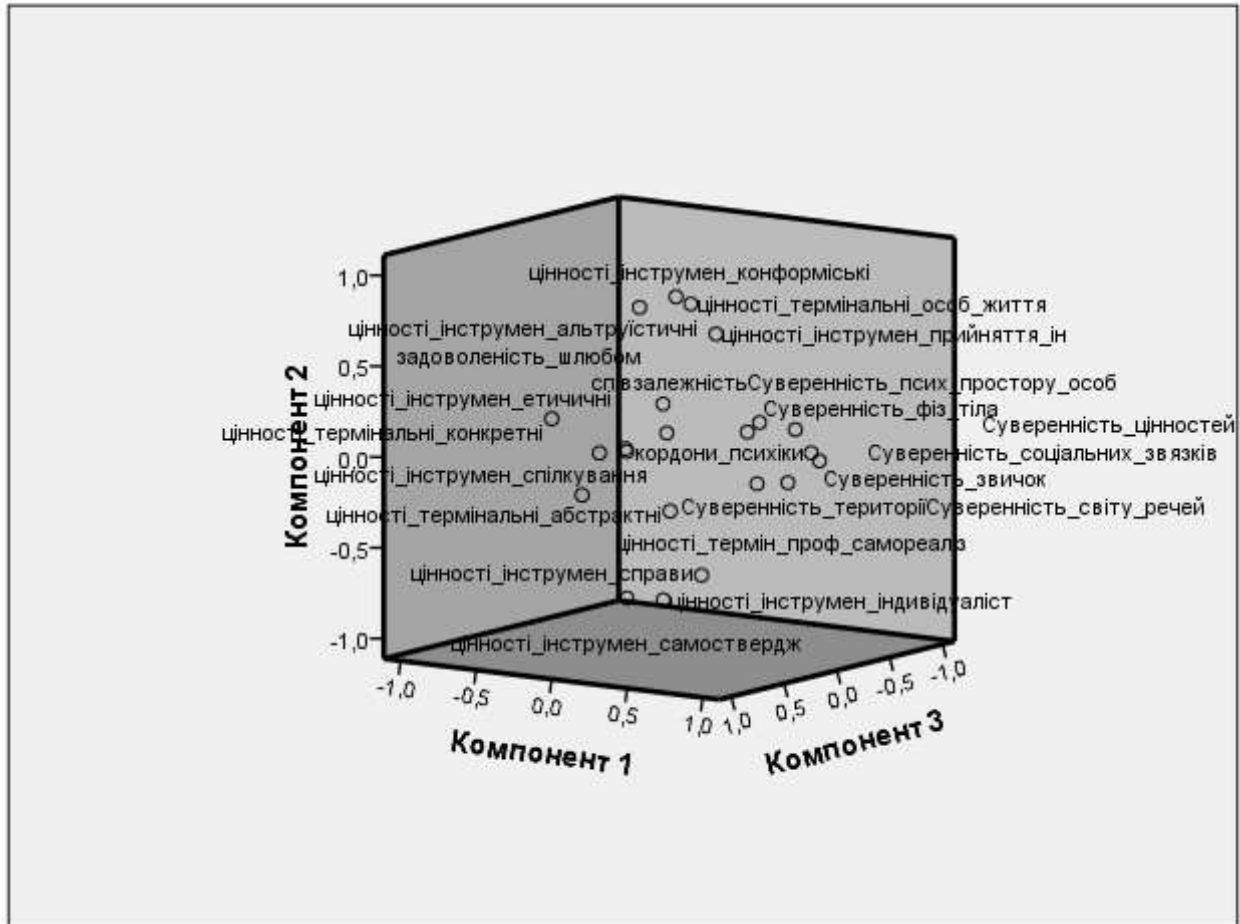
Критерій кам'янистого насипу (жінки)

График собственных значений



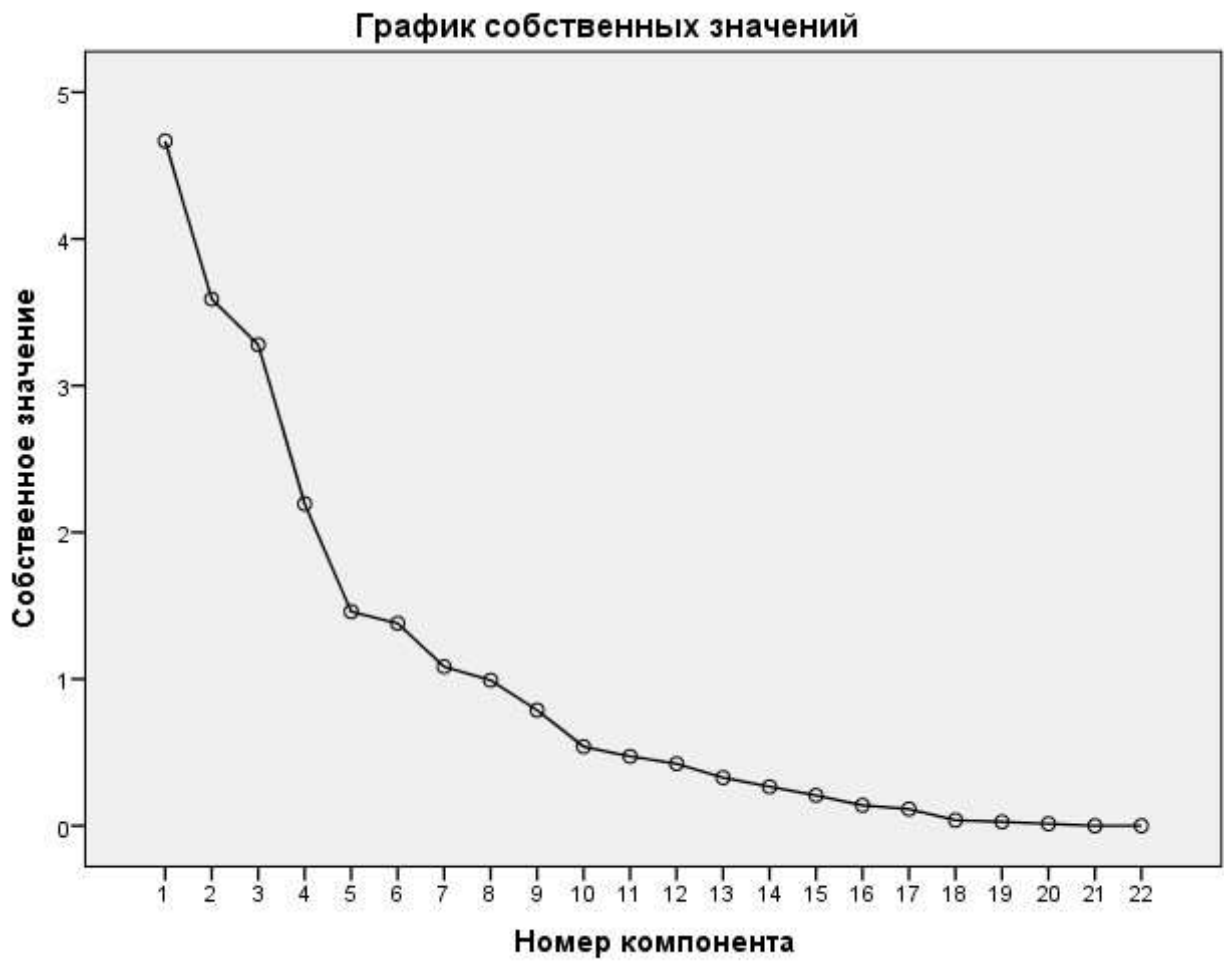
Графічне представлення факторних навантажень (жінки)

Діаграма компонента во врацаемом пространстве



I

Критерій кам'янистого насипу (чоловіки)



İ

Графічне представлення факторних навантажень (чоловіки)

Діаграма компонента во вращаючому просторі

