

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
Навчально-науковий інститут управління, психології та безпеки
Кафедра загальної та соціальної психології

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ВПЛИВУ НА ПОДРУЖНІ ВЗАЄМИНИ

Кваліфікаційна робота

здобувача вищої освіти
першого рівня ЗФН
спеціальності 053 Психологія
Єлизавета ОРЛЕНКО

Науковий керівник:

завідувач кафедри теоретичної
психології, доктор
психологічних наук, професор
Зоряна КОВАЛЬЧУК

Рецензент

кандидат психологічних наук,
доцент
Олена ВАВРИНІВ

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

«__» _____ 2025 р., протокол № _____

Завідувач кафедри загальної та соціальної психології
доктор психологічних наук, професор

_____ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**

Львів – 2025

АНОТАЦІЯ

Орленко Є.А. Психологічні чинники впливу на подружні взаємини. У кваліфікаційній роботі розглядаються психологічні чинники, які впливають на якість та стабільність подружніх взаємин. Метою дослідження є вивчення ролі інтелекту, емоційного стану та комунікативних здібностей партнерів у формуванні здорових і гармонійних стосунків у шлюбі. Робота базується на комплексному підході до аналізу впливу індивідуальних характеристик особистості подружжя, таких як рівень інтелекту, здатність до емпатії, навички ефективної комунікації, а також вплив соціокультурних факторів на сприйняття подружніх обов'язків та ролей. Одним з ключових результатів дослідження є виявлення негативної кореляції між рівнем інтелекту партнерів і рівнем задоволеності їх шлюбом. Також вивчено, як низький рівень когнітивних здібностей може призводити до обмеження можливостей у вирішенні конфліктів і прийнятті важливих рішень у стосунках. Натомість інтелектуально розвинені особистості частіше висловлюють незадоволеність своїми стосунками, що свідчить про їх високу критичність і прагнення до змін.

Ключові слова: подружжя, подружні стосунки, задоволеність шлюбом, чинники впливу, сімейні конфлікти.

Orlenko E.A. Psychological factors influencing marital relationships. The qualification work examines psychological factors that influence the quality and stability of marital relationships. The purpose of the study is to study the role of intelligence, emotional state and communicative abilities of partners in the formation of healthy and harmonious relationships in marriage. The work is based on a comprehensive approach to analyzing the influence of individual characteristics of the spouses' personality, such as the level of intelligence, the ability to empathize, effective communication skills, as well as the influence of sociocultural factors on the perception of marital responsibilities and roles. One of the key results of the study is the identification of a negative correlation between the level of intelligence of partners and the level of satisfaction with their marriage. It is also studied how a low level of cognitive abilities can lead to limited opportunities in resolving conflicts and making important decisions in relationships. In contrast, intellectually developed individuals more often express dissatisfaction with their relationships, which indicates their high criticality and desire for change.

Keywords: spouses, marital relations, marital satisfaction, influencing factors, family conflicts.

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ЗАДОВОЛОЕНОСТЮ ШЛЮБОМ	
1.1. Задоволеність шлюбом як феномен в науковій практиці	8
1.2. Психологічні чинники впливу на подружні стосунки	16
Висновок до розділу 1	23
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ НА ПОДРУЖНІ СТОСУНКИ	
2.1. Обґрунтування та вибір методик	24
2.2. Аналіз результатів дослідження	28
2.3. Рекомендації подружжю щодо покращення подружніх взаємин	40
Висновок до розділу 2	43
Висновки	44
Список використаної літератури	48

ВСТУП

Актуальність дослідження. Актуальність дослідження психологічних чинників впливу на подружні взаємини обумовлена зростанням кількості конфліктів, розлучень та проблем у сімейному житті, які негативно впливають на емоційний стан партнерів, їхню соціальну адаптацію та благополуччя дітей. У сучасному суспільстві, де традиційні уявлення про шлюб і сім'ю зазнають змін, виникає потреба у науковому аналізі психологічних факторів, що сприяють гармонізації подружніх взаємин або, навпаки, стають причиною напруженості та криз. Дослідження психологічних аспектів шлюбного життя є надзвичайно важливим для розробки ефективних методів сімейного консультування, психокорекції та профілактики конфліктів у подружніх парах.

Подружні взаємини залежать від багатьох внутрішніх та зовнішніх факторів, зокрема від рівня психологічної сумісності партнерів, їхніх цінностей, стилів спілкування, особистісних особливостей та емоційного інтелекту. На розвиток стосунків впливають як свідомі, так і несвідомі механізми взаємодії, зокрема дитячий досвід, моделі поведінки, засвоєні у батьківській родині, а також рівень довіри та підтримки між партнерами. Водночас зовнішні фактори, такі як соціально-економічні умови, суспільні очікування, інформаційний простір і технології, також впливають на подружні стосунки, змінюючи їхню динаміку [23].

Значну роль у стабільності шлюбу відіграють психологічні механізми подолання стресу та конфліктних ситуацій. Уміння подружжя долати труднощі разом, знаходити компроміси, підтримувати емоційну близькість є ключовими чинниками, що сприяють тривалості та якості сімейного життя. Недостатній рівень комунікативних навичок, невміння контролювати емоції та розв'язувати конфлікти можуть стати причиною відчуженості та розпаду сімейних стосунків. Тому вивчення механізмів конструктивної взаємодії в шлюбі є важливим напрямом психологічної науки та практики.

Сучасні дослідження у сфері сімейної психології підтверджують, що задоволеність шлюбом безпосередньо пов'язана з психологічним благополуччям партнерів. Гармонійні взаємини у подружжі сприяють підвищенню рівня суб'єктивного щастя, зменшенню рівня стресу та підвищенню загальної життєстійкості. Водночас постійні конфлікти, емоційне вигорання та незадоволеність відносинами можуть призводити до депресивних станів, психосоматичних захворювань і зниження якості життя. Це ще раз підтверджує необхідність поглибленого вивчення психологічних чинників, що впливають на подружню гармонію.

З огляду на зазначене, дослідження психологічних чинників впливу на подружні взаємини є важливим як у теоретичному, так і в практичному аспектах. Виявлення ключових психологічних механізмів, що визначають якість сімейного життя, сприятиме розробці рекомендацій для подружніх пар, сімейних психологів, консультантів та соціальних працівників. Отримані результати можуть стати основою для впровадження програм сімейної терапії, тренінгів для пар, а також формування психологічної культури партнерських відносин у суспільстві [44].

Метою нашого дослідження є розкрити сутність психологічних чинників впливу на подружні взаємини.

Об'єктом нашого дослідження є подружні взаємини.

Предмет нашого дослідження є психологічні чинники впливу на подружні взаємини.

Визначення мети, об'єкту та предмету нашого дослідження окреслили **завдання:**

1. Проаналізувати літературу з даної тематики.
2. Виокремити психологічні чинники, що впливають на подружні стосунки.
3. Емпірично довести, що психологічні чинники впливають на подружні стосунки.

4. Розробити практичні рекомендації щодо покращення подружніх стосунків.

Методологічною основою дослідження є системний підхід, згідно з яким подружні взаємини розглядаються як складна цілісна система, що включає когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти партнерів. Також використовується *біхевіоральний підхід*, що пояснює вплив соціального навчання на подружні стосунки, зокрема розвиток моделей поведінки у спілкуванні та конфліктах.

Значну роль відіграє *психоаналітичний підхід*, який акцентує увагу на несвідомих мотивах подружніх стосунків, дитячих травмах та механізмах проєкції у взаємодії між партнерами. *Гуманістична психологія* (К. Роджерс, А. Маслоу) сприяє розумінню важливості самореалізації, поваги та підтримки у шлюбі як факторів психологічного благополуччя подружжя.

Також застосовується *когнітивно-біхевіоральний підхід*, який пояснює вплив переконань, атрибутів та стилю мислення на подружні взаємини. Зокрема, досліджуються механізми конструктивної та деструктивної комунікації, стилі вирішення конфліктів та роль емоційної регуляції у подружніх стосунках.

У дослідженні враховуються сучасні емпіричні дослідження подружніх взаємин, які базуються на психологічних моделях прихильності (Дж. Боулбі, М. Ейнсворт), задоволеності шлюбом (О. Василюк, Г. Келлі), а також психологічних теоріях конфлікту (М. Дойч, Д. Бек).

Таким чином, дослідження спирається на поєднання класичних та сучасних психологічних підходів, що дозволяє комплексно оцінити психологічні чинники, які впливають на подружні взаємини, та визначити можливі шляхи їх оптимізації.

Теоретичне значення дослідження. Дослідження психологічних чинників впливу на подружні взаємини має важливе значення для розвитку сучасної сімейної психології. Воно сприяє глибшому розумінню механізмів формування гармонійних стосунків між подружжям та виявленню ключових

факторів, які сприяють стабільності або, навпаки, конфліктності у шлюбі. В роботі аналізуються теоретичні підходи до розгляду подружніх взаємин у межах когнітивно-біхевіоральної, психоаналітичної та гуманістичної психології, що дозволяє узагальнити існуючі наукові уявлення про психологічні детермінанти сімейного життя.

Отримані результати можуть бути використані для поглиблення теоретичних засад сімейної психології, доповнення уявлень про чинники, що впливають на рівень задоволеності шлюбом, комунікативні процеси між партнерами та ефективність подолання кризових періодів у подружніх стосунках.

Практичне значення дослідження. Результати дослідження можуть бути застосовані у психологічному консультуванні сімейних пар, які стикаються з труднощами у взаєморозумінні, емоційній близькості та розподілі ролей у шлюбі. Практичні висновки роботи можуть бути корисними для психологів, які працюють із подружжями, що перебувають у конфліктних ситуаціях або кризових етапах відносин.

Отримані дані також можуть бути використані у розробці програм тренінгів і психоедукаційних курсів для подружніх пар, спрямованих на покращення комунікативних навичок, розвиток емоційного інтелекту та формування навичок ефективного розв'язання конфліктів. Крім того, матеріали дослідження можуть бути корисними у просвітницькій діяльності щодо важливості психологічних чинників у підтримці щасливого та тривалого шлюбу.

Структурою нашого дослідження є вступ, два розділи, висновки до розділів, загальних висновків, списку використаної літератури.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ЗАДОВОЛОЕНІСТЮ ШЛЮБОМ

1.1. Задоволеність шлюбом як феномен в науковій практиці

Сучасне суспільство стикається з труднощами, пов'язаними зі зміною соціальних орієнтацій. Перехід країни до нових економічних умов спричинив трансформацію структури багатьох сімей, що зумовило для них незвичні внутрішньогрупові зміни. Ці зміни, своєю чергою, провокують зростання рівня внутрішньосімейних конфліктів, збільшення кількості розлучень та зниження народжуваності. Враховуючи це, зростає актуальність вивчення факторів, які впливають на якість подружніх взаємин, з метою їхньої комплексної діагностики та покращення сімейних стосунків за допомогою психологічного втручання. Аналіз наукових джерел підтверджує, що основними тенденціями в сучасних сім'ях є зменшення рівня народжуваності, ускладнення міжособистісної взаємодії та зростання кількості розлучень.

Водночас у більшості досліджень, присвячених проблематиці сім'ї, її розглядають як відносно закриту систему, що має обмежену взаємодію із зовнішніми соціальними інститутами та організаціями. Хоча психологія накопичила значний досвід вивчення подружніх стосунків, у радянський період дослідження сім'ї здебільшого проводилися через призму її соціальної ролі та функціонування в умовах зміни суспільно-економічних формацій. У 1970-х роках особливу увагу приділяли соціально-психологічним аспектам сімейного спілкування, його впливу на формування особистості та проблемі поєднання жінкою професійної діяльності з родинними обов'язками.

Наприкінці 1970-х років дослідники зосередилися на вивченні соціально-перцептивних процесів у подружніх парах, аналізі розподілу сімейних ролей у міському середовищі, а також дослідженні емоційних відносин як чинника стабільності шлюбу. Водночас увагу було приділено проблемам

напруженості у подружніх стосунках та їхнім основним причинами. Окремі автори намагалися визначити ключові тенденції розвитку сімейних взаємин і розробити методики надання психологічної допомоги подружжю. Також досліджувався вплив батьківської сім'ї на подружнє життя молодих сімей, що дало змогу розширити уявлення про чинники, які визначають динаміку шлюбних стосунків.

Проте аналіз наукових джерел засвідчує, що питання, безпосередньо пов'язані з якістю подружніх взаємин, залишаються недостатньо дослідженими. Крім того, сама концепція «якості шлюбу» ще не отримала чіткого теоретичного обґрунтування. Наявні дослідження здебільшого фокусуються на вивченні окремих аспектів цієї проблеми, таких як стабільність і стійкість шлюбу, подружня сумісність, роль сім'ї в суспільстві тощо [44].

Лише окремі дослідники звертали увагу на вивчення подружніх стосунків крізь призму задоволеності шлюбом. У подальшому аналізі буде зроблено спробу визначити місце цієї концепції в системі психологічного знання та окреслити основні підходи до її дослідження.

Вірджинія Сатір зазначає, що, укладаючи шлюб, людина прагне наповнити своє життя новим змістом і зробити його більш насиченим. На її думку, лише вкрай незвичайна особистість і з дуже специфічних причин свідомо вступає у шлюб, розуміючи, що це лише ускладнить її життя. Загалом люди очікують, що після одруження їхнє існування стане більш цікавим і гармонійним. Саме ці очікування формують уявлення про майбутню сім'ю. Однак, коли реальність не виправдовує сподівань, це може призвести до кризи у шлюбі, навіть якщо подружжя стверджує, що їхній союз ґрунтувався на коханні [38].

«Я глибоко переконана в силі любові, у здатності людини кохати та бути коханою. Вважаю, що любов, зокрема й сексуальна, є одним із найпрекрасніших і найповніших емоційних переживань, які доступні людині. Відсутність любові робить серце та душу холодними й порожніми. Водночас,

лише кохання не здатне повністю задовольнити всі потреби особистості, адже людині необхідні також інтелектуальний розвиток, здобуття нових знань і професійна самореалізація», – наголошує дослідниця.

У соціологічній науці поняття задоволеності шлюбом має кілька інтерпретацій. Аналізуючи наукові праці, сім'я визначається як динамічна структура, що розвивається за принципами, подібними до малих соціальних груп. У науковій літературі зустрічаються різні терміни, які описують це явище, зокрема «успішність шлюбу», «сімейна згуртованість» та «подружня сумісність».

У психологічних дослідженнях ключові фактори, що визначають атмосферу в подружніх стосунках, найчастіше аналізуються через порівняння стабільних шлюбів і розлучених пар. Одним із основних критеріїв виступає стабільність шлюбу, хоча нерідко поняття «стабільність» і «задоволеність» шлюбом не розмежовуються. Водночас численні синоніми цих термінів, що використовуються в наукових джерелах, призводять до того, що фактори успіху подружнього життя розглядаються у спільному контексті незалежно від того, чи належить дослідження до соціологічного чи психологічного напрямку.

Стабільність шлюбу та задоволеність подружніми стосунками є взаємопов'язаними характеристиками, що підтверджується багатьма емпіричними дослідженнями [41], [40]. Деякі вчені вважають, що ці показники відображають різні рівні подружніх взаємин [2], оскільки стабільний шлюб не завжди означає, що партнери дійсно задоволені своїм шлюбом.

Перший рівень, найбільш загальний, відображає стабільність шлюбу як юридичну гарантію його збереження, тобто відсутність розлучення. Другий рівень стосується подружньої адаптації, тобто рівня пристосованості подружжя до спільного життя. Тут враховується не лише сам факт збереження шлюбу, а й те, наскільки подружжя ефективно співпрацює у сферах розподілу домашніх обов'язків, виховання дітей тощо. Третій,

найглибший рівень, визначає успішність шлюбу, що базується на збігу ціннісних орієнтацій партнерів та гармонійній взаємодії.

В. Сисенко першим розмежував поняття «стабільність шлюбу» та «стійкість шлюбу». Він визначав стабільність як сталість системи взаємодії між подружжям, ефективність їхньої спільної діяльності, спрямованої на досягнення як спільних, так і індивідуальних цілей. Подальший розвиток цієї концепції запропонував В. Бойко (1988), який виокремив об'єктивні та суб'єктивні аспекти стабільності шлюбу.

Об'єктивний аспект стабільності визначається ймовірністю розпаду шлюбу, яка оцінюється через співвідношення кількості шлюбів і розлучень у певному регіоні за конкретний період. Суб'єктивний аспект включає рівень задоволеності шлюбом, а також настанови подружжя щодо збереження сім'ї. На думку В. Бойка (1988), суб'єктивна оцінка стабільності шлюбу відображається у тому, як самі партнери сприймають його міцність [16].

Ще одне трактування поняття шлюбу запропонував А. Шавлов. Він вважає, що уявлення подружжя про шлюб – це їхнє суб'єктивне сприйняття через призму соціокультурних норм, які регламентують функціонування сім'ї, а також їхня оцінка шлюбу як засобу задоволення власних потреб.

Українські психологи, як і їхні колеги в інших країнах, досліджують феномен шлюбу через призму різних психологічних теорій та підходів, звертаючи увагу на різноманітні аспекти цього складного соціально-психологічного явища.

Сімейна система як цілісність. Багато українських психологів, зокрема представники системного підходу, розглядають шлюб як складну соціальну систему, де взаємодія двох партнерів створює певну динаміку, що включає як взаємопідтримку, так і конфлікти. Тобто, шлюб розглядається не лише як відносини між двома людьми, а як система, в якій кожен партнер впливає на другого. На думку таких вчених, важливо вивчати не тільки особистості подружжя, а й їх взаємодію, ролі та функції, які вони виконують у контексті сімейних стосунків.

Психологічні типи партнерів та їх взаємодія. Олександр Левицький та інші українські вчені наголошують на важливості психологічних типів і особистісних характеристик партнерів. Наприклад, рівень емоційної зрілості, здатність до комунікації та емпатії, а також інтелектуальні особливості можуть значно впливати на те, як подружжя вирішує конфлікти та адаптується до змін у житті. Психологічні дослідження взаємодії в шлюбі можуть допомогти зрозуміти, чому одні пари живуть щасливо, а інші переживають труднощі у стосунках.

Емоційна та когнітивна складові шлюбу. Українські психологи також акцентують увагу на емоційній та когнітивній складових шлюбних стосунків. Так, взаємна емоційна підтримка та взаєморозуміння є основою гармонійного шлюбу. Водночас, деякі психологи підкреслюють важливість когнітивного аспекти шлюбу — здатність партнерів розуміти один одного, вирішувати проблеми та приймати рішення спільно. Особливо в цьому контексті важлива роль емоційного інтелекту партнерів, здатність адаптуватися до змін і нових обставин у житті.

Шлюб як процес розвитку особистості. Одна з найбільш поширених концепцій серед українських психологів полягає в тому, що шлюб не є статичним явищем, а процесом постійного розвитку та самореалізації особистості. Це особливо важливо в контексті сучасних змін у соціумі, де ставлення до шлюбу змінюється. Психологи вказують на те, що, перебуваючи в шлюбі, партнери не лише підтримують один одного, а й розвиваються як особистості, взаємно сприяючи цьому розвитку через взаємодію, підтримку і конструктивну критику.

Роль соціокультурних факторів. Українські вчені також враховують важливість соціокультурного контексту у формуванні шлюбних відносин. У нашій культурі традиційні погляди на роль чоловіка та жінки, вплив родини, соціальних норм і цінностей можуть істотно впливати на ставлення до шлюбу і на вибір партнера. Це також визначає різні стилі подружніх відносин та стратегії вирішення конфліктів.

Психологічні аспекти подружньої незадоволеності та розлучення. Важливим напрямком є також дослідження причин подружньої незадоволеності та розлучень. Українські психологи, такі як В. В. Лебедев, розглядають психологічні чинники, які ведуть до руйнування шлюбу, зокрема це недостатня комунікація, неузгодженість в очікуваннях від шлюбу, а також емоційна нестабільність партнерів.

Узагальнюючи, можна сказати, що українські психологи підходять до вивчення шлюбу комплексно, з акцентом на індивідуальні психологічні особливості, комунікацію, емоційну близькість, а також соціокультурні фактори. Вони вважають, що шлюб є динамічним процесом, який залежить від багатьох чинників, і цей процес може бути як джерелом особистісного розвитку, так і випробуванням на здатність до співпраці та адаптації в умовах сучасного життя.

Окремі дослідники зосереджують увагу на понятті «невдоволеність шлюбом». Зокрема, Е.Г. Ейдемільер та В. Джустікіс (1999) зазначають, що вплив невдоволеності на особистість значною мірою залежить від рівня усвідомлення цього стану. Вони розрізняють два види невдоволеності шлюбом: свідому та неусвідомлену. У випадку свідомого невдоволення подружжя відкрито визнає, що їхні стосунки не відповідають очікуванням і не приносять бажаного комфорту [39].

Свідоме невдоволення шлюбом часто має глобальний характер і вказує на те, що сімейне життя не відповідає навіть мінімальним очікуванням подружжя. Це проявляється у висловлюваннях на кшталт: «Наше сімейне життя жахливе і вдень, і вночі», «Мені дуже не пощастило з родиною», «Ми припустилися помилки, ми абсолютно не підходимо одне одному». При цьому зазвичай згадуються серйозні життєві обставини, які стримують подружжя від негайного розлучення, такі як наявність дітей або труднощі з житлом, що можуть виникнути після розриву. Часто таке невдоволення супроводжується відкритими конфліктами, звинуваченнями одного з партнерів у ситуації, що склалася, а також агресивними висловлюваннями.

На противагу цьому, існує менш усвідомлене або приховане невдоволення шлюбом, яке можна назвати «тліючим». У таких випадках подружжя оцінює своє сімейне життя як «нормальне» або «не гірше, ніж у інших». Незадоволеність проявляється опосередковано. По-перше, через емоційні стани, що межують із прямим розчаруванням: відчуття монотонності, нудьги, відсутності радості, ностальгічні спогади про життя до шлюбу. Основним мотивом сімейної поведінки стає виконання обов'язків: «Робити те, що потрібно», «Жити, як належить». По-друге, невдоволення виявляється у численних скаргах на різні аспекти сімейного життя. Під час опитувань часто з'ясовується, що, хоча подружжя загалом оцінює шлюб позитивно, вони незадоволені майже всіма його аспектами: житловими умовами, станом здоров'я, вихованням дітей, проведенням вільного часу тощо [25].

По-третє, приховане невдоволення часто проявляється у вигляді окремих дрібних проблем, які, попри свою другорядність, набувають надмірного значення та серйозно знижують рівень задоволеності шлюбом. Це можна назвати ефектом «краплі дьогтю». Наприклад, проблеми у відносинах з одним із родичів або розбіжності щодо другорядних питань організації сімейного побуту можуть стати основним джерелом напруги. Крім того, вагому роль відіграють серйозні, але поки що нерозв'язані труднощі, які постійно нагадують про себе та формують стійке відчуття незадоволеності сімейним життям.

На відміну від відомої приказки про краплю дьогтю, яка псує бочку меду, у сімейних стосунках все залежить від якості самого «меду». Якщо подружжя загалом задоволене своїм шлюбом, дрібні проблеми не набувають критичного значення, з часом вони згладжуються або стають звичними. Люди пристосовуються до недоліків одне одного та вчаться справлятися з труднощами сімейного життя.

Проте у випадку «тліючого невдоволення» навіть незначні труднощі стають каталізатором загального розчарування. Невдоволення

концентрується навколо дрібних непорозумінь, які починають сприйматися як серйозні проблеми. Тут можуть вмикатися психологічні захисні механізми: людина перебільшує значення окремої проблеми, використовуючи її як пояснення загальної незадоволеності шлюбом, хоча насправді причина глибша й пов'язана з системою сімейних відносин [23].

Ще одним характерним явищем для «тліючого невдоволення» є зростання емоційної напруги між подружжям. Один або обидва партнери можуть відзначати, що стали «більш нервовими», хоча пояснюють це зовнішніми факторами, такими як вагітність чи побутові труднощі. Це невдоволення часто проривається у вигляді емоційних вибухів, що можуть призвести до серйозних конфліктів і навіть до розпаду сім'ї.

Цікаво, що в певних ситуаціях, коли один із партнерів отримує можливість змінити своє особисте життя, наприклад, вступити в нові стосунки, він раптом усвідомлює, що насправді може бути щасливим. Відкривається перспектива не лише більш гармонійних сексуально-еротичних стосунків, а й глибшого розуміння, якіснішого спільного дозвілля та загального покращення життя. Це може стати остаточним поштовхом до прийняття рішення про розрив.

У психологічній науці існує думка, що невдоволення шлюбом безпосередньо пов'язане з фрустрацією певних потреб [39], серед яких можна виділити кілька основних:

- Нереалізовані сексуальні потреби одного або обох партнерів.
- Порухення почуття власної значущості та цінності (коли партнер занижує самооцінку іншого через зневагу, образи, критику або байдужість).
- Дефіцит позитивних емоцій у стосунках (емоційна дистанція, холодність, відчуження подружжя).
- Конфлікти через фінансові питання, зокрема, розбіжності у веденні спільного бюджету, матеріальному забезпеченні сім'ї та внеску кожного партнера.
- Відсутність взаємної підтримки та труднощі у розподілі сімейних

обов'язків.

- Несумісність у поглядах на відпочинок і дозвілля.

Отже, задоволеність шлюбом формується під впливом ряду факторів. Сучасні дослідження містять значний обсяг інформації про ці чинники та їх вплив на гармонію у подружніх стосунках.

1.2. Психологічні чинники впливу на подружні стосунки

На сьогоднішній день накопичено значний масив наукових даних щодо чинників, які визначають природу подружніх відносин. Дослідження як вітчизняних, так і зарубіжних учених підтверджують, що ці чинники тісно пов'язані з особливостями сім'ї, зокрема з вихованням дітей, характером відносин між подружжям, а також їхньою професійною та соціальною приналежністю [8], [13], [23], [37].

Зокрема, вплив раннього шлюбу на його стабільність підтверджується численними дослідженнями, проведеними серед різних груп респондентів [22]. Окремий науковий інтерес викликають проблеми молодих сімей [8], [23]. Виявлено, що нестабільність шлюбів у міських молодих родинах може бути зумовлена коротким періодом знайомства до одруження, вступом у шлюб до 21 року, негативним ставленням подружжя один до одного, наявністю дошлюбної вагітності, розлученням батьків одного чи обох партнерів, а також розбіжностями у поглядах на сімейне життя та дозвілля [22].

Дослідження також засвідчують, що економічний добробут впливає на якість подружніх стосунків, проте вирішальним є не лише сам рівень матеріального забезпечення, а й місце, яке фінансова стабільність займає в системі цінностей подружжя, а також подібність їхніх очікувань у цій сфері [12], [17].

Важливий пласт наукових робіт присвячено питанню взаємозв'язку між уявленнями подружжя про сімейні ролі та рівнем задоволеності шлюбом [1], [2], [19], [34], [35], [40]. Значний внесок у цю проблему зробив Т. Зозуль,

який довів, що розбіжності між подружжям у розумінні функцій сім'ї та розподілу сімейних ролей можуть призводити до її дезорганізації [10]. Натомість схожість поглядів сприяє кращій сумісності партнерів та зміцненню стосунків.

В. Захарченко також виділили суб'єктивні та об'єктивні, зовнішні та внутрішні фактори стабільності шлюбу. До об'єктивних зовнішніх факторів вони віднесли соціальну стабільність і матеріальні умови життя сім'ї. До зовнішніх суб'єктивних – силу соціального контролю, дієвість правових норм, національні та культурні традиції, а також очікування оточення. Внутрішні суб'єктивні фактори включають емоційні зв'язки між партнерами та загальні показники їхньої сумісності [9].

Подібні результати були отримані й в інших дослідженнях. Так, у роботі Л. Сердюк встановлено, що рівень задоволеності шлюбом значною мірою залежить від таких показників, як узгодженість очікувань щодо сімейних ролей, взаємне розуміння подружжям своїх ролей, а також здатність адаптуватися до очікувань партнера. Результати цього дослідження підтверджують, що важливим чинником успішності шлюбу є якість взаємодії, пов'язаної з розподілом ролей. Доведено, що ступінь узгодженості подружжя у виконанні сімейних обов'язків впливає на стабільність шлюбу навіть більше, ніж загальна подібність чи відмінність їхніх поглядів на різні аспекти сімейного життя [38].

Окремий напрямок досліджень присвячено впливу емоційних чинників на подружні стосунки. Наукові роботи засвідчують, що головним мотивом укладення шлюбу є любов, яка визначає характер взаємин між партнерами. Люди, які вважають свій шлюб щасливим, надають любові вищої цінності порівняно з тими, хто не відчуває задоволеності від подружнього життя [42].

Значний внесок у вивчення психологічних чинників подружньої гармонії зробили дослідники Центру вивчення сімейних проблем Університету Тарту. В одному з їхніх досліджень виділено три основні групи чинників, що визначають якість сімейних стосунків. Перша група стосується

особистісних характеристик подружжя, їхнього походження та сімейного виховання. Друга пов'язана з передумовами шлюбу та обставинами його укладання. Третя група охоплює чинники, що проявляються у процесі спільного життя, включаючи особливості внутрішньосімейних відносин та розподіл обов'язків.

За результатами досліджень, до негативних чинників першої групи належать виховання в неповній сім'ї, вступ у шлюб у ранньому віці, а також несхвалення шлюбу з боку батьків одного з партнерів. До другої групи несприятливих чинників зараховано короткий період дошлюбного знайомства та значну різницю у віці між подружжям. Найбільш масштабною виявилася третя група чинників, які стосуються динаміки сімейних відносин у парах, що розлучилися. Вони включають нерівномірний розподіл домашніх обов'язків, сексуальну несумісність, а також випадки надмірного вживання алкоголю одним із партнерів [46].

Розглядаючи чинники, що впливають на якість подружнього союзу, важливо враховувати процес взаємної адаптації. Одним із провідних дослідників цієї проблеми є С. Голод (1984). У вітчизняній психологічній науці була розроблена концепція, що найбільш образно відображає потенціал подружнього життя. Вона отримала назву «теорія очищення шлюбу» (від англійського *clear* – чіткий, чистий, вільний). В її основі лежить ідея максимального узгодження потреб обох партнерів з метою досягнення гармонійного співіснування та оптимальної взаємної вигоди. Теорія спирається на принцип напівфункціональності шлюбу, розглядаючи його як систему, створену для задоволення різних потреб у контексті тривалих та близьких стосунків [9].

Згідно з поглядами Р. Хавули загальний потенціал шлюбу включає фізичні, матеріальні, культурні, сексуальні та психологічні чинники, які визначають стійкість та гармонійність подружнього життя [42].

Фізичний фактор має переважно інтуїтивний характер: незалежно від статі, одна людина може викликати у іншій безпричинну симпатію або,

навпаки, відторгнення. Ця особиста і суто індивідуальна реакція формується під впливом сукупності зовнішніх характеристик: зовнішності, тембру голосу, манери поведінки, стилю мовлення, міміки, жестів, способу одягатися, а також природного запаху людини. Визначаючи перше враження у процесі спілкування, фізичний фактор відіграє важливу роль у початкових етапах взаємодії та може стати одним із чинників стабільності відносин.

Матеріальний фактор пов'язаний із рівнем внеску кожного партнера в загальний матеріальний добробут сім'ї та тим, наскільки цей внесок відповідає очікуванням і вимогам іншого [9].

Культурний фактор відображає співвідношення інтелектуальних і культурних запитів подружжя. Цей фактор не є постійною величиною і може значно змінюватися впродовж життя навіть однієї пари.

Сексуальний фактор визначається відповідністю реальних інтимних стосунків подружжя їхнім очікуванням щодо сексуальної близькості. На цей аспект впливає низка чинників, зокрема вік партнерів, стан їхнього здоров'я та загальні фізіологічні особливості [19].

Усі ці фактори взаємопов'язані між собою, проте особливе місце серед них займає психологічний фактор. Він є своєрідним інтегруючим елементом, який об'єднує всі інші складові та визначає загальну узгодженість і гармонійність поведінки особистості. У структурі подружньої взаємодії психологічний фактор охоплює співвідношення особистісних характеристик чоловіка і дружини, передусім їхніх характерів та рольових очікувань.

Ян Щепан (Jan Szczepan) — польський психолог і соціолог, який зробив значний внесок у вивчення подружніх та сімейних взаємин. Він відомий своїми дослідженнями у сфері психології сім'ї, зокрема, досліджував фактори, що впливають на стабільність шлюбу та на емоційну згуртованість подружжя. Щепан пропонував різноманітні теоретичні підходи до аналізу сімейних відносин і виступав за комплексне розуміння шлюбу як соціального інституту, де важливу роль відіграють не тільки внутрішні (емоційні, когнітивні), але й зовнішні чинники (наприклад, соціальна підтримка,

економічний стан).

У своїх роботах Щепан акцентує увагу на важливості комунікації, емоційної близькості, спільних цінностей та підтримки у розвитку здорових, стабільних подружніх відносин. Він також наголошує на необхідності розуміння впливу соціальних та культурних контекстів на подружнє життя.

Загалом, Щепан став однією з важливих фігур у польській психології та соціології, його праці продовжують використовувати у дослідженнях, що стосуються взаємодії між людьми в контексті сім'ї та шлюбу [31].

Подібні дослідження активно проводилися й за кордоном. Одним із перших, хто запропонував модель стабільності шлюбу, був Дж. Левінгер (1965). Він розглядав цей феномен через баланс трьох груп чинників: внутрішнього потягу між партнерами, зовнішніх факторів, що підтримують шлюб, та протилежних сил, які можуть його руйнувати.

До внутрішніх сил, що зміцнюють шлюб, Левінгер відносив кохання, дружні стосунки між подружжям, матеріальну підтримку, високий соціальний статус, престижність сімейного становища та широкі можливості для самореалізації в межах шлюбу. Зовнішні фактори підтримки шлюбу, на його думку, включають моральні зобов'язання, страх втратити кар'єру, відповідальність за дітей, труднощі, пов'язані з самотнім життям, юридичні обмеження та негативне ставлення до розлучень у суспільстві.

Фактори, що суперечать стабільності шлюбу, він визначав як зовнішні сили, що сприяють розриву. До них належать наявність альтернативного партнера, конфлікт між кар'єрою та подружніми обов'язками, суперечності між прихильністю до батьківської родини та нової сім'ї, прагнення до свободи від зобов'язань і бажання жити незалежно. Соціальні бар'єри, які перешкоджають розлученню, Левінгер розглядав як зовнішню підтримку шлюбу [32].

Крім того, були здійснені кілька спроб організувати накопичену інформацію щодо цієї проблеми, об'єднуючи дані, отримані різними науковцями за різними підходами до вивчення сім'ї. Однією з найбільш

відомих моделей факторів, які впливають на якість шлюбу, є модель, запропонована американськими дослідниками R.A. Levis та G.B. Spanier у 1980 році. Вони провели ґрунтовну роботу, зібравши дані про взаємозв'язок між якістю шлюбу та різними факторами, а потім групували їх для створення комплексної моделі. Виходячи з 300 проаналізованих джерел, вони сформулювали 40 тверджень, що стосуються впливу різних факторів на якість шлюбу, розділених на три основні категорії: 1. «Фактори партнерів». 2. «Соціально-економічні фактори». 3. «Особисті та внутрішні фактори» [46].

Перша категорія факторів, що позитивно впливають на якість шлюбу, включала такі характеристики, як соціально-економічна схожість, расова та релігійна належність, інтелектуальна та вікова відповідність, а також однаковий статус партнерів. В межах цієї категорії виділили підкатегорію «особисті ресурси», до якої належать фактори, що позитивно впливають на успіх шлюбу, такі як високий рівень освіти, низький рівень невротизму, більш зрілий вік при вступі в шлюб, емоційне здоров'я, розвинуті міжособистісні комунікативні навички, адекватна самооцінка та значний досвід знайомства до шлюбу. У підкатегорії «Особливості батьківської моделі» автори визначили такі фактори, як позитивне сприйняття власного дитинства партнерами, гарні стосунки з батьками та сприятливе середовище в родині. Друга підкатегорія дошлюбних факторів, що стосується «схвалення шлюбу важливими іншими», підкреслює важливість позитивного ставлення до шлюбу з боку оточуючих.

Декілька характеристик, пов'язаних з дошлюбними факторами, не увійшли до жодної з підкатегорій, визначених авторами. Серед них можна виділити такі фактори, що позитивно впливають на якість шлюбу: відсутність дошлюбної вагітності, наявність чіткої мотивації до шлюбу, а також узгодженість поведінки респондента в сексуальній сфері з його власними уявленнями про прийнятну поведінку. Група «соціально-економічні фактори» включає такі підкатегорії: «соціально-економічні характеристики, які відображають добробут сім'ї» — високий соціальний

статус чоловіка, стабільність економічної ситуації в родині, позитивне ставлення чоловіка до кар'єри дружини, задоволеність дружини. Інша підкатегорія «Інтеграція подружжя в ширшу мережу соціальних зв'язків» охоплює наявність спільних друзів у пари, участь у громадських організаціях.

Найбільш розширеною групою факторів, що позитивно впливають на якість шлюбу, стали «особисті та внутрішні фактори», як зазначають R.A. Levis і G.B. Spanier. Вона включає підкатегорії, такі як «позитивне ставлення до партнера», яке виражається в легкості спілкування, фізичній, сексуальній та інтелектуальній привабливості партнера, а також у відповідності їх ціннісних орієнтацій. Інша підкатегорія охоплює «емоційну задоволеність партнером», що включає прояв любові з його боку, повагу, взаємодопомогу в особистісному зростанні, задоволеність від того, як партнер виконує соціально-емоційну роль, рівність у стосунках, сексуальне задоволення, любов партнера, відповідність ідеальному образу чоловіка (дружини) та почуття єдності як подружньої пари [46].

Окремо було виділено підкатегорію, що стосується «ефективності комунікації в подружній парі», яка включає глибину саморозкриття партнерів, точність невербальної комунікації, наявність спільних символів, єдність очікувань, частоту успішного спілкування, схожість у сприйнятті сімейних ролей, а також взаємне розуміння та емпатію.

Ще одна підкатегорія факторів, яку назвали «Роль-графон», включає такі аспекти, як задоволення потреб, відповідність ролей, узгодження ролей і очікувань щодо них, особистісні подібності, чіткість розмежування ролей у родині, а також сексуальна сумісність партнерів. Завершує структуру підкатегорія «взаємодія», що об'єднує такі фактори, як дружба між подружжям, спільна діяльність, ефективність взаємодії (зокрема в процесі вирішення проблем), фізична близькість у взаємодії та спільні відвідування церкви.

Висновки до розділу 1.

Підсумовуючи аналіз наявної літератури з цієї теми, можна зробити кілька висновків. По-перше, значну увагу було приділено вивченню проблем сімейних стосунків як в Україні, так і за кордоном. По-друге, у психології існують різні підходи до визначення основних понять сімейної психології. По-третє, як вітчизняні, так і закордонні дослідники здійснили численні спроби узагальнити та класифікувати фактори, що впливають на якість сімейних відносин.

Однак, незважаючи на значний обсяг досліджень, проблема впливу інтелекту партнерів на задоволеність шлюбом залишалася малодослідженою. На наш погляд, сьогодні інтелект є однією з ключових цінностей сучасного суспільства. Це підтверджується рядом фактів: зростання конкуренції в останні роки, пріоритет кандидатів із вищою освітою та академічними ступеннями принаймі на роботу, а також зростаючий інтерес молоді до вступу до престижних університетів. Однак, поряд з цими тенденціями, є й інша важлива сфера — стосунки в родині. У нашому емпіричному дослідженні ми розглянемо інтелект як фактор, що впливає на задоволеність шлюбом.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ НА ПОДРУЖНІ СТОСУНКИ

2.1. Обґрунтування та вибір методик

Обґрунтування вибору методик для дослідження впливу психологічних чинників на задоволеність подружніми стосунками базується на необхідності отримати комплексне розуміння факторів, що впливають на якість відносин у шлюбі. Оскільки задоволеність шлюбом є багатограним феноменом, що включає емоційні, когнітивні та соціальні аспекти взаємодії між партнерами, вибір методик орієнтований на всебічну оцінку цих компонентів.

Для виконання поставлених завдання нашої кваліфікаційної роботи ми обрали наступні методики:

1. *тест інтелекту (за методикою Векслера)*, що дозволяє оцінити когнітивні здібності кожного з партнерів, а також методики, що вимірюють рівень емоційного та соціального інтелекту, оскільки ці фактори безпосередньо корелюють із здатністю до взаєморозуміння та емоційної підтримки у шлюбі, рівень інтелекту одного або обох партнерів може впливати на їхні взаємодії в шлюбі, зокрема на здатність до вирішення конфліктів і прийняття рішень;
2. *методика визначення емоційного інтелекту (М. Саутгейт і П. Бар-Он)*, оскільки емоційний інтелект також відіграє важливу роль у подружніх стосунках, ця методика дозволяє оцінити, наскільки ефективно партнери здатні розуміти і керувати власними емоціями, а також емоціями партнера. Високий рівень емоційного інтелекту може сприяти більш гармонійним стосункам, кращому вирішенню конфліктів і задоволеності в шлюбі;
3. *методика дослідження рівня задоволеності шлюбом, розроблена Д.Т. Левченко*, дає можливість оцінити емоційне, сексуальне та соціальне задоволення в стосунках, що важливо для визначення

психологічних чинників, які впливають на гармонію у подружжі;

4. *тест на міжособистісну взаємодію (Чекіна, Яркова)*, оскільки ефективне спілкування є критичним чинником для збереження задоволення у шлюбі.

Таким чином, обрані методики дозволяють здійснити комплексний підхід до дослідження впливу психологічних чинників на подружні стосунки. Охарактеризуймо ті методики.

I. Тест інтелекту за методикою Векслера є однією з найпоширеніших психодіагностичних методик для вимірювання загального інтелекту (IQ). Він був розроблений Девідом Векслером і на сьогоднішній день існує в декількох варіантах, зокрема для дорослих (WAIS – Wechsler Adult Intelligence Scale) і для дітей (WISC – Wechsler Intelligence Scale for Children). Тест призначений для оцінки когнітивних здібностей людини в різних аспектах, таких як вербальна і невербальна інтелектуальна діяльність.

Методика складається з кількох субтестів, які охоплюють різні сфери когнітивної діяльності, зокрема вербальну пам'ять, логічне мислення, математичні здібності, здатність до абстрактного мислення, просторову уяву та швидкість обробки інформації. Кожен з піддослідних субтестів оцінює конкретні аспекти інтелекту, що дозволяє створити всебічну картину інтелектуальних здібностей особи. Підсумковий результат тесту є інтегральним показником інтелекту, який обчислюється на основі оцінки результатів всіх субтестів. Важливо, що методика Векслера враховує як здатність до когнітивного оброблення інформації, так і емоційну адаптацію до соціального середовища, що є важливим для розуміння впливу інтелекту на міжособистісні відносини, зокрема в контексті подружніх стосунків.

II. Методика визначення емоційного інтелекту, розроблена М. Саутгейтом і П. Бар-Он, є одним із інструментів, що дозволяють вимірювати емоційний інтелект (EI) — здатність людини розпізнавати, розуміти, виражати свої емоції та ефективно взаємодіяти з іншими людьми на емоційному рівні. Психологи визначають емоційний інтелект як набір

когнітивних і емоційних здібностей, що сприяють ефективному функціонуванню особистості в соціальних взаємодіях і особистому житті.

Методика Бар-Она оцінює емоційний інтелект за допомогою широкого спектру підкомпонентів, таких як саморозуміння, управління емоціями, соціальна свідомість, міжособистісна взаємодія та стресостійкість. Тест складається з різних шкал, які вимірюють ці аспекти через ситуаційні запитання та анкети, що дозволяють виявити рівень емоційного інтелекту на кожному з етапів взаємодії з іншими людьми. В основному методика включає оцінку таких аспектів, як здатність до емпатії, здатність до самоконтролю емоцій, соціальна чутливість та ефективність комунікації в складних емоційних ситуаціях.

Застосування цієї методики дозволяє не лише оцінити рівень емоційного інтелекту особистості, але й розкрити, як емоційний інтелект впливає на міжособистісні стосунки, включаючи подружні стосунки. У контексті шлюбних відносин високий рівень емоційного інтелекту може сприяти кращому вирішенню конфліктів, гармонії в спілкуванні і загальному задоволенню від стосунків, адже дозволяє партнерам краще розуміти та підтримувати одне одного на емоційному рівні.

III. Методика дослідження рівня задоволеності шлюбом, розроблена Д.Т. Левченко, є одним із популярних інструментів для вимірювання ступеня задоволеності особами їхніми подружніми стосунками. Ця методика дозволяє комплексно оцінити, наскільки партнери задоволені різними аспектами їхнього шлюбу, такими як емоційна близькість, сексуальна задоволеність, рівень взаєморозуміння, рівень підтримки та взаємодопомоги.

Методика складається з анкети, в якій респонденти повинні оцінити за допомогою шкали (як правило, від 1 до 5) різні аспекти своїх відносин. Питання анкети охоплюють кілька основних блоків: взаємодія в емоційному та інтелектуальному плані, здатність вирішувати конфлікти, рівень задоволеності від сексуальних відносин, ставлення до партнера, а також ставлення до шлюбу в цілому. Важливим аспектом є те, що методика

дозволяє не тільки виявити рівень задоволеності подружжям, але й допомогти виявити специфічні проблеми в стосунках, які можуть бути пов'язані з емоційною або соціальною несправедливістю, непорозуміннями або іншими чинниками.

Методика Левченко є важливим інструментом для дослідження шлюбних стосунків, оскільки вона дозволяє глибше зрозуміти, як різні аспекти взаємодії партнерів у шлюбі впливають на загальний рівень задоволеності. Цей інструмент застосовують у психологічних дослідженнях, а також у практиці сімейних психологів і консультантів для виявлення проблем і рекомендацій щодо поліпшення подружніх стосунків.

IV. Тест на міжособистісну взаємодію, розроблений Чекіною та Ярковою, є психодіагностичним інструментом, що використовується для вивчення характеристик соціальної взаємодії між людьми. Він дозволяє оцінити, наскільки ефективно особа взаємодіє з іншими в різних соціальних ситуаціях, зокрема в контексті міжособистісних стосунків. Тест фокусується на здатності індивіда розуміти і коректно реагувати на емоційні і соціальні сигнали інших людей, що є критичним для гармонії в міжособистісних зв'язках, зокрема в сімейних та подружніх стосунках.

Тест складається з ряду ситуаційних запитань, що змушують респондента оцінювати, як він або вона реагує в певних соціальних обставинах, наприклад, у випадках конфліктів, емоційних напружень чи необхідності підтримки інших людей. У рамках тесту оцінюються такі аспекти, як здатність до емпатії, рівень асертивності, стресостійкість під час взаємодії, а також ступінь відкритості і готовності до компромісу. Тест може допомогти виявити рівень розвитку міжособистісних навичок та виявити потенційні труднощі у взаємодії, що можуть впливати на якість подружніх стосунків. Важливим є те, що результати тесту дозволяють не лише оцінити поточний рівень міжособистісної взаємодії, але й запропонувати стратегії для покращення соціальної адаптації та ефективної комунікації в шлюбі.

Процедура дослідження. Наше дослідження є складним з

організаційної точки зору, оскільки сім'я є закритою системою, і не всі бажають ділитися своїми особистими проблемами з третіми особами. Щодо оцінки інтелекту, учасники часто відмовлялися від участі, побоюючись виявитися з більш високим рівнем інтелекту, ніж вони очікували. Деякі респонденти брали участь у дослідженні із явною неохотою. Для того, щоб уникнути впливу соціальної бажаності на результати дослідження рівня задоволеності шлюбом, ми вирішили не розкривати мету експерименту учасникам до завершення дослідження, як у випадку з діагностикою інтелекту, так і задоволеності шлюбом.

Дослідження проводилось в декілька етапів. Спочатку ми досліджували когнітивні та емоційно-інтелектуальні властивості наших досліджуваних, позаяк інструкція тесту передбачає деякий контроль за дослідженням та процесом. Дослідження інтелекту проводилось особисто з кожним окремо досліджуваним. В результаті цього ми маємо результат інтелектуального рівня кожного досліджуваного.

Наступним кроком ми оцінювали задоволеність шлюбом методикою Д.Т. Левченко та визначення міжособистісної взаємодії в шлюбі за Чекіною та Ярковою. Як і в першому випадку, працювали особисто з кожним досліджуваним окремо та звіряли відповіді з ключем до методики.

Нами проводився також якісний аналіз результатів, опираючись на обрані результати відповідей у тесті. А також кількісний аналіз, сумуючи бали та співставляючи з оцінками шкал за кожним субтестом.

2.2. Аналіз результатів дослідження

Представляємо гістограму, що показує розподіл балів за тестом IQ (WAIS) та рівнем задоволеності шлюбом серед 40 досліджуваних.

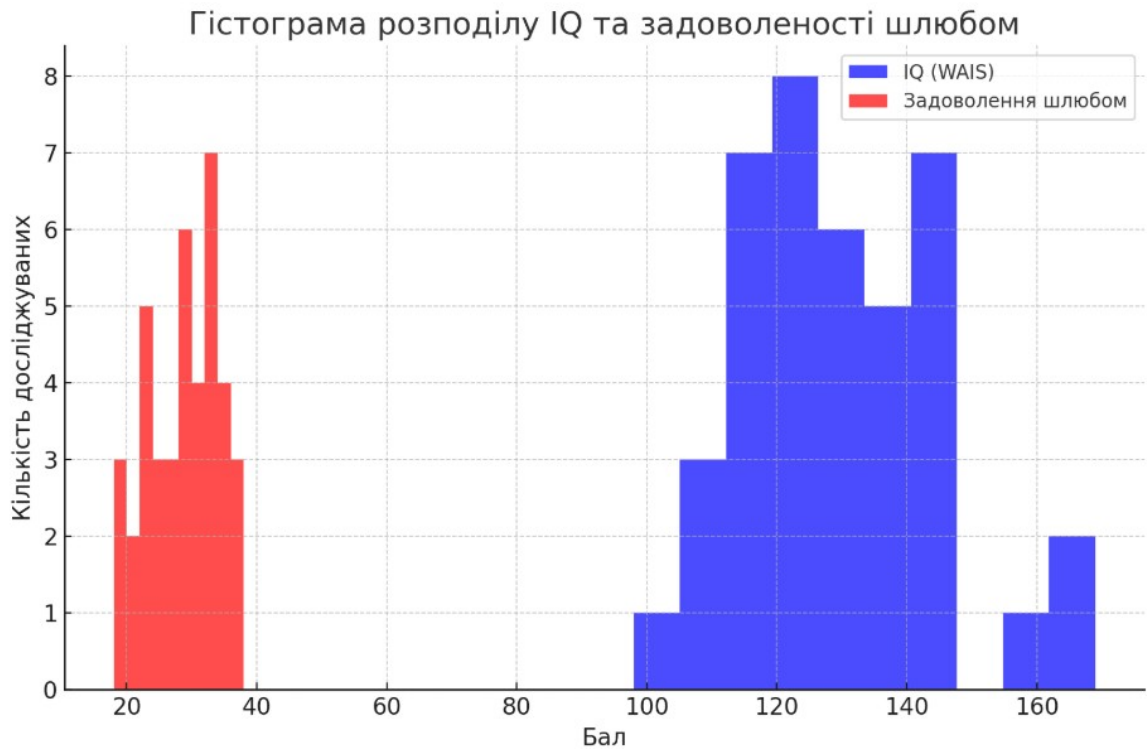


Рис. 1. Гістограма розподілу IQ та задоволеності шлюбом

Аналізуючи гістограму, можна зробити такі висновки:

Розподіл IQ серед досліджуваних. Рівень інтелекту (IQ) у вибірці значно варіюється. Є досліджувані з дуже високими показниками (понад 160), а також з нижчими значеннями (близько 98-107). Водночас значна частина респондентів має IQ у межах 110-140, що є вище середнього рівня.

Рівень задоволеності шлюбом. Бал задоволеності шлюбом також демонструє значну варіативність. Є досліджувані, які мають дуже низькі показники (близько 18-20), що може свідчити про серйозні проблеми у стосунках. Натомість деякі учасники мають високі бали задоволеності (понад 30), що говорить про їхній позитивний досвід у шлюбі.

Взаємозв'язок між IQ і задоволеністю шлюбом. Візуальний аналіз гістограми показує, що високий IQ не завжди супроводжується високим рівнем задоволеності шлюбом. Наприклад, деякі досліджувані з високим рівнем інтелекту (близько 150-160) демонструють середню або низьку задоволеність шлюбом. Це може свідчити про певні труднощі у

міжособистісній взаємодії або про відмінності у ціннісних орієнтаціях партнерів.

Гендерні відмінності. Якщо порівнювати чоловіків і жінок, можна відзначити, що в деяких випадках жінки з високим IQ демонструють вищу задоволеність шлюбом, ніж чоловіки з аналогічними показниками інтелекту. Це може свідчити про різні психологічні чинники, які впливають на сімейні стосунки у представників різних статей.

Можливі гіпотези для подальшого дослідження. Отримані результати можуть бути основою для подальшого аналізу. Наприклад, варто дослідити, які додаткові фактори (емоційний інтелект, рівень конфліктності, комунікативні навички) можуть впливати на задоволеність шлюбом у поєднанні з когнітивними здібностями.

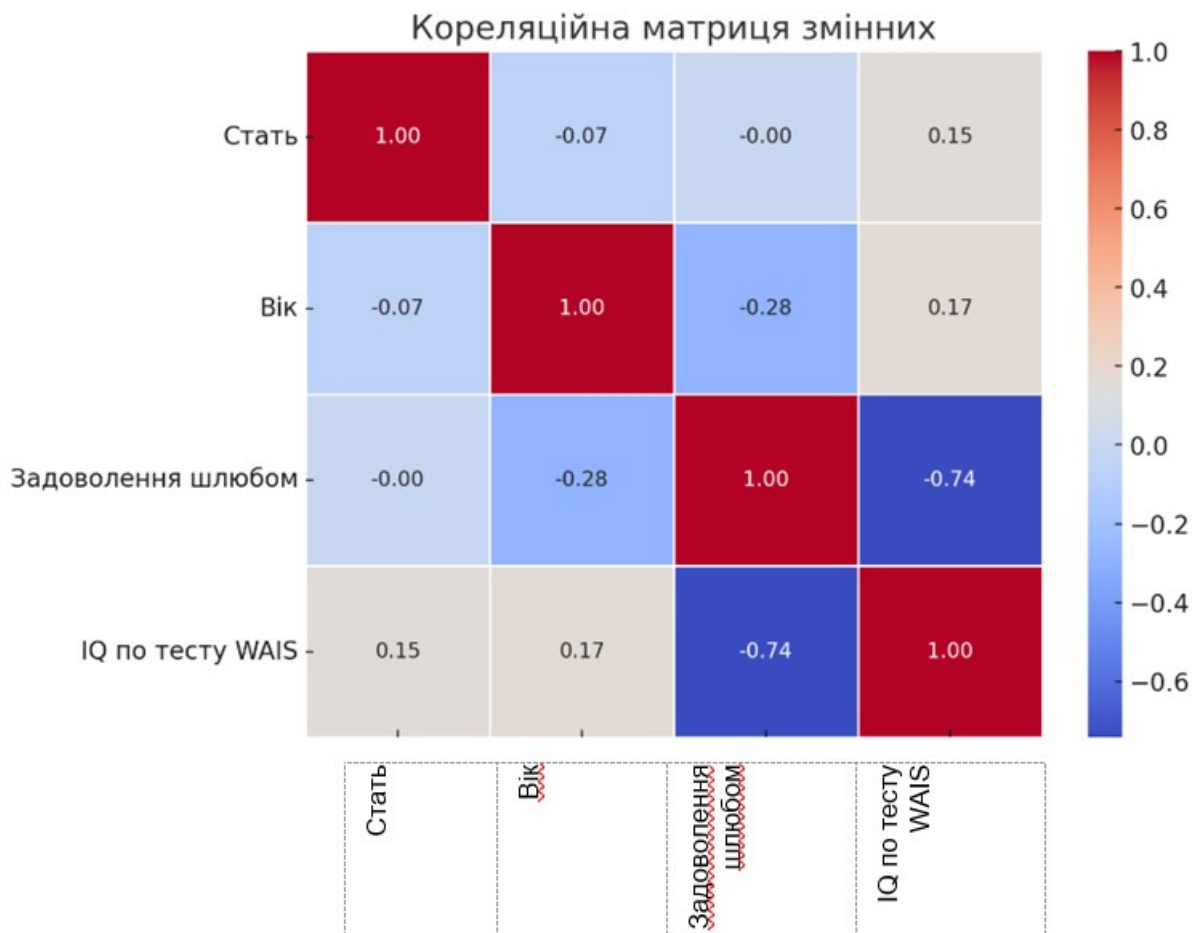


Рис. 2. Кореляційна матриця змінних

Кореляційна матриця показує такі взаємозв'язки між змінними:

Спостерігається помірно негативний зв'язок між віком та задоволеністю шлюбом (-0.28), що може свідчити про зниження задоволеності шлюбом із віком.

Дуже сильний негативний зв'язок між рівнем IQ і задоволеністю шлюбом (-0.74) вказує на те, що чим вищий інтелект, тим нижчий рівень задоволеності шлюбом.

Вік має слабкий позитивний зв'язок із рівнем IQ (0.17), що може відображати загальну тенденцію збільшення когнітивного досвіду з віком.

Залежність між статтю та іншими змінними досить слабка, тобто стать не є визначальним чинником у цих показниках.

Ці результати можуть свідчити про те, що рівень інтелекту відіграє важливу роль у шлюбній задоволеності, і потребує детальнішого аналізу.

Для перевірки даних ми застосовуємо коефіцієнт рангової кореляції Спірмена:

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum (d^2)}{N(N^2 - 1)}$$

де d – різниця рангів за двома змінними для кожного досліджуваного;

N – кількість ранжованих значень, в даному випадку k -сть досліджуваних.

З цією метою нам слід проранжувати дані, отримані за тестом Векслера. Результати ранжування показані в таблиці 1.

Таблиця 1.

Ранги даних за тестом «Задоволення шлюбом» та тесту інтелекту Д. Векслера

Бал по тесту Задоволеності шлюбом (змінна А)	ранг А	IQ по тесту WAIS (змінна В)	ранг В
18	1	98	1
19	2,5	107	2
19	2,5	109	3
20	4	112	4
21	5	113	5
22	6,5	116	6
22	6,5	117	7
23	9	118	8,5
23	9	118	8,5
23	9	119	10,5
24	11,5	119	10,5
24	11,5	120	12
25	13	121	13
26	14,5	122	14
26	14,5	123	15,5
27	16	123	15,5
28	17,5	124	17
28	17,5	125	18
29	20,5	126	19
29	20,5	129	20,5
29	20,5	129	20,5
29	20,5	130	22
30	24,5	131	23
30	24,5	132	24
30	24,5	133	25
30	24,5	134	26
32	28	136	27,5
32	28	136	27,5
32	28	138	29,5
33	31,5	138	29,5
33	31,5	141	31
33	31,5	142	32,5
33	31,5	142	32,5
34	34	144	34,5
35	36	144	34,5
35	36	145	36
35	36	147	37
37	38,5	157	38
37	38,5	164	39

Наступним етапом ми знайдемо різницю рангових значень d та шляхом арифметичних дій знаходимо d^2 . Розрахунок d^2 для рангового коефіцієнту кореляції Спірмена представляємо в таблиці 2.

Таблиця 2.

Розрахунок d^2 для рангового коефіцієнту кореляції Спірмена, співставляючи міру задоволеності шлюбом та IQ подружжя

досліджувані №	Бал по тесту Задоволеності шлюбом ¹ (змінна A)	ранг A	IQ по тесту ² WAIS ³ (змінна B)	ранг B	d (A-B)	d^2
1	26	14,5	119	10,5	4	16
2	30	24,5	122	14	10,5	110,25
3	33	31,5	124	17	14,5	210,25
4	20	4	157	38	-34	1156
5	23	9	164	39	-30	900
6	32	28	131	23	5	25
7	23	9	147	37	-28	784
8	30	24,5	109	3	21,5	462,25
9	33	31,5	118	8,5	23	529
10	19	2,5	138	29,5	-27	729
11	21	5	136	27,5	-22,5	506,25
12	29	20,5	125	18	2,5	6,25
13	18	1	142	32,5	-31,5	992,25
14	35	36	117	7	29	841
15	28	17,5	123	15,5	2	4
15	29	20,5	123	15,5	5	25
17	34	34	112	4	30	900
18	37	38,5	107	2	36,5	1332,25
19	35	36	116	6	30	900
20	32	28	120	12	16	256
21	26	14,5	133	25	-10,5	110,25
22	33	31,5	126	19	12,5	156,25
23	23	9	142	32,5	-23,5	552,25
24	29	20,5	129	20,5	0	0
25	30	24,5	118	8,5	16	256
26	33	31,5	119	10,5	21	441
27	35	36	98	1	35	1225
28	37	38,5	113	5	33,5	1122,25
29	22	6,5	129	20,5	-14	196
30	24	11,5	169	40	-28,5	812,25

°31α	25α	13α	144α	34,5α	-21,5α	462,25α
°32α	22α	6,5α	136α	27,5α	-21α	441α
°33α	32α	28α	130α	22α	6α	36α
°34α	30α	24,5α	134α	26α	-1,5α	2,25α
°35α	28α	17,5α	141α	31α	-13,5α	182,25α
°36α	27α	16α	145α	36α	-20α	400α
°37α	24α	11,5α	138α	29,5α	-18α	324α
°38α	19α	2,5α	144α	34,5α	-32α	1024α
°39α	38α	40α	121α	13α	27α	729α
°40α	29α	20,5α	132α	24α	-3,5α	12,25α
Сумаα	α	820α	α	820α	0α	19169α

Розрахуймо емпіричне значення r_s :

$$r_s = \frac{1 - 6(19169)}{40(40^2 - 1)} = 1 - \frac{115014}{63960} = -0,79$$

Визначаємо критичне значення r_s при $N=40$

$$r_{s \text{ кр.}} = \begin{cases} 0,3120 & (p \leq 0,05) \\ 0,5007 & (p \leq 0,001) \end{cases}$$

$r_s = -0,79$ статистично значиме

Після аналізу результатів ми отримали, що коефіцієнт рангової кореляції складає $-0,79$, що свідчить про значну негативну взаємозалежність. Це означає, що між рівнем інтелекту та ступенем задоволеності шлюбом існує статистично значуща негативна кореляція.

Методами математичної статистики було виявлено негативну кореляцію між рівнем інтелекту та рівнем задоволеності шлюбом.

Це підтверджує гіпотезу про те, що високий рівень інтелекту може бути пов'язаний з низьким рівнем задоволеності шлюбом, а знижений рівень інтелекту – з більшим задоволенням сімейними відносинами, що знайшло підтвердження в емпіричних дослідженнях.

Якщо розглядати отримані результати через призму різних психологічних теорій і напрямків, найбільш близькою до нас є когнітивна теорія особистості Д. Келлі [46]. Одним із основних положень цієї теорії є ідея, що людина у своєму повсякденному житті діє подібно до вченого,

орієнтуючись передусім на майбутнє, а не на минуле або теперішнє. Келлі стверджував, що поведінка людини – це, по суті, спроба прогнозувати майбутнє. Він підкреслював, що прогнози не робляться ради їхнього змісту, а з метою полегшити уявлення про майбутнє. Тобто, саме майбутнє викликає найбільшу занепокоєність у людини, а не її минуле. Тут ми бачимо чітку взаємозалежність між інтелектуальними здібностями та перспективами розвитку індивіда в майбутньому [29].

Отже, задоволеність або незадоволеність шлюбом залежить від того, наскільки здатні подружжя розуміти один одного через призму своїх когнітивних конструкцій. У теорії Келлі ці конструкції є інструментом для осмислення явищ та людей у їхньому оточенні. Таким чином, незадоволеність шлюбом у межах когнітивної теорії постає як результат інтелектуального аналізу та прогнозування подій у майбутньому. Коли індивід порівнює реальність свого теперішнього життя, зокрема шлюбних відносин, з очікуваннями щодо майбутнього, виникає очевидна різниця, що може стати причиною незадоволеності.

Проте постає питання: чи всі люди, як стверджує Келлі, мають достатній рівень інтелекту для того, щоб ефективно прогнозувати своє майбутнє? І що може компенсувати недоліки когнітивної сфери для орієнтації на майбутнє? Когнітивна теорія дає відповіді на ці запитання.

Також варто звернути увагу на погляди представника гуманістичної психології А. Маслоу [23]. Теорія мотивації Маслоу настільки відома, що не потребує додаткового представлення, але ми спробуємо розглянути її ієрархічну структуру потреб через призму наших результатів. Згідно з теорією Маслоу, незадоволеність шлюбом можна розглядати як невідповідність потреби в приналежності та любові, яку, на думку Маслоу, людина має від народження або інстинктивно. Теорія стверджує, що задоволення базових потреб, розташованих внизу піраміди, необхідне для того, щоб індивід зміг усвідомити вищі потреби та бути мотивованим до їх

реалізації. Тобто, потреби нижчого рівня повинні бути задоволені перш, ніж людина зможе спрямувати свою увагу на більш високі потреби.

Виходячи з цієї теорії, можна припустити, що якщо потреба в приналежності та любові (що відповідає за задоволеність шлюбом) не реалізована, то й шанси на досягнення вищих потреб, таких як самоповага і самоактуалізація, майже відсутні. Інакше кажучи, людина, яка незадоволена своїми сімейними стосунками, відповідно до теорії Маслоу, має малі шанси бути визнаною та поважаною, як іншими, так і собою, а також ще менше шансів на самоактуалізацію, тобто на те, щоб стати тією особистістю, якою вона хоче бути.

Ми також зауважимо, що стала актуальною потреба у приналежності та любові (у нашому випадку – потреба задоволеності у шлюбі) може лише у разі задоволення фізіологічних потреб (голод, спрага, секс, сон). Але, на наш погляд, тут можна посперечатись. Хіба не може бути незадоволеність інтимними відносинами (фізіологічна потреба) причиною незадоволеності шлюбом (потреба у приналежності та любові) загалом? Або інший приклад: вимушене кочування подружжя через відсутність власної житлоплощі (нереалізована потреба в безпеці) може бути ядром незадоволеності шлюбом (потреба в приналежності і любові). Це доводить прозорість меж системи мотивації Маслоу, а то й сказати, що розбиває ієрархічну структуру потреб.

Які ж причини незадоволеності шлюбом у рамках цієї теорії? Всупереч нашим отриманим результатам про те, що високий рівень розвитку інтелекту індивіда є джерелом незадоволеності шлюбом, ми знаходимо в теорії мотивації відомості про те, що нереалізована потреба у приналежності та любові (тобто пошук близьких взаємин) у зрілому віці є наслідком неповної реалізації.

Таким чином, Маслоу припускає, що недостатня любов і увага батьків по відношенню до дитини тягне за собою не просто незадоволеність у майбутньому шлюбі їхньої дитини, а й зумовлює проблеми задоволення інших важливих потреб, як-то потреба у самоповазі та самоактуалізації. Саме

Маслоу стверджував, що потреби приналежності та кохання часто не задовольняються американським суспільством, внаслідок чого розвиваються дезадаптація та патологія. Багато людей неохоче відкривають себе для близьких стосунків, бо бояться відкинутими. Маслоу укладав, що є доказ суттєвої кореляції між щасливим дитинством та здоров'ям у зрілому житті. Такі дані, на його думку, підтримують тезу, що любов є основною передумовою здорового розвитку людини.

Так само цікаво, з погляду, обговорення отриманих результатів з погляду соціально-когнітивного напрямку у психології, зокрема, у межах теорії А. Бандури. Основоположним його теорії і те, що причинами функціонування людини є тріада: поведінка – особистісні чинники – оточення. Таким чином, соціально-когнітивна теорія описує модель взаємної підпорядкованості, в якій пізнавальні, афективні та інші особистісні фактори та події оточення працюють як взаємозалежні детермінанти [18].



Рис. 3. Модель взаємодетермінізму А. Бандури

Бандура стверджує, що високі інтелектуальні здібності надають людині потужні інструменти для взаємодії з навколишнім світом. За його словами, з вербальних та образних репрезентацій людина формує і зберігає досвід таким чином, що він служить орієнтиром для подальшої поведінки. Це має спільні риси з теорією Келлі, однак Бандура додатково акцентує на важливості когнітивних здібностей для планування поведінки. Відмовившись від підходу спроб і помилок, індивід може прогнозувати наслідки своїх

вчинків і коригувати свою поведінку. З цього можна зробити висновок: добре розвинений інтелект є засобом адаптації до оточення, зокрема до ситуацій, які викликають задоволення. Прогнозуючи свою поведінку через залучення когнітивних процесів, людина, незадоволена своїм шлюбом, здатна змінити своє сімейне життя на краще без помилок у поведінці.

Проте постає питання: як може прогнозувати свою поведінку індивід з низьким рівнем когнітивного розвитку? Ми припускаємо, що в такому випадку людина інтуїтивно уявляє бажані перспективи свого майбутнього, але не має можливості оперувати складними концептами і логічно вибудовувати шляхи до досягнення цих перспектив. Вона скоріше покладатиметься на метод спроб і помилок на рівні поведінки. Це може проявлятися в тому, що людина з низьким рівнем інтелекту, не усвідомлюючи незадоволеності своїм шлюбом, інтуїтивно малює собі образи щасливого сімейного життя і намагається досягти їх через доступні їй поведінкові реакції, які часто бувають деструктивними.

Особливий погляд на цю проблему пропонує теорія оперантного навчання Б. Скіннера [4]. Якщо порівняти отримані нами результати з основними принципами цієї теорії, можна дійти сумного висновку, що незадоволеність шлюбом виникає, коли зникає звичне підкріплення важливих для подружжя потреб, які формуються через умовне підкріплення. Тобто, однією з причин незадоволення шлюбом може стати, наприклад, зміна роботи одним з подружжя, що призводить до відсутності часу для спільного дозвілля або обмеження можливості для спілкування. Однак незадоволеність виникає лише тоді, коли раніше спільне проведення часу та спілкування були емоційно позитивно забарвлені (як позитивне умовне підкріплення) і стали частиною повсякденного життя. Згідно з цією теорією, роль інтелекту зводиться до усвідомлення втрати звичного підкріплення потреби.

Якщо ж розглянути отримані нами результати через призму гуманістичної теорії Е. Фромма, то серед п'яти основних потреб, виокремлених ним, важливу роль відіграє потреба у встановленні зв'язків.

Фромм вважав, що для подолання відчуття ізоляції людині необхідно піклуватися про інших, брати участь у житті когось і бути відповідальним за нього. У цьому контексті сім'я є ключовим елементом. Ідеальний спосіб зв'язку зі світом, за Фроммом, реалізується через «продуктивне кохання», яке дозволяє людям співпрацювати, зберігаючи свою індивідуальність. Якщо ця потреба не задоволена, люди стають нарцисичними, орієнтуючись лише на свої егоїстичні інтереси і не здатні довіряти іншим. Тут можна зробити два припущення. По-перше, якщо індивід не задоволений своєю потребою у зв'язках, він може почати відстоювати лише егоїстичні інтереси, що є новим етапом його розвитку. Це може бути позитивним, адже егоїстичні інтереси можуть сприяти духовному та інтелектуальному вдосконаленню (особистісному прогресу), але для цього потрібен достатній рівень інтелекту. З іншого боку, якщо індивід з низьким рівнем інтелекту відчуває незадоволення в цій сфері, це може призвести до регресу, коли він втрачає здатність до комунікації і зосереджується лише на задоволенні фізіологічних потреб [5].

Отже, ми розглянули наші результати через різні теоретичні підходи в психології. Підсумовуючи, можна зробити сумний висновок: у ряді теорій ми знаходимо певне підтвердження нашого припущення про зв'язок між рівнем інтелекту та ступенем задоволеності шлюбом. Так, теорії Д. Келлі та А. Бандури підтверджують цей зв'язок. Обидва дослідники вважають, що інтелект має ключову роль у прогнозуванні майбутнього. Однак різниця між ними полягає в тому, що Бандура акцентує увагу на поведінковому відображенні ситуації у разі неможливості точного прогнозу через активацію когнітивних функцій. У будь-якому випадку значення інтелекту для цих теорій є незаперечним.

Ми не можемо погодитися з основними принципами теорії А. Маслоу щодо суворої ієрархії потреб людини. Однак ми підтримуємо думку автора теорії, що незадоволеність шлюбом є результатом незадоволеної потреби у приналежності та любові.

2.3. Рекомендації подружжю щодо покращення подружніх взаємин

Подружні стосунки – це складний процес, що потребує постійної роботи, терпіння та взаєморозуміння. Проблеми у відносинах між чоловіком і дружиною можуть виникати через різні фактори: відсутність спільних інтересів, невдоволення побутом, відсутність емоційної близькості до елементарного недотримання взаємоповаги. Однак кожен з цих проблем можна подолати за допомогою свідомих зусиль з обох сторін.

1. Робота над комунікацією

Основою здорових подружніх стосунків є відкритість і здатність до ефективної комунікації. Зазвичай, у подружжя є багато нерозказаних проблем і непорозумінь, які можуть накопичуватися і призводити до конфліктів.

- Слухайте одне одного: Вміння слухати є важливою складовою здорової комунікації. Багато конфліктів виникає через те, що один із партнерів не відчувається вислуханим або зрозумілим. Тому важливо не просто відповідати на слова партнера, а й дійсно слухати його, намагаючись зрозуміти його точку зору.
- Використовуйте «Я-повідомлення»: Під час обговорення конфліктів або проблем намагайтеся говорити про свої почуття через «Я». Наприклад, замість фрази «Ти завжди мене ігноруєш», скажіть «Я відчуваю себе непотрібною, коли ти не звертаєш уваги на мої слова». Це зменшить захисну реакцію партнера і сприятиме більш відкритому діалогу.
- Регулярні бесіди: Не чекайте, коли проблеми стануть непримиренними. Запровадьте традицію регулярних розмов – раз на тиждень або раз на місяць – для того, щоб обговорити важливі питання, поділитися почуттями і переконатися, що ваші потреби задовольняються в шлюбі.

2. Повага і підтримка один одного

Повага – основа будь-яких здорових стосунків. У подружніх взаєминах це особливо важливо, оскільки без поваги неможливі довіра і гармонія.

- Поважайте індивідуальність партнера: Пам'ятайте, що кожна людина – це окремий світ, зі своїми звичками, поглядами, переконаннями. Не намагайтеся змінювати партнера, а шукайте способи підтримки і прийняття. Якщо ваш партнер має звичку, яка вас дратує, обговоріть це спокійно, без агресії.
- Слова підтримки: Щоденні прояви підтримки можуть значно покращити атмосферу у вашій родині. Хваліть партнера, дякуйте йому за допомогу, навіть якщо це здається дрібницею. Підтримка надає впевненості і сприяє зміцненню емоційної близькості.
- Не забувайте про компліменти: У повсякденній рутині легко забути, як важливо показувати своєму партнеру, що він вам дорогий. Вітання, компліменти, слова любові повинні бути частиною щоденного спілкування.

3. Пріоритет на спільні інтереси та час разом

Щоб зберегти міцні стосунки, важливо не лише підтримувати емоційну близькість, але й знаходити час для спільних занять і відпочинку.

- Плануйте спільний час: Важливо, щоб у вашому графіку було місце для поділу часу один з одним. Це можуть бути прості речі, такі як спільні вечери, прогулянки, перегляд фільмів чи заняття спортом. Навіть короткий, але якісний час, проведений разом, здатен зміцнити стосунки.
- Спільні інтереси: Знайдіть спільне хобі, яке буде приносити задоволення обом. Це може бути спорт, кулінарія, творчість або подорожі. Такі спільні інтереси дозволяють не лише зміцнювати емоційну прив'язаність, але й проводити час у продуктивному і веселому настрої.

- Не забувайте про фізичний контакт: Обійми, поцілунки, просте тримання за руку – це не лише прояв любові, але й спосіб покращити емоційну атмосферу в шлюбі. Пам'ятайте, що фізичний контакт важливий для збереження близькості.

4. Розподіл обов'язків і взаємна підтримка

Справедливий розподіл обов'язків є важливим для забезпечення гармонії в сімейному житті.

- Чітке визначення ролей: Обговоріть, хто за що відповідає в домашніх справах і вихованні дітей. Несправедливий або неузгоджений розподіл обов'язків може призвести до образ і невдоволення.
- Допомога один одному: Якщо ви бачите, що партнер утомлений або має проблеми, підтримайте його, запропонуйте допомогу, навіть якщо ваша роль не включає цей обов'язок. Взаємна підтримка створює атмосферу довіри і є основою стабільних стосунків.

5. Робота над конфліктами

У кожній родині бувають конфлікти. Важливо знати, як їх вирішувати конструктивно, не руйнуючи стосунки.

- Не використовуйте образливі слова: Під час сварок намагайтеся уникати фраз, які можуть поранити партнера. Це може призвести до глибоких психологічних травм, які важко буде подолати.
- Пошук компромісу: В конфліктах важливо шукати взаємоприємні рішення. Не прагніть бути правими, а намагайтеся знайти те, що буде влаштовувати обох. Це дозволить вам уникнути зайвих емоційних витрат.
- Не зберігайте образи: Коли конфлікт вирішено, намагайтеся не тримати в собі образи. Пробачення і здатність почати з чистого аркуша є важливою складовою довготривалих і здорових стосунків.

6. Індивідуальний розвиток

Щасливі стосунки можуть існувати тільки за умови, що обидва партнери займаються особистим розвитком. Розвиток інтелекту, емоційної

сфери, підтримка власних інтересів і хобі допомагають подружжю бути більш гармонійними і задоволеними.

- Підтримуйте розвиток один одного: Справжня підтримка проявляється в тому, щоб заохочувати партнера до досягнення його цілей. Якщо ваш партнер хоче пройти новий курс або змінити кар'єру, підтримайте його. Цей процес обогатить ваші стосунки.
- Займайтесь самоосвітою та самовдосконаленням: Саморозвиток допомагає не тільки зберігати особистісну ідентичність, але й привносити нові ідеї та погляди в стосунки.

Для підтримання та зміцнення подружніх стосунків важливо бути готовим до постійної роботи над собою та своїми взаєминами. Комунікація, повага, підтримка, розподіл обов'язків, вирішення конфліктів і особистий розвиток – це ті ключові аспекти, які дозволяють будувати гармонійні і щасливі стосунки. Важливо пам'ятати, що кожен шлюб є унікальним, і шлях до успіху – це спільна праця двох людей, які хочуть бути разом.

Висновки до розділу 2.

Здійснений кореляційний аналіз взаємозв'язку рівня інтелекту подружжя та їх задоволеності шлюбом виявив помітну негативну залежність між цими змінними. Це дослідження робить кілька важливих внесків у психологічну науку:

По-перше, ми звернули увагу на раніше не розглянуту проблему можливого впливу рівня інтелекту подружжя на їх рівень задоволеності шлюбом.

По-друге, через емпіричний аналіз ми підтвердили наявність зв'язку між цими двома факторами, що має практичне значення для роботи психологів-консультантів, які працюють із сім'ями. Якщо визначати незадоволеність як невдоволення, то незадоволеність шлюбом є результатом незадоволення певними аспектами сімейного життя. Відомо, що невдоволення, або критичність, часто властиві інтелектуально розвиненим

людям. Це невдоволення може стати потужним стимулом для змін, спрямованих на поліпшення якості шлюбних стосунків. У цьому контексті роль психолога як консультанта полягає в тому, щоб донести до клієнта розуміння психологічних аспектів їхніх проблем. Зокрема, це передбачає пояснення негативного зв'язку між рівнем інтелекту і рівнем задоволеності шлюбом, при цьому важливо акцентувати, що незадоволеність шлюбом свідчить про високий рівень інтелекту.

Наступним етапом роботи психолога є допомога клієнту у пошуку шляхів поліпшення його сімейного життя. Таким чином, виникає новий погляд на проблему розлучень. Розлучення можна розглядати не як негативний досвід, а як прагнення одного чи обох партнерів перейти до нових, більш якісних стосунків, що є частиною розвитку.

ВИСНОВКИ

Проведений аналіз наукової літератури показав, що дослідження подружніх стосунків займають важливе місце в психології. Багато вчених, зокрема Ян Щепан, Д. Келлі, А. Маслоу, А. Бандура, а також численні психологи з України, акцентують увагу на різноманітних факторах, які впливають на стабільність та якість шлюбу. Виявлено, що сімейна психологія охоплює як внутрішні, так і зовнішні чинники, що формують подружні взаємини. Зокрема, соціальна підтримка, комунікація, емоційна близькість, а також інтелектуальний розвиток є ключовими елементами, що визначають якість подружніх стосунків.

Психологічні чинники, які визначають динаміку подружніх взаємин, є багатограними та комплексними. Основні з них включають:

- Комунікація: здатність партнерів відкрито виражати свої почуття, потреби, вирішувати конфлікти та слухати один одного є основою здорових відносин.
- Емоційна близькість: високий рівень довіри, підтримки та готовність до взаємного розвитку є важливими складовими гармонійних відносин.
- Інтелектуальний розвиток: рівень інтелекту партнерів може впливати на їх здатність передбачати, планувати та адаптувати свою поведінку в контексті шлюбу.
- Соціальна підтримка та економічний стан: вплив зовнішніх чинників, таких як матеріальний добробут, соціальні зв'язки та підтримка з боку родини, друзів та громади, безсумнівно, впливає на стабільність стосунків.
- Цінності та переконання: спільність життєвих цілей, моральних та етичних стандартів також грає важливу роль у підтримці здорових відносин.

Емпіричне дослідження підтвердило існування статистично значущої кореляції між психологічними чинниками та рівнем задоволеності шлюбом. За

результатами проведеного опитування та аналізу, виявлено, що високий рівень комунікації, емоційної підтримки та інтелектуального розвитку сприяють високій задоволеності подружжя. На противагу, низький рівень комунікації, відсутність емоційної близькості, а також соціальна ізоляція та економічні труднощі сприяють підвищенню рівня незадоволеності шлюбом.

На основі теоретичних та емпіричних даних були розроблені практичні рекомендації для подружжя з метою покращення їхніх стосунків:

Покращення комунікації: важливо стимулювати відкриті та чесні розмови між партнерами, навчаючи їх висловлювати свої почуття та потреби, активно слухати один одного та вирішувати конфлікти без агресії.

Розвиток емоційної підтримки: слід працювати над створенням атмосфери довіри та підтримки, де партнери можуть покладатися один на одного у важкі моменти.

Інтелектуальний розвиток та самоусвідомлення: важливо стимулювати інтелектуальний розвиток обох партнерів, що дозволяє їм краще розуміти свої потреби та прагнення, а також прогнозувати і адаптувати свою поведінку.

Зміцнення зовнішніх факторів: партнерів слід заохочувати до створення стабільної соціальної підтримки, що включає друзів, родичів і підтримку з боку громади. Це може включати участь у соціальних активностях, спільному дозвіллі та подоланні економічних труднощів разом.

Збереження спільних цінностей: важливо, щоб партнери спільно працювали над розвитком спільних життєвих цілей, що забезпечує їхню гармонію та узгодженість у прийнятті важливих рішень.

Дослідження показало, що психологічні чинники, такі як комунікація, емоційна підтримка, інтелектуальний розвиток та соціальна підтримка, мають значний вплив на подружні стосунки. Практичні рекомендації, надані в роботі, допоможуть подружжю побудувати більш здорові, стабільні та гармонійні відносини, що сприятиме підвищенню їхнього рівня задоволеності шлюбом.

Широке застосування нових знань у сімейній психології має велике значення, адже більшість дорослих людей перебувають у шлюбі. На основі отриманих результатів можна зробити висновок, що про якість шлюбу не можна судити лише за рівнем задоволеності, оскільки задоволення або незадоволення, ймовірно, залежить не стільки від реальної якості шлюбу, скільки від рівня інтелекту партнерів. Подружжя з високим рівнем інтелекту зазвичай буде незадоволене якістю свого шлюбу, тоді як партнери з нижчим рівнем інтелекту будуть задоволені.

Це відкриває нові перспективи для вивчення якості шлюбу, адже критерії суб'єктивної оцінки можуть не завжди відображати реальний стан речей. Треба визначити інші об'єктивні критерії, щоб оцінити внесок кожного з партнерів у забезпечення якості шлюбу.

Додатково виникає питання, чи означає низька задоволеність шлюбом у людей з високим рівнем інтелекту, що вони ніколи не можуть бути щасливими у шлюбі. Чи можливо поєднання низького рівня задоволеності шлюбом з високим рівнем щастя в житті? Це потребує подальших досліджень.

Інший напрямок досліджень – вивчення суб'єктивних факторів, які визначають високий рівень задоволеності шлюбом, навіть якщо інтелект індивіда є високим. Важливо також дослідити, як змінюється ставлення до шлюбу з часом, зокрема з огляду на вік, наявність дітей та інші фактори.

Цікаво дослідити, як незадоволеність шлюбом у батьків впливає на виховання дитини, її стосунки з однолітками та подальші сімейні відносини. Також необхідно вивчити, як стать впливає на сприйняття та оцінку сімейних відносин. Можливе подальше дослідження гендерних відмінностей у впливі інтелекту на задоволеність шлюбом.

Іншим цікавим напрямом є дослідження впливу вербального та невербального інтелекту на комунікацію в сім'ї та, відповідно, на рівень задоволеності шлюбом. Можливо, у людей з високим вербальним інтелектом комунікація в сім'ї буде успішнішою, що призведе до більшого задоволення

від шлюбу. Отже, перед нами відкриваються нові горизонти досліджень у галузі сімейної психодіагностики, що дозволяють краще зрозуміти складні аспекти сімейних відносин. Сімейна психологія залишається однією з найбільш складних і водночас найцікавіших галузей психології.

Список використаних джерел:

1. Бабич А. С. Природа виникнення конфліктів молодого подружжя. «Інтеграція науки і практики в контексті професійної діяльності майбутніх фахівців: Педагогіка, Психологія, Економіка»: Матеріали студентської науково-практичної конференції «Дні науки – 2012» (9 квітня 2012 р.). Київ, 2012. С. 6-20.
2. Бондаревська І. О., Монська А. О. Емоційні чинники задоволеності шлюбом у чоловіків і жінок. Актуальні проблеми психології. 2014. Т. І. Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. 40. С. 111–115.
3. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї: Курс лекцій. Київ: Кондор, 2001. 96 с.
4. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї: курс лекцій. Київ: МАУП, 2001. 96 с.
5. Васьківська С. В. Основи психологічного консультування: навч. посіб. Київ: Четверта хвиля, 2004. 256 с.
6. Вінс, В. А., Кашпур, Ю. М., & Кузьменко, Т. М. (2022). Гармонізація міжособистісних взаємин подружніх пар засобами психологічного консультування. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, (1), 42-46.
7. Вірна Ж.П. Адаптаційний профіль задоволеності життям особистості. Проблеми сучасної психології. 2013. № 2. С. 20–25.
8. Волошко Д. О. Основні чинники ефективності спілкування молодого подружжя. Вісник. Соціологія. Психологія. Педагогіка. Київ. нац. ун-т ім. Т. Шевченка. Київ, 2006. Вип. 26. С. 40–44.
9. Захарченко В. Г. Подружні конфлікти та стратегії їх розв'язання в молодих сім'ях. Український соціум. 2004. № 3 (5). С. 48–55.
10. Зозуль Т. В. Психологічні особливості розподілу сімейних ролей у подружніх парах із суттєвою різницею у віці. Психологія і особистість. 2016. № 1(9). С. 129–138.

11. Іващенко А.С. Психологічні чинники міжособистісних стосунків у молодих подружніх ПАРАХ. Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. 2012. № 5. С. 1–12.
12. Кайдалова Л.Г. Психологія спілкування: навчальний посібник / Л.Г. Кайдалова, Л.В. Пляка. Х. : НФаУ, 2011. 132 с.
13. Калька Н.М., Ковальчук З.Я. Практикум з арт-терапії. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1 Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
14. Кісарчук З. Г., Єрмусевич О. І. Психологічна допомога сім'ї : навч. посіб. Київ: Главник, 2006. 128 с.
15. Кісарчук З. Г., Єрмусевич О. І. Психологічна допомога сім'ї: навч. посіб: у 3 кн. Київ: Главник, 2006. Кн. 1. 128 с.
16. Кляпець О. Феномен емоційного вигорання в сім'ї. Соціальна психологія. 2006. № 4. С. 168–176.
17. Ковальчук З.Я. Генетично-психологічні засади оптимізації педагогічної взаємодії : монографія / З.Я. Ковальчук. Львів : СПОЛОМ, 2013. 600 с. : табл.
18. Комарова Н. М. Особливості консультативної роботи з сім'ями, які виховують біологічно нерідних дітей. Соціальний працівник. 2006. № 15. С. 14–31.
19. Котлова Л.О., Саух І.Д. Психологічні чинники задоволеності шлюбом на різних етапах подружнього життя. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2019. Випуск 1. С. 223–228.
20. Кравець В. П. Теорія і практика дошлюбної підготовки молоді. Київ: Київська правда, 2000. 688 с.
21. Крижановська Л. Г., Скориніна-Погребна О. В. Особливості емоційної готовності молоді до шлюбно-сімейних відносин. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2016. Вип. 20. С. 109–117.
22. Кругла Т. О. Сімейний конфлікт: причини виникнення, попередження, врегулювання. Медсестринство. 2017. № 4. С. 71-74.

23. Лисевич М. С. Теоретико-методологічні засади дослідження дезадаптивної поведінки подружніх пар. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки: Збірник наукових праць. Київ : Логос, 2012. Вип. 17. С. 120-127.
24. Лящ О. П. Детермінанти та можливості формування емоційного інтелекту особистості. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки. 2015. Вип. 1(46). С. 210–216.
25. М'ялковська О. Психологічні чинники виникнення подружніх конфліктів в молодій сім'ї. Студентський науковий вісник. 2012. № 30. С. 11-14.
26. Магдисюк Л. І. Психологічна допомога дитині та сім'ї: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2022. 324 с.
27. Магдисюк Л. І., Мельник А. П. Психологія життєвих криз та кризове консультування: навч.-метод. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2021. 100 с.
28. Максимова Н. Ю. Соціально-психологічні проблеми насильства / Н. Ю. Максимова, К. Л. Мілютіна. К., 2003. 344 с.
29. Максимова Н.Ю. Сімейне консультування : навч. посіб. Київ : ДП «Вид. дім «Персонал», 2015. 304 с.
30. Матійків І., Ковальчук З. Професійна майстерність психолога: навч.-метод. посібник. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2016. 340 с.
31. Мороз Р.А. Моделі шлюбно-сімейних відносин. Психологічна газета. 2014. № 1. С. 8–11.
32. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: навч. посібник. Київ : Академвидав, 2005. 448 с.
33. Пашкова Н. Психологічна допомога особам, що пережили розлучення. Вісник Київського інституту бізнесу та технологій. Київ, 2010. Вип. 3 (13). С. 167–168.

34. Пирог Г. В., Свінціцька М. М. Задоволеність жінок подружніми стосунками в умовах війни. Наука та освіта в умовах викликів сьогодення: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (Чернігів, 16 грудня 2023 р). Research Europe, 2023. С. 264-267.
35. Пілецький В. Соціально-психологічне розуміння суб'єктивного благополуччя особистості в шлюбі. Збірник наукових праць: психологія. Випуск 21. С. 112–119.
36. Сайтарли І. А. Культура міжособистісних стосунків: навч. посібник. Київ : «Академвидав», 2007. 240 с.
37. Семчук В.П. Психологічні особливості розвитку та становлення подружніх взаємин у молодій сім'ї / В.П. Семчук // Вісник Київського міжнародного університету. Сер. Психологічні науки. – 2005. – Вип. 6. – С. 133-141.
38. Сердюк Л. З. Взаємозв'язок ставлення до себе та до партнера як фактор стабільності шлюбу. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2019. Том. VI. Психологія обдарованості. Вип. 16. С. 36-45.
39. Столярчук О. А. Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.
40. Ткаченко В. Є. Соціально-психологічні умови благополуччя подружніх відносин. Наукові студії із соціальної та політичної психології: Збірник наукових праць. 2011. Вип. 27 (30). С. 233–249.
41. Федоренко Р. П. Психологічний аналіз подружніх взаємин на різних стадіях функціонування сім'ї [Текст] : монографія / Раїса Петрівна Федоренко. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 332 с.
42. Хавула Р. Психологічні особливості подружньої сумісності. Актуальні питання гуманітарних наук. 2012. Вип. 3. С. 258-267.
43. Хлопоніна Н.Є. Вплив рольових очікувань подружжя на характер сімейного спілкування : автореф. дис. ... канд. психол. наук ; Інститут соціальної та політичної психології АПН України. Київ, 2017. 25 с.

44. Цьомик Х.Б. Психологічна сутність подружніх взаємин у зарубіжних та вітчизняних дослідженнях. Габітус : науковий журнал. Випуск 24. Т. 2. 2021. С. 177-184.
45. Levinger G. A social psychological perspective on marital dissolution. Journal of Social Issues. 2016. № 32 (1). P. 21–47.
46. Levis R.A., Spanier G.B. Theorizing about the quality and stability of marriage. Contemporary theories about the family. New York : Free Press, 2016. P. 23–34.