

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ УПРАВЛІННЯ, ПСИХОЛОГІЇ ТА
БЕЗПЕКИ

Кафедра загальної та соціальної психології

**СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ ДОВІРИ У
ШЛЮБНИХ ВІДНОСИНАХ**

кваліфікаційна робота

здобувачки вищої освіти
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти,
денної форми здобуття освіти,
спеціальності 053 Психологія

Марії САМСОНЮК

Науковий керівник

професор кафедри загальної та соціальної
психології, кандидат психологічних наук,
доцент

Олена ВАВРИНІВ

Рецензент:

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології та
педагогіки ЛДУБЖД

Роман ЯРЕМКО

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

„___” _____ 2025 р., протокол № _____
завідувач кафедри загальної та соціальної психології
доктор психологічних наук, професор

Зоряна КОВАЛЬЧУК

(підпис)

Львів – 2025

АНОТАЦІЯ

Самсонюк М. Соціально – психологічні чинники формування довіри в шлюбних відносинах

У кваліфікаційній роботі досліджуються соціально-психологічні чинники формування довіри у шлюбних відносинах. Актуальність дослідження зумовлена зростаючим рівнем нестабільності у подружніх стосунках, особливо в умовах соціально-політичної кризи та трансформації цінностей сучасного українського суспільства. У роботі окреслено теоретичні засади розуміння феномену довіри у міжособистісній взаємодії, здійснено класифікацію шлюбних форм, охарактеризовано соціально-психологічні чинники, що впливають на рівень довіри між партнерами. Емпіричне дослідження було проведено серед 22 подружніх пар (44 респонденти), в процесі якого використано методики В.В. Бойка, ENRICH та рольових очікувань у шлюбі. Результати показали, що високий рівень емоційних бар'єрів корелює зі зниженим рівнем довіри та задоволеності шлюбом, тоді як емоційна стабільність і зниження ідеалізації партнера сприяють розвитку довірливих взаємин. У роботі надано практичні рекомендації для покращення емоційної відкритості, розвитку емпатії та формування довіри у подружжі. Результати можуть бути використані у психологічному консультуванні пар, у підготовці до шлюбу, а також при розробці тренінгових програм для подолання кризових ситуацій у сім'ї.

Ключові слова: довіра, шлюб, подружні стосунки, соціально-психологічні чинники, емоційна стабільність, задоволення шлюбом.

ABSTRACT

Samsoniuk M. Socio-Psychological Factors of Trust Formation in Marital Relationships

The qualification thesis explores the socio-psychological factors involved in the formation of trust in marital relationships. The relevance of the study is conditioned by the growing instability of family ties, particularly under the pressure of socio-political crises and the transformation of values in modern Ukrainian society. The paper provides a theoretical overview of trust in interpersonal interaction, classifies various types of marital unions, and analyzes the psychological and social variables influencing the development and maintenance of trust between partners.

An empirical study was conducted involving 22 married couples (44 respondents), using V.V. Boyko's methodology, the ENRICH marriage satisfaction scale, and the marital role expectations questionnaire. The findings reveal that high emotional barriers correlate with decreased levels of trust and marital satisfaction, whereas emotional stability and reduced idealization of the partner contribute to the growth of trust-based relationships. The study offers practical recommendations for enhancing emotional openness, developing empathy, and fostering trust in marriage.

The results have practical applications in couple counseling, premarital preparation, and the development of psychological training programs aimed at overcoming family crises.

Keywords: trust, marriage, marital relationships, socio-psychological factors, emotional stability, marital satisfaction.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ДОВІРИ У ШЛЮБНИХ ВІДНОСИНАХ.....	8
1.1. Роль формування довіри у міжособистісних стосунках.....	8
1.2. Розкриття поняття «шлюбні відносини» у суспільстві та різновид їхніх форм.....	12
1.3. Вплив соціально-психологічних чинників на формування довірчих стосунків у подружжі	16
Висновки до першого розділу	20
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ФОРМУВАННЯ ДОВІРИ У ШЛЮБНИХ ВІДНОСИНАХ	22
2.1. Методи та організація діагностичного дослідження.....	22
2.2. Аналіз отриманих результатів дослідження.....	24
2.3. Рекомендації щодо вибудовування довірливих стосунків у подружжі.....	35
Висновки до другого розділу	37
ВИСНОВКИ	40
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	43
ДОДАТКИ.....	46

ВСТУП

Актуальність роботи: Стосунки є постійно прогресуючим процесом, у який мають вкладатися двоє. Перебуваючи в шлюбі люди впливають на розвиток одне одного й забезпечення базових потреб людини, на кшталт : соціальна підтримка та визнання, впевненість у собі, отримання і надання любові, репродуктивні потреби та інші.

У світі розлучаються дуже багато пар. Цьому слугують різні причини, до прикладу: соціально-економічні проблеми, політичні питання, стосунки на відстані. Враховуючи теперішнє становище в країні, відсоток розлучень між парами різко збільшився. З повномасштабним вторгненням прийшло дуже багато криз, труднощів, психо-емоційних проблем і непорозумінь. Все це безпосередньо вплинуло як на формування стосунків між парами, так і стало рушійною силою для розриву та дисбалансу у сім'ях.

Однією з найважливіших аспектів побудови відносин є довіра. Саме вона є фундаментом стабільності та балансу взаємодії людей один з одним в стосунках. Довіра у шлюбі є важливим фактором, без якого неможливо побудувати міцні стосунки.

На відсутність довірливих відносин може вплинути безліч факторів, які відіграються на емоційному стані партнерів окремо та їхніх стосунків в загальному. Сюди можна віднести: народження дитини, конфліктні ситуації, проблеми на роботі, економічні чи політичні кризи, переїзд або навіть смерть знайомої людини. Будь яка подія, навіть незначна, має вплив на клімат у родині, навіть якщо з першого погляду здалась недотичною до теми довіри. Все залежить від партнерів по-окремо та їхнього ставлення до ситуації яка виникла навколо них.

Тож тему довіри та того, як соціально-психологічні чинники мають вплив на її формування у шлюбі, цілковито можна віднести до актуальної, та вартої уваги суспільства. Також для детальнішого занурення у виявлення причин та деталей даної теми з теоретичної та практичної точки зору.

Дослідженням питання довіри займалися такі науковці, як Е. Еріксон, К. Роджерс, П. Блум, Н. Луман, Р. Патнем, П. Штомпка, Т. Говір, , Ф. Перлз, Е. Шостром, Е. Фромм, А. Адлер, Д. Готтман, Е. Гідсен та ін.. Значний внесок у вивчення особливостей шлюбних відносин зробили Д. Готтман, В. Сатір, М. Боуен, Г. Чепмен, Р. Стернберг та ін.

Об'єкт: поняття довіри у шлюбних відносинах.

Предмет: соціально-психологічні чинники формування довіри у шлюбних відносинах.

Мета: теоретично проаналізувати та емпірично дослідити особливості соціально-психологічних чинників формування довіри у шлюбних відносинах.

Завдання:

1. Провести теоретичний аналіз наукових досліджень у визначені довіри у міжособистісній взаємодії;
2. Виокремити особливості впливу соціально-психологічних чинників на формування довіри між партнерами у шлюбі;
3. Дослідити особливості впливу соціально-психологічних чинників на формування довіри між партнерами у шлюбі;

Теоретико-методологічні основи:

Концепції особистісно-орієнтованого (Г. Балл, С. Гарькавець, І. Данилюк, А. Коваленко, С. Максименко, І. Попович та ін.) та особистісно-діяльнісного підходів в психології (Б. Ананьєв, Л. Виготський, О. Леонтьєв, В. Лозова, С. Рубінштейн, І. Якиманська та ін.); психологічні теорії, які описують процеси формування свідомості (К. Абульханова-Славська, Л. Анциферова, О. Бодальов, А. Борисюк, М. Журба, Д. Леонтьєв, Н. Чепелєва, В. Чудновський та ін.); принцип розвитку особистості в діяльності (О. Блинова, В. Бочелюк, Г. Костюк, С. Максименко, В. Рибалка, С. Рубінштейн та ін.); індивідуально-типологічні кореляти та їх роль у розвитку особистості (Ч. Батсон, О. Бодальов, І. Бурлакова, І. Юсупов та ін.); основні положення психологічних досліджень про природу та сутність емпатії (В. Бойко, О. Орищенко, К. Роджерс, Т. Шибутані та ін.), про механізми емпатії, її роль у спілкуванні (Г. Андрєєва, Ю. Бохонкова, Т.

Гаврилова, В. Завацький, Л. Спицька, В. Філатов та ін.); психологічні теорії формування та корекції рис особистості в ході активного соціально-психологічного навчання (Л. Бурлачук, І. Ващенко, Ж. Вірна, Н. Завацька, Л. Засєкіна, Л. Карамушка, З. Ковальчук, Л. Пілецька, М. Тоба, О. Шевяков, Т. Яценко та ін.); теоретичні положення та підходи до проведення соціально-психологічного тренінгу (Л. Балабанова, О. Бондаренко, О. Бондарчук, Л. Карамушка, Л. Мороз, В. Москалець, Л. Перелигіна, Л. Петровська, С. Яковенко та ін.).

Наукова новизна: полягає в детальному аналізі та розширенні уявлень про роль соціально-психологічних чинників у формуванні довіри у шлюбних відносинах. У роботі систематизовано сучасні підходи до розуміння довіри у подружніх стосунках, визначено її ключові психологічні механізми та проаналізовано, яким чином різні соціальні фактори (наприклад, рівень комунікації, соціальна підтримка, попередній досвід партнерів) впливають на її розвиток і підтримку. Крім того, дослідження дозволяє розширити знання про механізми збереження та відновлення довіри у подружніх стосунках після кризових ситуацій, а також про взаємозв'язок довіри з такими психологічними явищами, як подружнє задоволення, конфліктність, рівень стресостійкості та стратегія вирішення конфліктів. Отримані результати можуть сприяти розвитку нових теоретичних моделей довіри в контексті подружніх стосунків, що є важливим для подальших наукових досліджень у сфері сімейної психології.

Практичне значення: результати дослідження можуть мати широке практичне застосування в галузі сімейної психології, консультування та психотерапії. Вони можуть бути використані сімейними психологами та консультантами для покращення роботи з подружніми парами, допомагаючи їм краще усвідомити значущість довіри у стосунках, а також визначити чинники, що можуть позитивно чи негативно впливати на її формування та підтримку. Зокрема, отримані дані можуть сприяти розробці програм психологічного супроводу подружніх пар, які переживають труднощі у стосунках, а також методичних рекомендацій для фахівців щодо зміцнення довіри між партнерами.

Крім того, результати дослідження можуть знайти застосування у сфері підготовки молодих пар до шлюбу, розробки рекомендацій для пар із різним рівнем тривалості подружнього життя, а також у роботі із запобігання сімейним конфліктам та розлученням. Використання отриманих висновків у практичній діяльності дозволить ефективніше працювати з парами, сприяючи гармонізації їхніх взаємин та підвищенню рівня задоволеності шлюбом.

Для розв'язання поставлених завдань було використано **комплекс методів дослідження:**

– теоретичні, емпіричні, методи математичної обробки даних з їх подальшою якісною інтерпретацією та змістовним узагальненням. Статистична обробка даних здійснювалась за допомогою комп'ютерної програми SPSS 20.0.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел із 32 найменувань (з них 2 – іноземними мовами). Загальний обсяг кваліфікаційної роботи викладено на 64 сторінках, із них 42 сторінки основного тексту. Робота містить три додатки на 46-64 сторінках, дві таблиці на 27 та 33 сторінках, 4 рисунки на 23, 26 та 34 сторінках.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ДОВІРИ У ШЛЮБНИХ ВІДНОСИНАХ

1.1 Роль формування довіри у міжособистісних стосунках

Феномен взаємодії людей між собою є досить важким та різноманітним. Для побудови гармонійних та міцних стосунків потрібно багато знань, бажання та зусиль з обох сторін. Довіра є одним з найважливіших етапів побудови взаємостосунків між людьми. Під терміном довіри мається на увазі упевненість в словах, діях та надійності людини не зважаючи на навколишнє середовище та обставини. Це можна віднести до базової умови побудови міжособистісних відносин [26].

Довіра є складним і багатогранним явищем, увага якого привертає до себе дослідників із різноманітних наукових галузей. Її аналіз здійснюється у межах філософії, педагогіки, психології та соціології, що зумовлює багатовимірність підходів до її вивчення. Як моральна категорія, довіра охоплює як міжособистісні, так і суспільні аспекти взаємодії [32].

Довіра – це впевненість у надійності людини або системи, переконаність індивіда, групи, суспільства чи нації в тому, що зовнішнє середовище є цілком безпечним і не викликає потенційної загрози зі свого боку. Первинна довіра до світу, яка є незамінним чинником для підтримки суспільного порядку, зароджується ще в дитинстві. Це лежить в основі емоційного самовираження людей за принципами «ми – вони» та «ми – інші», що є найтиповішими формами формування соціальної групи. Якщо опиратися на Ентоні Гідсена, то це вимагає розвитку активної довіри – від особистісної комунікації до глибинних систем обміну. Така довіра характеризує здатність взаємодіяти з незнайомцями та є дуже важливою в умовах посттрадиційних стосунків [3, с. 18].

Важливо зауважити, що довіра, як етична категорія, має психологічний початок і віддзеркалює те, як людина відноситься до окремих частин світу під час комунікації з ними в конкретний момент, а не лише взаємодію з оточуючими людьми. Саме довіра визначає рівень емоційної близькості між людьми і є підґрунтям для формування міцного контакту. Рівень довіри, як до світу, до себе

особисто, так і до людей довкола є одним з ключових чинників, що впливають на успіх, прагнення до особистісного розвитку та мотивацію [14, с. 58].

Джон Готтман, який є професором психології, займався дослідженням пар і дослідив понад три тисячі протягом своєї кар'єри. Ним був зроблений висновок, що саме недовіра є причиною проблем у сімейному житті.

Міцні стосунки не зможуть сформуватися без постійної роботи над ними. Для побудови міцного та стійкого шлюбу з партнером – потрібно працювати над стосунками від самого початку та обов'язково вибудувати довіру.

Довіра у відносинах — це внутрішнє відчуття безпеки, відкритість і впевненість у чесності та доброчесності коханої людини. На етапі закоханості закладаються перші її паростки. Проте цей період не може тривати вічно. Як тільки у стосунки закрадаються сумніви, довіра починає руйнуватися. Часто причиною цього є те, що на початку знайомства люди прагнуть показати себе з найкращого боку. З часом, коли відносини стають буденнішими і проходить перша ейфорія, кожен показує своє справжнє «я». Саме тоді партнери починають глибше пізнавати одне одного, оцінювати, чи можна довіряти, і уважніше придивлятися до можливих ризиків. Важливо усвідомлювати, що в цей період на сприйняття партнера впливають пережиті раніше досвіди у стосунках.

Фаза глибшого знайомства і прийняття коханої людини разом із її минулим і емоційними переживаннями є вирішальною для формування спільного майбутнього. Минулий досвід може заважати будувати нові відносини, але без готовності прийняти ризик неможливо створити по-справжньому глибокі і справжні стосунки [27].

Теперішні трансформаційні процеси, які є прямими рушіями постійних змін уявлення про сприйняття світу та всього, що в ньому відбувається – без зупину змінюють навколишню реальність та мають глибший вплив на психіку людини. На момент сьогодення суспільство дедалі гостріше відчуває змінення ціннісних орієнтирів, дефіцит щирої комунікації, взаємодопомоги, підтримки, а також іноді гостріша реакція на непорозуміння, агресію та жорстокість. Все це звертаючи увагу на той факт, що Україна на сьогоднішній день перебуває у стані

війни. Віддалення від соціальних груп, спільнот та інших людей відбувається у зв'язку з втратою довіри. Причиною ізолювання себе від соціуму та потрапляння у так звану пастку самотності є те, що її рівень у особи став значно нижчим.

У сучасних умовах здатність довіряти набуває особливої значущості, адже саме вона допомагає людині знову знайти зв'язок із іншими – з окремими людьми, соціальними групами, спільнотами та суспільством загалом. Саме в таких зв'язках народжуються підтримка, захищеність. І відчуття безпеки, яке часто втрачається. Довіра стає своєрідним невидимим мостом, що веде від ізоляції та самотності до незалежності та включеності в соціальне середовище. Протягом життя кожен стикається з досвідом довіри або її відсутності, з необхідністю надавати довіру, виправдовуючи її чи намагатися повернути – як у стосунках із собою, так і з іншими людьми [17, 22].

У власному дослідженні П. Штомпка розглядав динаміку міжособистісної довіри та виділяє два рівні для даного явища [25, с. 71-73]. За його твердженнями на першому етапі довіра виникає у вигляді емоційного імпульсу, який базується на візуальному сприйнятті, типу поведінки людини, соціальному статусі та положенню конкретної особи у суспільстві. Даний етап формується ще до того, як людиною було отримано достатньо інформації про індивіда і він вважається умовно інтуїтивним.

Подальший розвиток довіри відбувається під впливом зовнішніх факторів, таких як думки оточення, їхні рекомендації, репутація людини. Більш того, тут навіть впливають такі чинники, як культурні уявлення, соціальні установки, стереотипи, та навіть забобони щодо різних соціальних груп. Аби сформувати другий рівень довіри, потрібно зважати на ці чинники. Відтоді довіра залежить не лише від особистого враження, а й від контексту сприйняття [25, с. 79].

Наступний, третій рівень, є більш усвідомленим. За словами Штомпки, він відрізняється тим, що він базується на раціональному аналізі, а не лише від суспільних уявлень, перших вражень чи емоцій. Тут вже індивід оцінює надійність об'єкта довіри, беручи до уваги всю доступну інформацію про нього. Сюди також входить і те, наскільки поведінка є логічною, послідовною,

відповідною певним очікуванням і на ступінь ризику при взаємодії з даною особою [25, с. 79].

Науковці акцентують увагу на тому, що саме змістовний обмін почуттями та думками, який базується на впевненості у надійності людини, є ключовою функцією довірливих стосунків. Серед інших важливих функцій довіри вони виділяють забезпечення психологічної безпеки, зворотній зв'язок у процесі самоусвідомлення, а також досягнення внутрішнього примирення та зміцнення стосунків [21, с. 98]. Переважно на ці функції звертають найбільшу увагу в процесі взаємодії зі шлюбним партнером.

Дослідники розглядають толерантність у сучасному світі, як свідоме прийняття та повага до іншої людини з урахуванням усієї її унікальності, що є побудована на ідеях свободи, рівності та людської гідності [16, с. 196]. У контексті міжособистісних стосунків вона виконує роль важливого чинника, котрий має вплив на формування довіри між людьми [12, с. 362]. Партнерська взаємодія вимагає не лише поваги, а також бути готовим до співпереживання, прийняття та розуміння відмінностей та побудови надійних взаємин [15, с. 38].

Довіра, як окреме соціально-психологічне явище, виконує базові та необхідні функції в житті людини. Вона є основним чинником, який забезпечує цілісність взаємодії особистості з навколишнім середовищем, і при цьому слугує засобом об'єднання людини та світу в одну цілісну структуру. Завдяки довірі вдається об'єднати минуле, теперішнє та майбутнє у єдине цілісне сприйняття людиною, виробляючи ефект цілісності людства [8]. У даному контексті довіра виступає як механізм гармонізації внутрішніх переживань особистості та її взаєминам із соціумом [15].

Високорозвинена соціально-психологічна функція довіри несе собою суттєвий вплив на ефективність життєдіяльності індивіда. За таких умов відбувається вільний обмін думками, досягається формулювання спільних цілей і завдань, впливає на зростання самооцінки та впевненості у власних силах. Довіра в спілкуванні є ключовим елементом соціальної взаємодії, особливо

важливе в умовах побудови подружніх та сімейних відносин, де вона є основою стабільності, розуміння, прийняття та емоційної безпеки [10].

Саме з цих причин для вибудовування довіри між парами не можна втручатися в особистий простір, необхідна терплячість та встановлення позитивного контакту з розумінням усіх нюансів.

1.2 Розкриття поняття «шлюбні відносини» у суспільстві та різновид їхніх форм

Поняття сім'ї вважають первинною малою соціальною групою, яка була створена на основі шлюбних або родинних відносин, члени якої поєднані спільними побутовими зобов'язаннями, моральною відповідальністю та готовністю до підтримки один одного. В середині сімейної комунікації вибудовуються різні соціальні норми, умовні санкції моделей поведінки, що є регуляторами стосунків між подружжям, батьками та дітьми [28].

У соціальній психології родина сприймається як соціальна група, яка функціонує відповідно певних норм та цінностям, які є прийнятими у тому чи іншому суспільстві. Члени родини об'єднані системою міжособистісних стосунків, що формуються у процесі спільної життєдіяльності. Ці взаємини виявляються у формах емоційної прихильності, любові, інтимності та турботи. Воно охоплює подружжя, зв'язки між дітьми, а також батьками та дітьми. Родина – складна соціальна одиниця, у якій кожен є окремою та невід'ємною частиною єдиної сім'ї, а також індивідуальністю [20, с. 8].

Поняття родини та шлюбу досить тісно стоять поряд, так як основою більшості родин є саме первинний шлюб. Шлюб розуміється як юридично оформлений та офіційно визнаний союз між двома людьми, що укладається з метою створення й підтримання сімейних відносин [20, с. 9].

Сучасна модель шлюбних відносин формувалася роками і є результатом тривалого історичного розвитку, що відбувався у процесі соціокультурного розвитку людства. На сьогоднішній день одним із ключових підходів до

розуміння шлюбних відносин є класифікація шлюбів за мотиваційними чинниками. Виділяють наступні шість типів:

- Шлюб за чесним контрактом. У випадку з даним типом обидві сторони мають певні уявлення про шлюб і формують спільні цілі. Сюди можуть входити і моральні вигоди, які наперед закріплюються формальними домовленостями між партнерами. У таких союзах часто спостерігається емоційна прихильність, яка має потенціал до зростання. Хоча за випадку, що родина існує виключно як економічна структура, то емоційної складової часто застаеться знецінення. В таких шлюбах обидва партнери мають достатньо свободи та мінімум залежності один від одного [20, с. 10].
- Шлюб за нечесним контрактом. Несправедливий, асиметричний розподіл вигод та обов'язків, коли один із подружжя свідомо прагне більше переваг нехтуючи потребами іншого. Дуже часто у подібному випадку кохання є взагалі відсутнім, або висвітлюється лише з одного боку. Навіть у випадку, коли інший дізнається про те, що його не поважають та обмежують – він може залишитися в шлюбі у зв'язку з емоційною прив'язаністю [20, с. 10].
- Шлюб через примушення. Переважно виникає під впливом психологічного впливу одного зі сторін на іншу, коли рішення можуть прийматися під впливом жалю, страху або сімейних труднощів. У подібних стосунках не часто можна зустріти глибоку емоційну близькість, адже в основі лежить домінування, потреба у контролі або емоційна залежність, точно не почуття. Після того, як пара увійшла в шлюб та створила власну сім'ю – стосунки стають нерівноправними, а потенціал до компромісу різко падає [20, с. 10].
- Виконання соціальних настанов. Мотивацією у даному випадку слугує соціально-нормативний тиск. Часто пара вирішує укласти шлюб через певні уявлення чи переконання, по типу умовного часу, якого залишилось мало, так як уже всі в оточенні мають власні сім'ї. Такі

союзи є нестабільними, так як позбавлені глибокої емоційної основи або раціонального розрахунку. Досить часто такі шлюби утворюються випадково, і точно так само легко розпадаються, не залишивши глибокого сліду в житті один одного [20, с. 11].

- Шлюб задля залишення батьківської родини. У таких випадках шлюб – це радше втеча з батьківського дому, ніж наслідки кохання та щирих почуттів. Партнери можуть адаптуватись один до одного та створити не погану сім'ю, на основі співпраці та взаєморозуміння. Хоча не завжди це є істиною і часто люди просто розходяться [20, с. 11].
- Шлюб заснований на коханні. Це є найбільш сприятливою формою подружжя. У такому союзі всі емоційні зобов'язання є добровільним вибором, партнери отримують задоволення від проведеного спільного дозвілля та прагнуть створювати добробут один для одного і для зміцнення власної родини. У даному випадку подружні стосунки характеризуються глибокою довірою, високим рівнем поваги до особистості партнера та збереженням індивідуальної свободи поєднуючи з підтримкою. Саме такі союзи найчастіше створюють оптимальні умови для гармонійного розвитку родини [20, с. 11].

Науковці пропонують виділяти різні варіанти диференціації сімейних структур, які залежатимуть від складу, функцій та умов існування.

Дослідники виділяють основні типи сімей:

1. Нуклеарна сім'я – Це є найпоширеніша форма серед всіх інших форм сімейних організацій. Вона включає в себе подружжя, яке складається з чоловіка та жінки, та їхніх неповнолітніх дітей. Функціонування даного типу можливе без залучення інших родичів у спільному проживанні і вона існує як самостійна одиниця.
2. Велика сім'я – Тут проживають в одному середовищі декілька поколінь, які підтримають один з одним тісний, побутовий зв'язок. До цього складу, крім подружжя та дітей, можуть входити ще бабусі та дідусі, або інші родичі.

3. Змішана або реструктурована сім'я – утворюється у наслідок повторного шлюбу. Переважно, коли до родини доєднуються нові члени у вигляді дітей одного з партнерів від попереднього шлюбу. До цієї категорії входять сімейні об'єднання.
4. Неповна сім'я – Це родина, де за певних причин відсутній хтось з батьків. Причиною може бути розлучення, смерть, тривала відсутність або свідома відмова від батьківських обов'язків. У подібних сім'ях є лише діти та хтось один з батьків і є достатньо поширеним у сучасному суспільстві.
5. Одружений тип сім'ї - це сім'я, яка складається лише з двох людей – з подружжя, та дітей вони не мають. Відсутність дітей може бути через стан здоров'я, особисті бажання, соціальні чи економічні причини. Така сім'я виконує всі функції емоційної підтримки не гірше за інших та не рідко віддзеркалюють взаємодопомогу та партнерство [2, 4, 13, 19].

Базуючись на концептуальному визначенні теорії систем, сім'я – це соціальна система, що складається з взаємопов'язаних елементів у вигляді членів сім'ї, та їхніх характеристик, які залишаються динамічними у своїх взаємовідносинах.

Система сім'ї працює як інтегрована структура, де всі її складові – від ролей і норм до комунікаційних моделей – впливають одна на одну. За основу виступають родинні відносини, які формують такі аспекти як спільне проживання, емоційні взаємозалежності, ведення господарства, соціальної відповідальності, а також моральних забав'язень.

У такому випадку необхідно враховувати якісну складову зв'язів і функціонування в контексті соціального середовища, а не тільки кількісний склад родини, щоб було адекватне сприйняття сім'ї, як системи [19].

На період сьогодення все частіше можна зіштовхнутися з цивільним шлюбом або «співжиттям» серед молодих людей. Це вважається незареєстрований шлюб між партнерами [9, с. 73].

Визначення цивільного шлюбу зазвичай пояснюється як тривалий союз між двома неодруженими людьми, що передбачає всі ті ж самі обов'язки, які включає у себе традиційний шлюб. Сюди входить ведення спільного побуту, взаємна

вірність, турбота про дітей, матеріальне забезпечення сім'ї. Така форма стосунків може вважатись за потенційну основу для створення стабільної та міцної сім'ї, але за умови відсутності офіційного втручання правових інституцій. Сім'я цілком може існувати без даних чинників [29].

Цивільний шлюб, який укладений базуючись на коханні, приваблює людей тим, що знімає з себе тягар суворих юридичних зобов'язань, які є характерними для реєстрування офіційного шлюбу. Сюди відносяться крім побутових зобов'язань ще й психологічні аспекти, такі як можливість змінити своє життя в будь який момент без зайвих труднощів та усвідомлення власної свободи вибору, що сприяють формуванню відчуття незалежності.

Хоча не всі люди, які практикують «цивільний шлюб» користуються широкими можливостями вибору. Партнери часто дотримуються принципу моногамних стосунків, уникаючи нових та відображають високий рівень взаємної відповідальності. У багатьох випадках пари, які планували лише тимчасове співжиття, зберігають свої стосунки протягом усього життя [29].

Досить цікавим феноменом виявилось те, що чоловіки та жінки сприймають свій сімейний статус по різному перебуваючи у шлюбі даного виду. Жінки найчастіше сприймають та відчують себе у статусі «заміжньої» особи, в той момент, як чоловіки вважають себе у становищі неодруженого стану [9, с. 73].

1.3 Вплив соціально-психологічних чинників на формування довірчих стосунків у подружжі

Всі люди народжуються в сім'ї, комунікують з членами родини, виростають і після створюють власну сім'ю. В будь якому випадку саме сім'я є середовищем формування відносин у кожної людини, на основі якої індивід вчиться будувати власні відносини у сімейній структурі.

Формування відносин є динамічним процесом, який потребує багато ресурсу, постійної праці, терпіння та готовності до змін. Неможливо жити. Без труднощів, але саме завдяки ним, а конкретно сумісному подоланню - відбувається формування ближчого та міцнішого контакту між людьми. Вирішення проблем,

знаходження спільних виходів та порозуміння один з одним є невід'ємною частиною партнерства.

Кожен хоча б раз в житті зіштовхувався з ситуацією, коли стосунки між людьми є зовсім не простими та непорозумілими. Та значно краще, коли присутня підтримка та злагода, які здатні зробити спілкування джерелом радощів та внутрішнього зростання.

Абсолютно з різних причин довіра між людьми може поступово згасати, а то і взагалі зникнути. Одна з них – це сварки, конфлікти, відсутність взаєморозуміння. В результаті це може привести до розвитку криз у шлюбі, примножити частоту конфліктів, зникнення відчуття єдності та інші приклади [30].

На формування довірливих подружніх відносин впливають внутрішні та зовнішні чинники.

Зовнішні включають в себе соціокультурні норми та матеріальні умови, які є характерними для певної соціальної групи. До цього можна віднести те, яка політична ситуація в державі, економічні становища, культурні та національні цінності та традиції.

Внутрішні чинники формуються базуючись на основі цінностей та індивідуально-психологічних особливостей кожного з партнерів. Розумові здібності, особистісні якості та соціально-психологічні характеристики мають прямий вплив на якість їхньої взаємодії. Дуже важливу роль ще відіграють життєві стратегії кожного в подружжі, які відіграють ключове положення у побудові довіри в шлюбі [9, 7].

Поняття подружнього щастя у сучасній сімейній психології трактується по різному, але через низку суміжних суміжних категорій, що відображають аспекти шлюбних стосунків. Його часто асоціюють із якістю шлюбу, або задоволеністю [6].

У психологічній науці подружнє щастя трактується, як багатофакторне явище, яке формується за допомогою впливу як зовнішні чинників, так і внутрішньо особистісних. Серед ключових умов є виділеним механізм

ідентифікації, особистісну незалежність партнерів, здатність до проявлення емпатії, визначений рівень довіри, контролю власними емоціями, стресостійкість і обов'язково те, як сам партнер ставиться до шлюбу. Соціальний контекст формування подружньої сім'ї відіграє дуже важливу роль у даному питанні.

У зарубіжних дослідженнях акцент робиться на різних аспектах формування щасливого шлюбу. Сюди входять взаємне визнання одне одного та підтримка індивідуальності кожного партнера, Довірливе спілкування, узгодженість взаємодії у шлюбі, задоволення ключових емоційних потреб та формування спільної сімейної субкультури [18].

Власне показники виявлення успішного шлюбу містять у собі сукупність чинників, які відображають дані фактори.

Результати психологічних та соціологічних досліджень свідчать про тісний взаємозв'язок між рівнем задоволеності шлюбом та довіри партнерів один до одного. Це залежить від наступних чинників:

- Те, на якому етапі подружнього життя знаходяться партнери. Найвищий рівень довіри у людей на першому році шлюбу, коли люди тільки побралися. До найнижчого відноситься категорія людей, які в шлюбі 12 років шлюбу, або коли є маленькі діти в сім'ї. Хоча Н. Пезешкіан вважає, змінює взаєморозуміння та довіру між партнерами та їхньою задоволеністю стосунками в сім'ї відіграє те, який етап розвитку емоційно інтимних стосунків між партнерами [23].
- Невідповідання рольовим очікуванням одне одного. Відсутність компромісу чи узгодження спільних поглядів про розподілу ролей та виконанні обов'язків.
- Результати впливу батьківської родини на розвиток довірливих відносин у молодому подружжі.
- Рівень самореалізації та самоактуалізації має прямий вплив на рівень довіри і задоволеності шлюбними відносинами [23].

Відповідно науковим концепціям, до чинників, які мають безпосередній вплив на становлення довірливих стосунків між партнерами, також можна

віднести умови проживання осіб, їхній вік, економічне становище сім'ї, рівень освіти [19,9,18,23].

Досить негативний вплив мають чинники, які обернено корелюють зі стабільністю самого шлюбу. Таких чинників є багато, але деякі з них – це:

- Вживання спиртних напоїв когось з подружжя;
- Не сходження у репродуктивних настановах партнерів;
- Відмінності в настановах пав'язаних з професійною роботою;
- Різне бачення та сприйняття лідерства в сім'ї;
- Відсутність компромісів та узгодження домашніх обов'язків;
- Розбіжності у цінностях щодо окремих видів дозвілля;
- Негативні ставлення до друзів та оточення партнера ;
- Обмеження у спілкуванні, дозвіллі чи хобі;
- Розбіжності у задоволеності сексуальними стосунками;
- Відсутність проявлення підтримки з боку партнера;
- Відмінності в настановах між подружжям у проявленні фінансової підтримки та забезпечення сім'ї [2].

Соціально-психологічна комплементарність є важливим пунктом у формуванні гармонійних шлюбних відносин. Вона відображається у схожості інтерперсональних типів пар і так само у тому, на скільки вони взаємодоповнюють один одного [2].

До прикладу, якщо хтось з партнерів схильний до агресії або до створення конфліктних ситуацій, то інший повинен доповнювати пару своєю схильністю до примирення ситуацій чи компромісу. Або, якщо хтось є егоїстичною особою, то інший має доповнювати своєю схильністю до підпорядкування [19, 18, 23, 11]. У подружжі така комплементарність може стати підґрунтям для утворення міцного зв'язку та побудови міцної довіри. У такому випадку партнери приймають ідентичності одне одного разом з усвідомленням цінності спільного життя у структурі сім'ї. За умови відсутності розуміння або прийняття відмінностей один одного – саме ця риса може зробити тільки гірше через таку відмінність

характерів. Це може привести до нерозуміння одне одного, частих конфліктів та небажання підтримувати, у зв'язку з чим і знижуватиметься рівень довіри.

Усе це розповідає про важливість та водночас багатовимірність поняттю довіри у шлюбних відносинах. Вона не може виникнути одразу, над цим потрібно багато працювати, аби досягти бажаного результату. Усі перераховані вище чинники мають прямий вплив на формування довіри і це поняття варто вивчати детальніше та глибше, для більшого поширення даної теми.

Висновки до першого розділу

Проаналізувавши наукові статті, дослідження на тему щодо труднощів, які виникають при формуванні довірливих стосунків у шлюбних відносинах, з урахуванням різноманітних соціально-психологічних чинників, які безпосередньо впливають на формування даного феномену довіри, можна зробити висновок, що в галузі психологічного дослідження на сьогоднішній день відсутнє чітке твердження, яке б сказало нам про поняття функціонування довіри разом з чинниками її формування.

У різних галузях науки виокремлюють такі аспекти довіри, як довіра до себе, довіра до світу, та довіра до інших. Саме вони найчастіше розглядаються як умови для роботи та існування в контексті іншого явища. Довіра є багатогранним явищем, та є одним з найважливіших етапів побудови гармонійних та міцних стосунків між людьми. Термін довіри сприймається як впевненість у словах та вчинках людини, не зважаючи на вплив навколишнього середовища. Вона формується у наслідок набутого досвіду у соціальному середовищі.

На подружні стосунки відіграє великий вплив зовнішні та внутрішні чинники, що містять в собі сукупність різних факторів та умов, які прямо діють на формування довіри в сім'ї. До зовнішніх відносяться культурні умови, економічне становище пари, політична атмосфера та ситуація в державі та світі в цілому, сімейні та національні традиції. В той час до внутрішніх чинників

відносяться сформовані цінності особистісних переконань кожного, психологічні особливості, життєві стратегії та цілі партнерів.

Довіра є одним з основних компонентів, який прямо впливає на рівень благополуччя в сім'ї. За її наявності у стосунках присутня повага до особистих кордонів кожного, толерантність, прийняття незалежних поглядів партнера і завжди готовність до роботи в стосунках. Гармонійні стосунки в подружжі можуть бути лише за умови взаємної поваги, розуміння, задоволеності потреб та виправдань очікувань одне одного. Це потребує усвідомлення з обох боків, бо саме довіра виступає основою в стабілізації подружніх стосунків.

Досить негативний вплив мають чинники, які провокують відсутність стабільного шлюбу. Сюди входять вживання спиртних напоїв когось з подружжя, не сходження у репродуктивних настановах партнерів, відмінності в настановах пав'язаних з професійною роботою, різне бачення та сприйняття лідерства в сім'ї, відсутність компромісів та узгодження домашніх обов'язків, розбіжності у цінностях щодо окремих видів дозвілля, негативні ставлення до друзів та оточення партнера, обмеження у спілкуванні, дозвіллі чи хобі, розбіжності у задоволеності сексуальними стосунками, відсутність проявлення підтримки з боку партнера, відмінності в настановах між подружжям у проявленні фінансової підтримки та забезпечення сім'ї.

Поняття довіри варто досліджувати й надалі та приділяти більше уваги розкриттю та поширенню інформації серед людей. Саме вона є рушієм гармонійної та здорової комунікації не лише в шлюбі, а і в міжособистісному спілкуванні.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ФОРМУВАННЯ ДОВІРИ У ШЛЮБНИХ ВІДНОСИНАХ

2.1 Методи та організація діагностичного дослідження

Під час виконання кваліфікаційної роботи було проведене емпіричне дослідження соціально-психологічних чинників формування довіри у шлюбних відносинах.

До основних цілей нашого дослідження відносяться:

- 1) Узгодження методу дослідження для вивчення чинників, які впливають на формування довірливих стосунків: Визначення емоційних бар'єрів у спілкуванні, задоволеності та якісних аспектів шлюбу, і зіставити установки щодо сфер подружнього життя.
- 2) Проведення емпіричного дослідження враховуючи дані показники серед досліджених пар.

Хід проведення емпіричного дослідження:

- Визначення загальної концепції дослідження та пошук психодіагностичних методик, які відповідають нашим потребам;
- Пошук респондентів для даного дослідження;
- Проведення діагностики та підрахунок отриманих результатів;
- Аналіз та інтерпретація отриманих даних.

Дане опитування було проведено у форматі анкетування Google Forms через розіслане посилання всім опитуваним. Це забезпечено зручність проходження тестування та охопити ширшу аудиторію з різних міст та регіонів. Таким чином було забезпечено оперативний збір відповідей та фіксацію результатів отриманих респондентами.



Рис. 2.1 Вік респондентів, які взяли участь

У дослідженні прийняло участь 44 респонденти, серед яких 22 жінки та 22 чоловіка. В сумі виходить 22 пари віком від 21 до 54 років, які відповіли на всі питання. Деякі з них проживали у цивільному шлюбі, у той момент, як переважно більша частина перебувають в офіційному шлюбі.



Рис. 2.2 Тривалість шлюбу респондентів

Дані опитування були проведені у квітні 2025 року та вік, відповіді та результати відповідають тому періоду.

Для розуміння того, за якими механізмами працює довіра у шлюбі – було важливо дослідити емоційні бар'єри, які можуть виникати під час спілкування.

Дані бар'єри можуть заважати партнерам у реалізації потреб в емоційній близькості, що відноситься до важливого чинника стабільних та гармонійних подружніх стосунків. Власне для цього було використано методику «Діагностика емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні» (за В. В. Бойко) [31]. Завдяки цьому опитувальнику було визначено оцінку рівня емоційної відкритості, здатності до підтримки та емпатії, через аналіз цінностей, установок та очікувань у парі.

Також була використана методика «шкала задоволеності шлюбом ENRICH» [24], яка допомогла нам дослідити суб'єктивне переживання подружнього щастя і довіри та «методика рольових очікувань і домагань у шлюбі» [14], що допомогла визначити глибинну структуру цінностей і узгодженості ролей, що формують об'єктивне підґрунтя для довірливих стосунків.

2.2 Аналіз отриманих результатів дослідження

Під час аналізу результатів, які були отримані від нашого емпіричного дослідження можна проаналізувати дані за обраними методиками. Результати дослідження методики «Діагностика емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні» за В. В. Бойко (Додаток А) виокремлюють собою чотири різних рівні, які відображають вираження бар'єрів у вираженні емоцій у спілкуванні між людьми.

У 5 респондентів відображається низький рівень у вигляді 0-5 балів, який свідчить про відсутність вагомих перешкод у вираженні емоцій під час комунікації та встановленні контакту з соціумом. Серед них виявилось 4 особи чоловічої статі та всього одна жіночої у діапазоні від 21 до 49 років. Як правило, такі люди є емоційно відкритими, гнучкими та мають схильність до емпатії. У шлюбних відносинах такий тип схильний до формування довірливих стосунків та спілкування з ними не супроводжується бар'єрами або замиканнями.

Середній рівень діапазоном балів від 6 до 8 містить собою 7 осіб, що вказує на присутність невеличких труднощів у виявленні емоцій, які можуть інколи заважати під час побудови діалогу. До даної категорії увійшло 4 чоловіка та 3 жінки віком від 21 до 47 років. Інколи вони можуть уникати глибокого емоційного контакту, не виражати власну почуття як слід та не завжди розрізняти емоційний стан партнера.

Наступна шкала – це категорія людей з помірно-високим рівнем з кількістю балів від 9 до 12 встановлений у 18 респондентів. У такому випадку люди зіштовхуються зі щоденними труднощами з емоційним вираженням, які помірно ускладнюють взаємодію з оточенням. Тут нараховується 7 чоловіків та 11 жінок, які можуть випромінювати емоційну нестабільність, ригідність або демонструвати негнучкість у поведінці. Є схильність до уникнення зближення з людьми та неправильно інтерпретувати емоції партнера. У подружжі це може викликати зниження рівня довіри між людьми, за причини зменшення взаємного розуміння та відкритості між партнерами.

До останнього, високого рівня, зараховано 14 осіб зі шкалою від 13 балів. Це є свідченням наявності сильно виражених бар'єрів у міжособистісному спілкування та дезорганізують процес побудови ефективної комунікації. Сюди входять 6 чоловіків та 8 жінок, чиє спілкування супроводжується труднощами прояву почуттів, неадекватною емоційною реакцією, домінуванням негативних думок, переживань або навіть тривожністю. Найчастіше від них випромінюється уникнення емоційної близькості та труднощі у побудові довіри навіть з близькими людьми, враховуючи ситуацію у шлюбі. Подібне вираження даних емоційних установок може стати ключовим аспектом конфліктів та непорозумінь у подружжі.

В результаті лише 12 з 44 опитаних людей продемонстрували низький, або помірний рівень емоційних бар'єрів, що є позитивним критерієм для побудови довірливих стосунків у шлюбі. В той самий момент 32 респонденти мають бар'єри у проявленні емоцій під час спілкування не в залежності від віку, так як діапазон є досить широкий і зазначає актуальність проблеми у різних поколінь.

Це є свідченням емоційної напруги в комунікації, яка може стати перешкодою для емоційної відкритості, взаєморозуміння та довіри між партнерами. Якщо ці данні перевести у відсотки, то виходить 27% проти 73%, що є прямим статистичним свідченням важливості та актуальності даного питання. Потрібно приділяти більше уваги поширенню та актуалізації тем щодо емоційних бар'єрів у спілкуванні та важливості правильно виражати власні почуття та думки в комунікації як і у шлюбних відносинах, так і з іншими людьми.

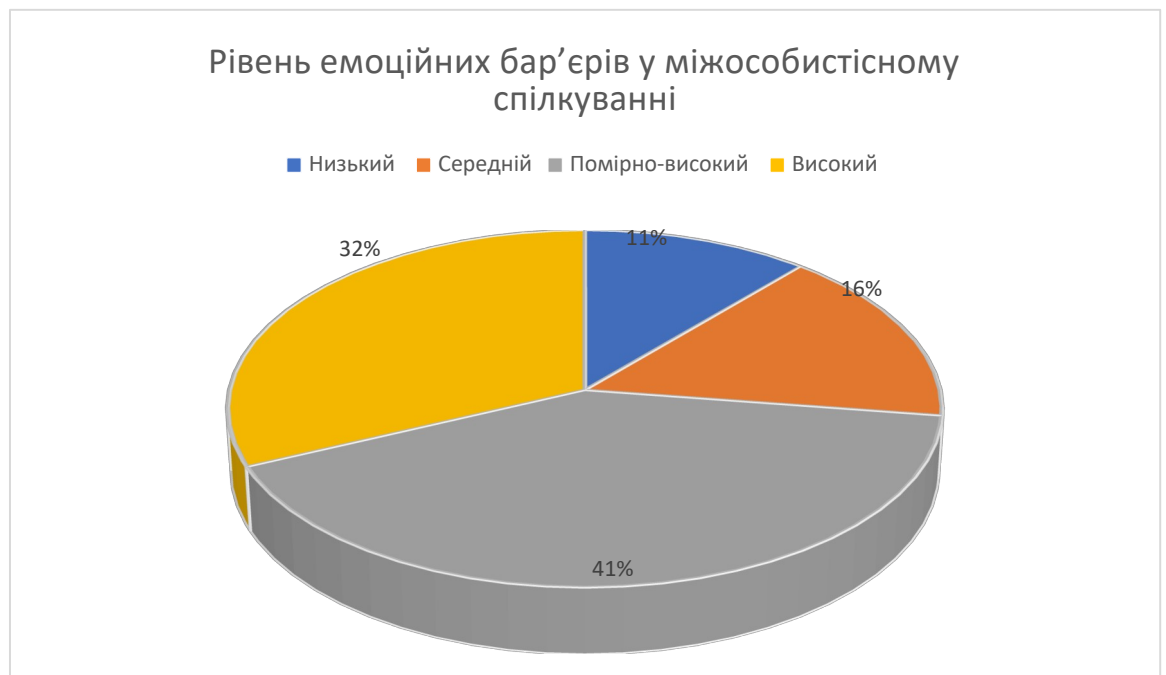


Рис. 2.3 Рівень емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні

Дані результати відображають значущість зв'язку між рівнем емоційних бар'єрів та рівню довіри у шлюбі. У переважній більшості опитаних людей – емоційні бар'єри потенційно знижують здатність до емоційного зближення з партнером, що є основним аспектом у розвитку міжособистісної довіри. Це підкреслює важливість психологічної підтримки, розвитку емоційної компетентності та роботи з внутрішніми емоційними труднощами в умові подружнього життя.

Далі було використано опитувальник ENRICH оп шкалі задоволеності шлюбом. Ця методика дозволяє оцінити загальний рівень задоволеності шлюбом

та виявити тенденцію респондентами нездорово ідеалізувати стосунки. У даному опитувальнику містяться твердження, які сформовані як у негативному, так і у позитивному вигляді тверджень. Це дає змогу глибше охопити не лише емоційне, а і поведінкове сприйняття партнерських стосунків. До обробки отриманих результатів входить реверс оцінок негативно забарвлених тверджень, поділ пунктів на дві шкали – шкалу задоволеності шлюбом та шкалу ідеалістичного спотворення. Ще сюди відноситься розрахунок індексу EMS – поправленого показника задоволеності, який враховує рівень ідеалізації. Детальніше з даною методикою можна ознайомитись у (Додаток Б).

Власне таким чином, результати отримані в наслідок проходження даної методики дозволяють нам зробити комплексну оцінку як і реального стану людини, так і наявність потенційних викривлень у їх сприйнятті.

Табл. 2.4

Респонденти	Кількість	Середній бал задоволеності шлюбом	Середній бал ідеалістичного спотворення	Середній ESM
Жінки до 35 років	11	46	17,2	62,2
Чоловіки до 35 років	10	45	16,5	61,1
Жінки від 36 років	11	49,5	19,1	64,2
Чоловіки від 36 років	12	49,5	18,7	64,5

Отримані нами результати показують динаміку, яка дозволяє зробити висновки щодо сприйняття шлюбних відносин у людей різного віку та різної статі.

Важливо зазначити, що найвищий рівень задоволеності шлюбом мають респонденти після 36 років не зважаючи на стать. Це є свідченням того, що з віком вимог до партнера стає все менше і це підтверджує тенденцію до зростання задоволеності подружніми стосунками, що може бути пов'язаним з емоційною зрілістю досвідом подолання сімейних труднощів та більш реалістичними очікуваннями від партнера, які розвиваються з роками перебування разом. І жінки і чоловіки в даній віковій категорії оцінили свій шлюб у 49,5 балів, що сягає найвищого результату у вибірці. У жінок найменшим показником було 24 бали, а найвищий 71, що і привело до середнього числа у 49,5. В той момент як у чоловіків коливання сягнуло від 28 до 71 балу, з аналогічним середнім результатом.

У свою чергу опитуванні люди віком до 35 років мають нижчі результати задоволеності шлюбом. Серед жінок найнижчий показник сягає 24 бали, а найвищий 68, що і приводить до середніх 46 балів, а у чоловіків це перетинає середню позначку у 45 балів, коли найменший показник – 26, а найвищий 64. Це може свідчити про більшу мінливість емоційного фону в шлюбі, нестабільність стосунків чи нездатність вибудувати подружню взаємодію з партнером належним чином без ускладнень.

Важливу роль ще відіграють показники, які ми отримали у стосунку зі спотвореним уявленням про партнера, а точніше кажучи ідеалістичного спотворення. Найвищі бали отримали молодші жінки до 35 років, які сягають в середньому 17,3, а чоловіки у свою чергу отримали середній бал у 16,1. В той час старші пари віком від 36 років мають нижчий рівень ідеалізації партнера та очікувань. Жінки мають 15,9 бали, а чоловіки 14,8, що є нижчими показниками за попередню категорію респондентів. Це є свідченням того, що молодші люди більше схильні ідеалізувати свого партнера не помічаючи недоліків, що може бути наслідком емоційної незрілості, потреби у психологічному захисті чи домінуванні романтичного уявлення про шлюб. Інколи уявлення про гармонію, яке з часом не виправдовується у реальному житті і є причиною ідеалізації партнера, що впливає на зниження задоволеності у майбутньому.

У даній методиці був проаналізований ще один не менш важливий показник, який визначає рівень емоційної стабільності у шлюбі (EMS). У даному випадку вік знову відіграє важливу роль, так як у старших людей показник є вищим, ніж у молодших. У жінок до 35 років середній бал сягає 32,1, а у чоловіків тієї ж вікової категорії – 30,9. У жінок після 36 років показник EMS складає 36,3, а у чоловіків 37,1. Звідси можна зробити висновок, що з віком спостерігається тенденція до зростання емоційної стабільності, що може пояснюватися розвитком здатності до саморегуляції, вмінням краще контролювати власні емоції, ефективніше долати конфлікти та вміти будувати конструктивну комунікацію в стосунках.

Підсумувавши результати всіх трьох шкал, таких як задоволеність шлюбом, емоційна стабільність та ідеалістичне спотворення партнера – можна зробити такі висновки, що респонденти з тривалим досвідом подружнього життя, або тривалих стосунків, демонструють більшу схильність до адаптації. Сприйняття подружніх стосунків у таких людей є менш ідеалізованим, більш реалістичним та з присутністю емоційної стабільності може гарно працювати в парі зі збереженням довіри, взаєморозумінню та високого рівня задоволеності у парі.

Натомість у молодших респондентів до 35 років складається інакший висновок. У них вища схильність до романтичного ідеалізування і в той самий момент вони мають значно нижчий рівень емоційної стабільності та нестабільні показники у задоволеності шлюбом. У даному випадку можуть виникати додаткові ризики для стабільності стосунків за умови надмірної ідеалізації партнера та відсутності навичок емоційної саморегуляції.

У кінцевому результаті дана методика та результати її проходження дають розуміти важливість емоційної зрілості, довіри та психологічної гнучкості, які є одними з основних чинників у подружніх стосунках. Ще можна побачити феномен роботи досвіду перебування у стосунках у людей з категорії старшого віру, що пояснює, на скільки досвід та емоційна стабільність є важливими у шлюбі.

Важливо розглянути ці результати через феномен довіри у шлюбі, яка є основою тривалих та надійних подружніх відносин. У даному контексті високі показники емоційної стабільності та реалістичне сприйняття партнера буквально перетинаються з більш глибоким рівнем довіри у партнерів, адже вони разом створюють умови для взаємної емоційної доступності та передбачуваності у стосунках.

Якщо брати до уваги респондентів від 36 років, та їхні рівні ідеалізації партнерів, то можна припустити, що саме зниження ідеалізації, а конкретніше – реалістичніше сприйняття партнера з його сильними та слабкими сторонам – може сприяти формуванню глибшої довіри. Вона у свою чергу базується на досвіді, тісній та конструктивній комунікації та взаєморозумінні.

Таким чином, саме довіра між подружжям може стати результатом взаємодії таких психологічних чинників, як стабільність емоційної регуляції, Зрілості сприйняття партнера та реалістичних очікувань. Базуючись на емоційному обміні, прийнятті та вмінні долати труднощі – довіра може зміцнити подружній зв'язок.

Наступним до використання було взято «методику вивчення рольових очікувань та домагань у шлюбі» (Додаток В). Дана методика спрямована на визначення рівня узгодженості подружжям щодо виконання їхніх сімейних ролей, а ще те, на скільки сильні розбіжності у них виникають у тому, які ролі респондент очікує від партнера, і у якій ролі прагне реалізуватися сам. До опитувальника входить ряд тверджень, окремо для осіб чоловічої та жіночої статі – відповідно інтерпретація відбувається в залежності від гендерної належності. Шкали, які охоплює дана методика є ключовими у шлюбній взаємодії, а саме господарсько-побутова, емоційно-психотерапевтична, батьківсько-виховна, соціально-рольова, інтимно-сексуальна, особистісна ідентифікація із партнером, соціальної активності та зовнішньої привабливості.

Обробка результатів включає в себе оцінку ступеня збігу між рольовими очікуваннями та домаганнями. Базуючись на цьому можна визначити рівень рольової адекватності, що дасть змогу оцінити гармонійність рольового

функціонування в шлюбі. Чим більша різниця між прагненнями та очікуваннями реалізувати ту чи іншу роль, тим менш узгодженими є установки у подружжі, що власне негативно впливатиме на стабільність та якість у взаєминах.

З допоміжних якостей даного опитувальника також є можливість виявлення конфліктних точок – ролей, у яких партнери не збігаються в очікуваннях одне одного та домаганнях, що може бути свідченням про приховані напруження або незадоволеність шлюбом. Результати отримані в кінці аналізу допомагають зробити висновки щодо загального рівня рольової узгодженості пари, так і до окремих сфер, які потребують уваги в контексті корекційної чи консультативної роботи.

В наслідок отриманих результатів після проходження даної методики, дають змогу здійснити глибоку комплексну оцінку подружньої взаємодії. Це можна розглянути з погляду реального функціонування пари, так і в контексті їхніх внутрішніх уявлень про розподіл сімейних ролей.

Табл. 2.5

№ па ри	Сімейн і ціннос ті	Інтим но- сексу альна	Особис тісної іденти фікації	Господ арсько - побуто ва	Батьків сько- виховна	Соціал ьної активн ості	Емоцій но- психот ерапев тична	Зовніш ньої приваб ливаст і
1	ШСЦч	6	7	6	4	7	5	7
	ШСЦд	6	8	6.5	5	6	6	6
	ПСЦ	0	1	0.5	1	1	1	1
2	ШСЦч	5	6.5	5	5	6	4	7
	ШСЦд	4.5	7	6	4	6	6	6.5
	ПСЦ	0.5	0.5	1	1	0	2	0.5
3	ШСЦч	7	8	7	7	7	6	6.5
	ШСЦд	6	7	6	4.5	6.5	8	8
	ПСЦ	1	1	1	2.5	0.5	2	1.5

4	ШСЦч	5	5.5	6	4	7.5	3.5	6
	ШСЦд	4.5	6	6.5	6	3.5	4	4.5
	ПСЦ	0.5	0.5	0.5	2	3	0.5	1.5
5	ШСЦч	6	7	5	4.5	6	5	6
	ШСЦд	6	6	5	5	4.5	7.5	6
	ПСЦ	0	1	0	0.5	2.5	2.5	0
6	ШСЦч	7	8	7	5	6	4	6.5
	ШСЦд	7	8	6	7.5	5	6,5	4
	ПСЦ	0	0	1	2.5	1	1.5	1.5
7	ШСЦч	5	6.5	5	6	7	6	5
	ШСЦд	5.5	7	6.5	4	7	8	7
	ПСЦ	0.5	0.5	1.5	2	0	2	2
8	ШСЦч	6.5	7.5	5.5	3.5	5	4	5
	ШСЦд	6	7	7	4	5.5	5	7.5
	ПСЦ	0.5	0.5	1.5	0.5	0.5	1	2.5
9	ШСЦч	5	6	7	4	6	4	8
	ШСЦд	5.5	6.5	7	3.5	8	7	5
	ПСЦ	0.5	0.5	0	0.5	2	3	3
10	ШСЦч	6	7	7	5	6	4.5	5.5
	ШСЦд	6	6	6.5	6.5	4.5	5	7
	ПСЦ	0	1	0.5	1.5	1.5	0.5	1.5
11	ШСЦч	3.5	6	5	5	6	6.5	4
	ШСЦд	4	5	7	8	8	4	6
	ПСЦ	0.5	1	2	3	2	2.5	2
12	ШСЦч	6	7	6	8	5	8	7.5
	ШСЦд	6	7	4.5	7	4.5	6	5
	ПСЦ	0	0	1.5	1	0.5	2	1.5
13	ШСЦч	6.5	5.5	4.5	7	5	4	6
	ШСЦд	5.5	6	5	5.5	7	5.5	5
	ПСЦ	1	0.5	0.5	1.5	2	1.5	1
14	ШСЦч	6	6	7	6	6	5	5

	ШСЦд	7	6	6.5	3.5	6	5	4.5
	ПСЦ	1	0	0.5	2.5	0	0	1.5
15	ШСЦч	5	4.5	5	5	5.5	7	5
	ШСЦд	4.5	5	6	5	7	5.5	6
	ПСЦ	0.5	0.5	1	0	1.5	2.5	1
16	ШСЦч	7	5	6	4	4.5	7	5.5
	ШСЦд	5.5	6	7	5.5	7	6	7
	ПСЦ	1.5	1	1	2.5	2.5	1	1.5
17	ШСЦч	4.5	8	4.5	7	4	4	7
	ШСЦд	6.5	7	6	6.5	5	4.5	5
	ПСЦ	2	1	1.5	0.5	1	0.5	2
18	ШСЦч	5	7	7	6	3.5	6	4.5
	ШСЦд	5	7	4.5	4	5	4.5	5.5
	ПСЦ	0	0.5	2.5	2	1.5	1.5	1
19	ШСЦч	6	6	3.5	4.5	6	6	6.5
	ШСЦд	5	5	4.5	4.5	5.5	6	5.5
	ПСЦ	1	0.5	1	0	0.5	0	1
20	ШСЦч	8	7	3.5	7	4	3.5	5
	ШСЦд	7	5	6.5	6	6	5	3.5
	ПСЦ	1	2	3	1	2	1.5	1.5
21	ШСЦч	5	4	6	5.5	7	4	6
	ШСЦд	5	6.5	8	3.5	6	6	6
	ПСЦ	0	1.5	2	2	1	2	0
22	ШСЦч	7	5	5	6	5.5	6.5	6
	ШСЦд	5.5	4	6	6	5.5	4	3.5
	ПСЦ	1.5	1	1	0	0	2.5	2.5
Середній ПСЦ		0,5	0,7	1,09	1,4	1	1,5	1,2

Згідно наведеної таблиці 2.5 можна провести аналіз погодженості сімейних цінностей подружніх пар, який проводиться за сімома шкалами. Для того, аби

узгодити оцінку погодженості пар – використовувався показник ПСЦ, що розшифровується як погодження сімейних цінностей чоловіка та жінки. Це визначає абсолютну різницю між оцінками шлюбних партнерів відповідно кожної сфери. Чим вищий є ПСЦ, тим нижчою є погодженість уявлень у подружжі та їхніх ціннісних орієнтацій.

Після обробки результатів всі 22 пар було встановлено, що найвищий рівень погодженості партнери демонструють в інтимно-сексуальній сфері, де середній показник становить 0,5 балів. Це є свідченням про високий рівень схожості у поглядах на інтимну близькість, що є важливим фактором у шлюбі та емоційної сумісності.

Не менш високий рівень, також сягає шкала особистісної ідентифікації з показником ПСЦ у 0,7 балів. Це говорить про сприйняття людини власної ролі у стосунках, особистої автономії та меж. Звідси можна зробити висновок, що в парах панує взаємоповага та прийняття особистісних відмінностей.

Вже значно нижчим, у порівнянні з попередніми, виявилась шкала емоційно-психотерапевтичної підтримки, з середнім баром 1,5. Це пояснює той факт, що можуть бути відмінності у сприйнятті та розумінні потреб одне одного в емоційній близькості, підтримці та співпереживанні. Це може стати початком до зниження взаєморозуміння в парі або емоційного віддалення.

Батьківсько-виховна (1,4) та сфера зовнішньої привабливості (1,2) мають значно вищі показники в порівнянні зі всіма іншими. Це може свідчити про різні погляди у вихованні дітей, а конкретніше те, що не завжди вони можуть сходитись. Не однакова розцінка важливості виховання, дисципліни, стилю поведінки з дітьми, а також різне ставлення до зовнішності, привабливості партнера або уявлень про тілесну близькість.

Сфери господарсько-побутової та соціальної активності з результатами у 1,09 та 1,0 бали також не досягають високих показників, хоча не найнижчих. Це може бути пов'язане з розбіжністю побутових обов'язків, ведені господарства, а ще з різницею в очікуваннях щодо участі партнера у соціальному житті.

В цілому можна зробити висновок, що найвищий рівень погодженості один з одним у подружніх пар спостерігається у сферах з близькістю та особистісною взаємоповагою, в той момент, коли трохи менше вони співпадають зі сферами дотичні до виховання та побуту, де частіше можна зіштовхнутися з практичними або ціннісними суперечками. Результати свідчать про важливість та потребу подальшого усвідомлення власних очікувань та важливість відвертого спілкування, щодо важливих сфер спільного життя.

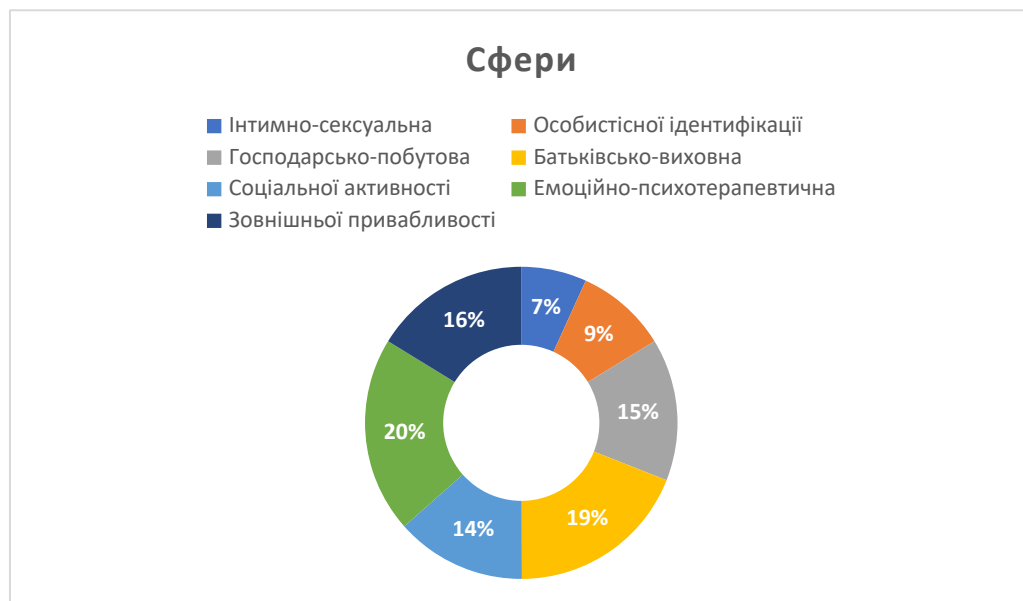


Рис. 2.6

Роблячи підсумок отриманих результатів за методикою вивчених рольових очікувань та домагань у шлюбі можна сказати, що можна зробити оцінку ступенів внутрішніх узгодженості щодо сімейних уявлень кожного партнера до розподілу обо'язків, ролей та функцій у подружжі.

Розглядаючи це в контексті довіри у шлюбних відносинах, довіра – це глибоке переконання у тому, що ваш партнер виконує свою роль, не підведе та буде надійно та з відповідальністю ставитись до подружніх обов'язків. Саме з цих причин – узгодженість у парі між домаганнями та рольовими очікуваннями впливає як важливий механізм підтримки подружньої довіри. Якщо людина має хибні очікування щодо свого партнера та обов'язків, які він має виконувати, або навіть самотійно намагається реалізувати те, від чого немає визнання чи

цінності від іншого – виникатиме внутрішня напруга, почуття віддаленості, фрустрації і власне відсутність довіри.

У той самий момент, якщо рольові уявлення і дії є узгодженими дин з одним, то у шлюбі виникає відчуття порядку, стабільності та передбачуваності, що і є фундаментальною основою довіри. Цей феномен базується не лише на емоційній прив'язаності, а і на узгодженості рольових систем та функціонуванні одне з одним.

В результаті, аналіз методики вказують на те, що високий рівень рівень рольової адекватності у шлюбній взаємодії є одним із ключових факторів у формуванні та підтримки довіри у стосунках. У свою чергу розрив між рольовими очікуваннями і домаганнями може виступати потенційним джерелом конфліктів та недовіри.

2.3 Рекомендації щодо вибудовування довірливих стосунків у подружжі

У періоді дослідження особливостей стосунків людей у шлюбі було зроблено висновок, що ключовим елементом гармонії у подружжі є довіра. Це така річ, яка не виникає просто так, над нею потрібно багато працювати обом сторонам, аби досягнути успіху.

Перше, що важливо усвідомити подружній парі – це те, що їхній союз не має стосуватися нікого іншого, до якого не повинен мати доступу жоден сторонній. Діалог на одинці, в парі, дозволяє проговорити емоції, непорозуміння чи потреби, і не варто дослухатися до чужих порад, навіть якщо людина бажає вам лише кращого. Водночас публічна підтримка одне одного відіграє важливу роль у формуванні відчуття єдності та поваги один до одного.

У шлюбі неможливо обійтись без конфліктів, але саме їхнє вирішення визначає те, наскільки міцний зв'язок між партнерами. Важливо, аби розмова відбувалася у стані рівноваги і крім висловлювання власних почуттів – вміти слухати свого партнера та який меседж він намагається донести. Розуміння

ніколи не виникне автоматично, тож це також вимагає великої праці та уміння говорити, чути і бути почутим.

Важливо вміти розпізнавати втому партнера та розуміння, коли потрібно надати підтримку у важкий момент чи поділити відповідальність у складній ситуації. Це говорить про прийняття індивідуальності людини, її звички, потреби в особистому просторі та відсутність прагнення змінити людину поряд.

Деякі зі способів підтримувати – це побутова турбота, проявлення уваги до дрібниць, щире зацікавлення справами та інтересами партнера. Ще досить важливим етапом є відкритий обмін думками щодо спільних рішень, адже партнерство передбачає взаємоповагу, рівність та готовність йти на компроміси задля один одного. Використання маніпуляцій, тиску або уникання потреб лише утворюють дистанцію та знищують довіру, в той момент, як спілкування та висловлення відкрито власних потреб зміцнює зв'язок.

Не менш важливою є здатність піклуватися про емоційний фон сім'ї створюючи атмосферу спокою, надійності та захищеності. Цьому сприяє не лише подолання труднощів, а і підтримка традицій, створення спогадів та підтримування родини. Відповідальність на цілісності сім'ї лежить на обох партнерах і саме вони формують спільні цінності.

В цілому, успішне формування довірливих шлюбних стосунків можливе за умови, що кожен готовий взяти відповідальність за власний емоційний стан, здатен до саморефлексії та готовий бути поруч навіть у важкі періоди. Такий підхід дозволяє створити союз, у якому кожен відчувається щасливим, вільним та важливим.

Висновки до другого розділу

Під час проведення аналізу в контексті проведення емпіричного дослідження було використано декілька методик, що дозволяють комплексно оцінити особливості довіри в шлюбі.

За результатами методики «діагностика емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні» було отримано наступні результати:

Лише 12 із 44 респондентів продемонстрували низький або помірний рівень емоційних бар'єрів, що має досить гарний вплив на побудову довірливих відносин у шлюбі. У цей момент 32 респонденти мали високі показники не звертаючи увагу на вік. Це говорить про актуальність та потребу поширювати значущість теми розвитку та набуття навичок формування довіри між людьми у різних поколіннях.

Це свідчить про поширену емоційну напругу в комунікації, що може ускладнювати процес прояву емоцій, взаєморозуміння та довіри. Якщо перевести результати у відсотки, то прямим статистичним доказом буде, що всього 27% відсотків опитаних не мають, або мають низькі бар'єри, а 73% - високі. Дані результати є показником того, що необхідно підвищити увагу до проблематики емоційних бар'єрів, розвитку навичок емоційної компетентності та саморефлексії.

Наступною було взято до уваги методику «ENRICH: оцінка задоволеності шлюбом», яка допомагає визначити загальний рівень задоволеності шлюбом, а також схильність до ідеалізації партнера. У даній методиці підібрати твердження, які містять позитивний та негативний характер, що дозволяє краще дослідити емоційне та поведінкове сприйняття стосунків. Для інтерпретування результаті було прийняте рішення розділити респондентів на категорії до 35 років та після 36 років.

Підсумкові результати таких шкал, як задоволеність шлюбом, емоційна стабільність та ідеалістичне спотворення дають собою розуміти, що респонденти старшого віку, які мають значно більше досвіду у побудові стосунків демонструють вищу адаптивність, емоційну стабільність та реалістичне сприйняття партнера. В даних парах спостерігається вищий рівень задоволеності шлюбом та довіри.

Натомість у людей молодшого віку було виявлено інтенсивніший рівень схильності до романтизації та ідеалізування партнера, емоційної нестабільності

та нижчі показники задоволеності шлюбом. Опираючись на це можна засвідчити, що наявність потенційних ризиків для стабільності подружніх стосунків у випадку з відсутністю навичок емоційної саморегуляції. Дана методика гарно підкреслює важливість емоційної зрілості, реалістичних очікувань і психологічної гнучкості як основ для формування довіри у шлюбних відносинах.

Остання методика, яка була використана в нашому дослідженні – це «Методика вивчення рольових очікувань та домагань у шлюбі». Вона дозволяє оцінити ступінь узгодженості між тим, як подружжя бачить виконання ролей у шлюбі, та прагненням реалізувати ці ролі самотійно.

Дана методика містить в собі сім сфер, які є ключовими у подружніх стосунках. До цих сфер належать: господарсько-побутова, емоційно-психотерапевтична, батьківсько-виховна, соціально-рольова, інтимно-сексуальна, особистісна ідентифікація та зовнішня привабливість.

За отриманими даними найвищий рівень погодженості виникає у сферах, що пов'язані з емоційною близькістю та взаємоповагою. Найбільші розбіжності між очікуваннями та домаганнями пар виявлено у сферах, пов'язаних із вихованням дітей і побутовими справами, власне, де частіше виникають ціннісні чи практичні суперечки. Це говорить про необхідність відкритої комунікації та усвідомлення власних очікувань у парі.

Усі пройдені методики та їхні результати вказують на те, що ключовим чинником стабільних та гармонійних стосунків у шлюбі є довіра, яка формується на основі емоційної відкритості, стабільності та реалістичного, без ідеалізації партнера та узгодженості у розподілі сімейних ролей. Особливо важливим є феномен узгодженості між очікуваннями та домаганнями в шлюбі, так як при розумінні і прийнятті ролей одне одного – формується порядок, стабільність та передбачуваність.

Власне, це нам говорить про те, що довіра не є чимось спонтанним, і над нею потрібно багато працювати. Це є результатом глибокої та щоденної взаємодії, яка ґрунтується на прийнятті емоційної зрілості та взаємній відповідальності.

ВИСНОВКИ

У рамках проведеного емпіричного дослідження та базуючись на основі аналізу наукових джерел було з'ясовано, що довіра розглядається, як багатовимірне явище, що охоплює собою довіру до себе, світу та інших людей. Цей феномен у шлюбних відносинах є один із ключових чинників стабільності, гармонії та емоційного благополуччя. Однак у науковому середовищі відсутнє єдине визначення функціонування довіри у шлюбі, що залишає дане питання відкритим та актуальним для подальших досліджень.

Теоретичний аналіз дозволив виявити основні соціально-психологічні чинники, які впливають та формування довіри у шлюбі. До зовнішніх факторів належать соціокультурні умови, економічна ситуація у світі та сім'ї, політичний клімат, а також сімейні традиції. Якщо говорити про внутрішні чинники, які є не менш важливими, то вони містять у собі особистісні переконання людини, життєві цінності, психологічну зрілість і стратегічні установки партнерів. Було встановлено, що довіра у подружніх стосунках невід'ємно має зв'язок з такими чинниками, як емоційна відкритість, прийняття особистих кордонів, наявність поваги, толерування та готовність до співпраці у стосунках.

У контексті міжособистісних стосунків, у теоретичному розділі було розкрито ключові підходи до розуміння довіри. Вона постає як складне психологічне утворення, що поєднує когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти. З одного боку, вона базується на особистісних установках, досвіді попередніх взаємодій, рівні тривожності та очікуваннях від інших людей. З іншого боку — довіра є результатом конкретної міжособистісної динаміки, що розвивається у взаємодії двох осіб у контексті спільного життя.

Особливу увагу у теоретичному аналізі приділено розгляду довіри як ресурсу подружньої стабільності. Підтверджено, що в умовах сучасного суспільства, де традиційні ролі подружжя поступово змінюються, довіра набуває ще більшого значення як психологічна опора для подолання труднощів, кризи очікувань та емоційної дезадаптації. Саме довіра дозволяє зберігати єдність у

парі, забезпечує відчуття безпеки та прийняття, створює простір для емоційної близькості.

Теоретичні підходи також висвітлюють, що формування довіри в шлюбі пов'язане з рівнем емоційної зрілості партнерів, їх здатністю до рефлексії, вмінням приймати недосконалості іншої людини. Однією з визначальних умов є наявність ефективної комунікації. Чим вищий рівень відкритості та емоційного обміну між подружжям, тим ймовірніше виникнення довіри. Водночас сприйняття довіри залежить і від ціннісно-сміслової системи кожного з партнерів, їх уявлень про роль одне одного в шлюбі, очікувань від спільного життя та взаємної підтримки.

Серед чинників, що порушують довіру, теоретики виокремлюють емоційне відсторонення, пасивно-агресивну поведінку, ігнорування потреб партнера, систематичне порушення обіцянок, а також невміння вести діалог у складних ситуаціях. Водночас навіть наявність кризових періодів не є критичною за умови, що в парі існує ресурс на їх подолання, довіра стає основою для конструктивного розв'язання конфліктів та збереження емоційного зв'язку.

Таким чином, узагальнення теоретичних джерел дає нам розуміння, що це не лише фундамент партнерських стосунків, але й адаптаційний механізм, який забезпечує стабільність шлюбної системи, знижує рівень конфліктності, підвищує задоволеність від стосунків і сприяє особистісному розвитку обох партнерів.

Результати проведеного емпіричного дослідження підтвердили важливість емоційної компетентності, узгодженості з рольовими очікуваннями з партнером і його реалістичного сприйняття без надмірного ідеалізування для формування довіри. За методикою діагностики емоційних бар'єрів було виявлено, що цілих 73% опитуваних людей, котрі перебувають у шлюбі, зіштовхуються із високим рівнем емоційної напруги, що є свідченням необхідності розвитку навичок емоційної саморефлексії та відкритої комунікації. За методикою ENRICH було виявлено, що респонденти старшого віку та з більшим досвідом у стосунках мають вищу емоційну стабільність, адаптивність та задоволеність шлюбом. В

той час, як молодші представники мають вище схильність до ідеалізації партнера та мають нижчий рівень довіри. Методика оцінки рольових очікувань та домагань показала, що найвища погодженість демонструється у сфері емоційної взаємодії, а розбіжність виникає у питаннях, що підкреслюють значущість відкритого обговорення функціональних ролей у шлюбі таких, як питання побуту або виховання дітей.

Таким чином ми бачимо, що довіра не виникає спонтанно, а є результатом щоденної та цілеспрямованої роботи обох партнерів у шлюбі. Це потребує емоційної зрілості, усвідомлення власних очікувань, прийняття й готовність завжди взяти відповідальність за якість взаємодії. Встановлено, що саме довіра виступає стабілізуючим чинником у подружжі, а її формування прямо залежить від індивідуальних психологічних особливостей кожного з партнерів, так і від соціокультурного контексту їх взаємодії. Тому розвиток навичок, емоційної компетентності, усвідомлення цінностей, прийняття ролей та побудови відкритої комунікації є необхідною умовою для створення довірливого та щасливого шлюбу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Божаківська М. Аксіологічний аспект довіри як основи міжособистісних взаємин. Особистість і суспільство: психосоціальні виміри ковітальної взаємодії : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. Тернопіль, Західноукраїнський національний університет, 28-29 квітня 2023 р.). Тернопіль : ЗУНУ, 2023. С. 317-320.
2. Борщ К.К. Трансформація статусно-рольових характеристик сучасної сім'ї в Україні. Чорноморськ: Наукові праці Чорноморського державного університету ім. Петра Могили, 2012, №189. 84 с.
3. Гіденс Е. Соціологія / Е. Гіденс. – Київ : Основи, 1999. – 726 с.
4. Глазунов С. В. Сучасні чинники вибору шлюбної пари і деякі питання стабілізації подружніх стосунків. Дніпропетровськ : Вісн. Дніпропетр. держ. ун-ту, 2017. 128 с.
5. Горностаї П. П. Групова динаміка у рольовій парадигмі. Наукові студії із соціальної та політичної психології; зб. наук. статей. Акад. пед. Наук України, Ін-т соц та політ психологи Вип. 19 (22) К. Міленіум, 2008 С. 37-45
6. Гридковець Л. М. Подолання подружніх конфліктів. Практична психологія та соціальна робота. Київ : Освіта, 2014. 38 с.
7. Гурко Т. А. Теоретичні підходи до вивчення трансформації інституту сім'ї. Луцк : Освіта, 2020. 54 с.
8. Єрмакова Н. О. Психологічні особливості становлення довіри до себе в юнацькому віці : дис. канд. психол. наук : спец. 19.00.07. Київ, 2008. 205 с.
9. Іващенко А. С. Психологічні чинники міжособистісних стосунків у молодих подружніх парах. Вісник Національної академії Державної ...автор: АС Іващенко 2012. - 72 с.
10. Кісарчук З.Г. Психологічна допомога сім'ї. Київ : Главник, 2006. 128 с.
11. Козловська О. В. Тренінгові технології у формуванні психологічної готовності молодшої сім'ї до самогармонізації. Соціальна робота і

- сучасність: теорія та практика : VI міжнар. наук.- практ. конф., 20–21 трав. 2010 р. : тези доповіді. – К., 2010. – С. 121–122.
12. Кокорський В., Кокорська О. Генералізована довіра як моральна цінність в системі вартостей українського суспільства. *Політичне життя. Донецький національний університет імені Василя Стуса*, 2016. Вип.1-2. С. 97-101
 13. Костровець Л. Б. Значення молодих сімей у процесі формування повноцінного українського суспільства. Харків : Харківська національна академія міського господарства, 2012. 459 с.
 14. Кравець В.П. Психологія сімейного життя: [навч. посіб.] / В.П. Кравець.- Тернопіль, 1995. - 696с.
 15. Кравець Н.М. Аналіз основних напрямів вивчення довіри як соціально-психологічного феномена (1) 2011. ЛьвДУВС С.56-67
 16. Кравченко В. Особливості дослідження довіри у соціально-психологічному дискурсі. *Психологія і суспільство*. 2012. № 2. С. 52-57.
 17. Липов В. Соціальна довіра як цінність, інституція та інститут. Праці наукового товариства ім. Т. Г. Шевченка. Том LI Економічний збірник. Т. 1. НТШ; Західний науковий центр НАН України і МОН України.мЛьвів, НТШ, 2017. С. 112-126.
 18. Максимова Н.Ю. Сімейне консультування: навч.посіб. К .: ДП «Вид. Дім «Персонал», 2011. 304 с
 19. Психологія сім'ї: навчальний посібник/За заг. ред.: В.М.Поліщука.Суми: Університетська книга, 2008. 238 с.
 20. Психологія сучасної сім'ї : навч.посіб. / О. А. Столярчук. – Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. – 136 с.
 21. Фролов П.Д. Консолідована громадська думка: спроба операціоналізації поняття. Збірник наукових статей Київського міжнародного університету й Інституту соціальної та політичної психології НАПН України. Серія «Психологічні науки: проблеми і здобутки». К.: КиМУ. 2014, Вип. 6. С. 262 – 278.

- 22.Фурман А. Психологія смисложиттєвого розвитку особистості: [монографія]. Тернопіль: ТНЕУ, 2017. 508с.
- 23.Хлопоніна Н. Є. Вплив ролєвих очікувань подружжя на характер сімейного спілкування: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.05 «Соціальна психологія; психологія соціальної роботи». Ін-т соц. та політ. психології АПН України. К., 2007. 16 с.
- 24.Fowers B. J., Olson D. H. ENRICH Marital Satisfaction Scale: A Brief Research and Clinical Tool. Journal of Family Psychology. 1993. Vol. 7, No. 2. P. 176-185.
- 25.Sztompka P. Trust: A Sociological Theory. Cambridge: Cambridge, UK: University Press, 2008. 228 p.
- 26.<https://fact-news.com.ua/psixologichni-aspekti-doviri-v-mizhosobistisnix-vidnosinax-vazhlivist-rozvitok-i-zberezhennya/>
- 27.<https://holdyou.net/news/doveritelnyeotnoshenia>
- 28.<https://allreferat.com.ua/uk/psuhologiya/referat/4317>
- 29.https://docs.academia.vn.ua/bitstream/handle/123456789/54/MLO_compressed%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 30.<https://medpark.com.ua/psychologist/trust-in-relationship>
- 31.<https://vipsoft.blob.core.windows.net/contest/c497532026a08131460d90a255206eda.pdf>
- 32.Великий тлумачний словник сучасної української мови: 250000: уклад. та голов. ред. В. Т. Бусел. Київ; Ірпінь: Перун, 2005. 1728 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу: [Великий тлумачний словник сучасної української мови \(2005\) \(irbis-nbuv.gov.ua\)](http://irbis-nbuv.gov.ua)