

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Західноукраїнський національний університет
Соціально-гуманітарний факультет
Кафедра психології та соціальної роботи

КАРПЮК Наталія Олегівна

Психосоціальні джерела подружніх ревнощів та їх психокорекція на особистісному рівні / Psychosocial sources of marital jealousy and their psycho-correction at the personal level

спеціальність: 053 – Психологія
освітньо-професійна програма – Психологія
Кваліфікаційна робота

Виконала студентка групи ПСм-21
Н.О. Карпюк

Науковий керівник:
к.психол.н., доцент
Т.Л. Надвинична

Кваліфікаційну роботу
допущено до захисту:

«__» _____ 20__ р.

Завідувач кафедри
_____ А.В. Фурман

АНОТАЦІЯ

Карпюк Наталія Олегівна «Психосоціальні джерела подружніх ревнощів та їх психокорекція на особистому рівні». – Рукопис.

Дослідження на здобуття освітнього ступеня «магістр» за спеціальністю 053 – «Психологія» – Західноукраїнський національний університет, Тернопіль, 2020.

У дипломній роботі із теоретико-методологічних позицій висвітлена проблематика подружніх відносин; досліджено психосоціальні джерела подружніх ревнощів; емпірично досліджено психологічні особливості розвитку уявлень про подружні ревнощі в студентському віці; розроблена та впроваджена програма їх розвитку та корекції.

ANNOTATION

Karpyuk Natalia "Psychosocial sources of marital jealousy and their psycho-correction at the personal level". - Manuscript.

Research for obtaining a master's degree in specialty 053 - "Psychology" – West Ukrainian National University, Ternopil, 2020.

In the thesis from the theoretical and methodological point of view the problems of marital relations are covered; psychosocial sources of marital jealousy are studied; revealed psychological features of the development of ideas about marital jealousy in student age; the program of their development and correction is developed and implemented.

ЗМІСТ

Вступ.....	3
Розділ 1. Теоретико-методологічні засади дослідження проблематики.....	6
1.1. Проблематика подружніх відносин в психологічній науці.....	6
1.2. Психосоціальні детермінанти якості та успішності сімейних взаємостосунків.....	15
Висновки до розділу 1.....	25
Розділ 2. Психосоціальні джерела подружніх ревнощів.....	27
2.1. Психологічні передумови проявів ревнощів в контексті подружніх відносин.....	27
2.2. Роль соціально-психологічних характеристик особистості як внутрішніх передумов до формування та прояву ревнощів.....	34
Висновки до розділу 2.....	43
Розділ 3. Емпіричне дослідження психосоціальних джерел розвитку уявлень про подружні ревнощі у студентському віці.....	44
3.1. Організація та зміст емпіричного дослідження.....	44
2.3. Програма розвитку та корекції уявлень про подружні ревнощі у студентів ЗВО як детермінанти подружніх відносин.....	69
Висновки до розділу 3.....	76
Висновки.....	77
Список використаних джерел.....	79
Додатки.....	84

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасний розвиток психологічної науки вимагає всебічного висвітлення проблем міжособистісної взаємодії на різних рівнях її функціонування. Одне з провідних місць у цьому списку займає проблематика дослідження сімейно-подружніх стосунків.

Психологія сім'ї є однією з найбільш значущих предметних областей вивчення особистості як суб'єкта діяльності. Загальновідомо, що особистість формується і розвивається в просторі сім'ї, в зв'язку з чим, проблема внутрішньосімейної взаємодії трансформується в особливий психолого-педагогічний феномен, потреба у вивченні якого зачіпає різні напрямки наукових досліджень – соціальну та педагогічну психологію, психологію особистості, конфліктологію тощо.

Практика показує, що сімейні відносини реалізуються в різних формах - як позитивних так і негативних. До числа останніх часто відносять ревності. Однак, на думку більшості сучасних дослідників, ревності як об'єкт психологічного дослідження може слугувати не лише джерелом виявлення негативних тенденцій у внутрішньосімейних відносинах, але і бути джерелом формування позитивного досвіду подружжя.

Проблема уявлень про ревності як детермінанту подружніх відносин є міжнауковою, так як вона є предметом вивчення представників різних наукових напрямків – психології, культурології, філософії, соціології, педагогіки тощо.

Дослідження різноманітних аспектів подружніх стосунків нині привертає увагу багатьох науковців. Так, питання передшлюбних відносин вивчали Л. Ф. Бурлачук, Л. А. Коростильова, Л. Б. Шнейдер та ін.; виділення різноманітних типів функціонування подружніх відносин – Г. П. Андрух, В. В. Кришталь; встановлення психологічних причин їх порушення – М. М. Обозова, О. М. Обозова та ін. Автори зверталися також до розгляду феноменів, що ускладнюють подружні стосунки. Так, у наукових джерелах зустрічають напрацювання, які стосуються проблематики дослідження подружніх конфліктів – П. Е. Зуськова, Н. В. Малярова, В. П. Левкович та ін.; виявлення психологічних особливостей

подружньої невірності, її різновидів, факторів виникнення – Н. І. Оліфірович, Т. Ф. Велента, І. М. Хмарук і ін.; вивчення причин та способів корекції подружніх ревнощів – П. З. Васильєва, Е. Е. Лінчевський та інші. Разом з тим, досі залишається відкритим питання ґрунтовного дослідження психосоціальних джерел подружніх ревнощів та їх психокорекції на особистому рівні.

Мета дослідження: дослідження психосоціальних джерел подружніх ревнощів та їх психокорекція на особистісному рівні.

Об'єкт дослідження: подружні відносини.

Предмет дослідження: ревнощі, як психосоціальний феномен подружніх відносин.

Теоретичні завдання дослідження:

1. Проаналізувати стан розробленості проблемного поля подружніх відносин в психологічній науці.

2. Встановити психосоціальні передумови проявів ревнощів в контексті подружніх відносин.

3. Виявити психологічні особливості розвитку уявлень про подружні ревнощі в студентському віці та розробити ефективну програму їх розвитку та корекції.

Методи дослідження: теоретичні (аналіз наукової літератури з проблематики дослідження), емпіричні (спостереження, опитування, тестування, експеримент, статистичний аналіз), інтерпретаційні (порівняння, аналіз, синтез).

База дослідження. Дослідження проводилося на базі кафедри психології та соціальної роботи Західноукраїнського національного університету за сприяння фахівців психологічної служби ЗВО (вибірка 50 осіб).

Наукова новизна дослідження:

1. Розширено уявлення про ревнощі як психосоціальний феномен, який виникає внаслідок міжособистісної взаємодії в ситуації уявної або реальної загрози втрати переваги зі сторони суб'єкта прихильності і любові;

2. З'ясовано, що уявлення студентів про подружні ревності полідетерміновані об'єктивними (статевою приналежністю, досвідом подружнього життя і досвідом спостереження ревностей у відносинах батьків) і суб'єктивними (особливостями емоційно-ціннісної сфер особистості) факторами.

3. Розроблено програму, спрямовану на розвиток та корекцію уявлень студентів про подружні ревності.

Практичне значення дослідження.

Отримані під час дослідження теоретичні і емпіричні матеріали можуть бути використані в рамках професійної підготовки фахівців-психологів під час розробки навчальних курсів «Психологія особистості», «Вікова психологія», «Диференційна психологія». Запропоновані програми «Психологія спілкування» і «Психологія сім'ї і подружніх взаємовідносин» можуть слугувати основою психологічних знань студентів різних напрямків професійної підготовки. Узагальнення і висновки знайдуть застосування при проведенні психологічного консультування з приводу різноманітних сімейних проблем, зокрема тих, які виникають внаслідок ревностей між подружжям. Розроблена програма «Щасливе подружжя без ревностей» може використовуватися фахівцями психологічних служб закладів освіти та Центрах психологічної допомоги населенню.

Структура дипломного дослідження визначається завданнями і логікою дослідження і складається з вступу, трьох розділів, висновків до них, загальних висновків, списку використаної літератури, додатків. Загальний обсяг становить 85 сторінок. Робота ілюстрована 13 таблицями, 17 рисунками.

Розділ 1. Теоретико-методологічні засади дослідження проблематики.

1.1. Проблематика подружніх відносин в психологічній науці.

Психологія сім'ї та шлюбу – відносно новий розділ психологічної науки, який знаходиться на стадії свого становлення. Його мета – дослідження феноменології приватного життя людини в період її перебування в шлюбі і в зв'язку з ним.

Трактуючи подружні стосунки як в нормовані соціальні відносини, психологи зауважують, що вони забезпечують трансформацію особистого чуттєвого потягу в стійке взаємне пристосування і спрямовану спільну діяльність в контексті виконання основних завдань шлюбу. Важливою складовою даних взаємин є створення підґрунтя для подальшого формування батьківських, дитячо-батьківських, родинних і сімейних відносин, що лежать в основі сімейного гомеостазу в цілому [52].

Грунтовний аналіз літературних джерел [1; 3; 5; 9; 17; 24; 35 та ін.] уможливило вивчення подружніх стосунків з позицій:

- їх мотиваційного обґрунтування (Добровіч А. Б., Малярова Н. В., Оліфірович Н. І., Велента Т. Ф. та ін.);
- знаходження причин виникнення труднощів, які виникають при пошуку шлюбного партнера (Бурлачук Л. Ф., Коростильова Л. О., Красовський Б. П. та ін.);
- факторів стабілізації молодого сім'ї (Жвінклене А. Б., Калмикова Є. З.);
- виділення різних типів подружніх відносин (Кришталь В. В., Андрух Г. П., Шнейдер Л. Б., Сатир В., Сейгер Л. та ін.);
- встановлення і аналізу психологічних параметрів подружніх відносин (Гукова Є. Г., Обозов М. М., Файнбург З., Ейдемільер Є. Г та ін.);
- виокремлення і обґрунтування етапності або стадійності подружніх відносин (Волкова О. М., Столін В. В. Хейлі Дж., Хілл Р. та ін.);
- пошуку психологічних детермінант порушення подружніх відносин (Крюкова Т. А., Сапоровская М. В., Куфтяк Е. В., Тійт Е. М., Маслов А. та ін.);

- надання психологічної допомоги подружжю (Навайтіс Г. А., Пезешкіан Н. та ін.) тощо.

У широкій проблематиці діадної взаємодії чоловіка й жінки, що є основоположною у формуванні особливого соціального інституту – сім'ї, увагу психологів до недавнього часу привертало, в основному, соціально-психологічні аспекти шлюбу [16; 22; 23 та ін.]. При розгляді сім'ї одночасно і в якості соціально-психологічної спільноти (малої групи, члени якої пов'язані шлюбними або родинними відносинами, спільністю побуту і взаємною моральною відповідальністю), і в якості соціального інституту (історично утвореної системи взаємин між подружжям, батьками і дітьми, соціальна необхідність якої детермінована потребою суспільства в фізичному і духовному відтворенні населення), дослідників цікавило, насамперед те, як виникає і чим підтримується притаманна родині згуртованість і узгодженість взаємовідносин її членів, яким чином родина бере участь в зміні соціальних відносин і всього суспільного устрою тощо [18]. Сім'я при цьому трактувалася як специфічна арена взаємовпливів, як цілісність, що складається із взаємних контактів.

Ще однією досить вираженою тенденцією психологічних досліджень в даній сфері стало відображення багатой феноменології, яка притаманна взаєминам подружжя, у проблематиці ефективності реалізації в родині функції виховання молодого покоління.

Було з'ясовано, що саме в сім'ї, основу якої при сприятливих умовах утворює подружня пара, проходять початкові стадії соціалізації дитини, в ній закладається фундамент нової людини, формуються ази моральних та ціннісних орієнтацій тощо [14]. У багатьох дослідженнях, що позиціонують дітей в якості головного сенсу існування сім'ї, вони ініціювалися також в якості її об'єднуючого фактора і зводилися в ранг життєво важливої цінності подружньої взаємодії. Особистісні особливості подружжя при цьому, відсувалися на задній план, а в центр основних дослідницьких інтересів поміщалося дитина і її майбутнє. Відповідно, вивчення сім'ї з таких позицій будувалося за т.з. дитиноцентристським принципом.

На нашу думку, одним з важливих результатів численних досліджень, проведених в даному напрямку [2; 3; 12; 18; 32 та ін.], стало підтвердження того, що збереження нормальних подружніх відносин з більшою ймовірністю, ніж при їх порушенні, дає змогу батькам досягти соціально бажаних результатів своєї виховної місії.

Відтак, зважаючи на ґрунтовну та різносторонню соціально-психологічну та психолого-педагогічну розробку зазначеної проблематики, особистісна складова більшості феноменів, які народжуються у подружніх стосунках (дружба, симпатія, любов, ревності, ворожі почуття та ін.) досі залишаються поза межами наукових досліджень.

Так, у накопичених до сьогодні дослідницьких матеріалах, можна виявити деяку інформацію, що стосується вивчення передумов для виділення особистісних аспектів подружніх відносин [18; 22; 23; 32 та ін.]. Зокрема, доступним є вивчення того, як особистість в єдності властивих їй типових особливостей, інтересів, бажань, поведінкових особливостей тощо, обумовлює виникнення специфічного простору феноменів шлюбу, які відбуваються зміни особистості в шлюбі, яким чином особистісні особливості кожного з подружжя впливають на збереження і розвиток індивідуальної своєрідності сформованого шлюбу тощо.

Зокрема, особистісна проблематика проглядається в дослідницьких пошукуваннях, що розкривають особливості перших кроків творення подружніх відносин. Відповідно до наявних емпіричних даних, вони наповнені активною діяльністю подружньої пари щодо вироблення власної системи домовленостей у відношенні розподілу подружніх ролей, сімейної структури влади, ступеня психологічної близькості шлюбних партнерів і інших членів сім'ї, основних і другорядних завдань родини, конкретного змісту її функцій і способів реалізації останніх. Уже на цьому етапі розвитку подружніх відносин проявляється особистість кожного з шлюбних партнерів, особливості їх самооцінки, домагань, уявлень, ціннісних пріоритетів тощо.

Як було встановлено, найважливішою задачею перших днів спільного життя, є узгодження багатоаспектних проявів особистості кожного з подружжя. Необхідність такої роботи пов'язана з тим, що ще до шлюбу у молодій людині складається досить чіткий «образ Я», своя сформована Я-концепція, від якої, часом досить нелегко відмовитися при формуванні нового типу міжособистісних взаємовідносин між подружжям.

Серед можливих проявів цього можна виділити відсутність у подружжя чітких особистісних кордонів, відкрите або приховане відкидання ними особистісної унікальності один одного, прояви різних форм насильства, низький рівень особистісної емпатії, нерозвиненість рефлексії. Змістовний аналіз перерахованих особливостей дозволяє припустити, що в основі деструкцій подружніх стосунків лежать особистісні особливості самих членів подружжя.

Відзначимо, що для подружніх стосунків природним є те, що кожна зі сторін проявляє себе як самостійна особистість, яка має власне уявлення про життя в цілому і про організації сім'ї зокрема, свої ціннісні пріоритети, життєві установки тощо, які склалися в дошлюбний період життя. Дані ціннісні орієнтири можуть бути «зліпком» ціннісних пріоритетів батьківської сім'ї, а можуть представляти собою індивідуально сконструйовані орієнтири за принципом «від зворотного». Не залежно від факторів, які відіграли домінуючу роль у формуванні особистості подружжя, вони характеризуються своєрідністю в сприйнятті світу, в інтерпретації подій, що відбуваються, в проектуванні життєвого шляху тощо.

Як уже зазначалося, джерелом труднощів в формуванні подружньої взаємодії також може виступити індивідуальна своєрідність наявної у кожного з подружжя Я-концепції, тобто стійкої, яка неповторної системи уявлень індивіда про самого себе, на основі якої він будує своє взаємодію з іншими людьми і ставиться до себе. Загалом, цей конструкт виступає в якості установки по відношенню до самого себе, як передумова і наслідок соціальної взаємодії

Автор терміну «Я-концепція» К. Роджерс [42] пропонував інтерпретувати його зміст в якості організованого послідовного концептуального гештальту, що складається з сприйняття властивостей «Я» або «мене» і сприйняття взаємин «Я» з іншими людьми і різними життєвими аспектами.

Розглядаючи цей термін синонімічно до терміну «самосвідомість» дослідники (Ананьєв Б. Г., Божович Л. І., Гінзбург М. Р., Мерлін В.С., Мухіна В.С., Столін В. В., Рубінштейн З. Л. і ін.) зробили акцент на тому, що самосвідомість суб'єкта є провідним фактором збереження, зміни і розвитку особистості в її біографічному ключі. Так, звертаючись до даної проблеми, В.С Мухіна висловлює думку, відповідно до якої самосвідомість являє собою сукупність стійких зв'язків в сфері ціннісних орієнтації і світогляду людини, що забезпечує її унікальну цілісність і тотожність самій собі. У трактуванні М. Р. Гінзбурга, самосвідомість є головним елементом смислового конструювання людиною свого життєвого поля. В. І. Слободчиков розглядає її як перший і необхідний етап в розвитку рефлексивної свідомості. При цьому він вказує, що як усвідомлення самості, власної суб'єктивності в залежності від цілей і завдань, самосвідомість може виявлятися в різних формах: як самопізнання, самооцінка, самоконтроль і самоприйняття. Самосвідомість тісно пов'язана з рівнем домагань людини. Крім того, вона є основою для самоконтролю і саморегуляції, а його результатом стає образ Я, який виступає основою побудови взаємин з іншими людьми. Спільним знаменником, інтегральним виміром Я виступають самоприйняття і самоповага особистості.

Відтак, Я-концепція в найбільш традиційному вигляді містить наступні складові: когнітивну, як уявлення людини про свої якості, здібності, зовнішність, соціальну значущість тощо; емоційну що включає самоповагу, самолюбство, самоприниження тощо; оцінково-вольову, яка містить прагнення індивіда підвищити самооцінку, завоювати повагу тощо. О. Є. Фурман (Гуменюк) пропонує власний підхід до визначеної проблематики та визначає: когнітивну (Я-образ), емоційну-оцінкову (Я-ставлення), вчинково-креативну (Я-вчинок) та спонтанно-духовну (Я-духовне) складові [12, с. 71].

Отож, відіграючи ключову роль в організації особистості, Я - концепція молодят не може залишатися сталою. Як вказує Т. Б. Карцева, збереження притаманного їм Я незмінним, після укладання шлюбу посилює нестійкість взаємодії подружжя і їх незадоволеність одне одним.

Істотний вплив на якість формування подружніх ставлень і всього спільного життя пари, яка побралася, чинить еталон шлюбного партнера, розуміння побудови подружніх відносин, взаємин з близькими родичами, друзями тощо, тобто всього змісту шлюбу, що склався у кожного з його учасників.

Відзначимо, що в якості еталону особистості виступає зразок, мірило, ідеальний або встановлений тип чого- або кого-небудь; точно розрахована міра прийнята в якості зразка [9].

Сформовані в свідомості людини ще в дошлюбний період еталони функціонують для забезпечення осмисленості сприйняття різноманітних обставин. На думку Л. І. Анциферової, вони опосередковують оцінку подій, що відбуваються навколо, вибір стилю поведінки, задоволеність собою і результатами діяльності.

Маючи соціально-психологічну природу, еталон є своєрідною узагальнено «іншою» особистістю, якій суб'єкт оцінювання схильний приписувати власні якості, відображені в образі Я. Його побудова і використання відбувається на основі проектування, який передбачає, що суб'єкт пізнання може вкладати свої стани в іншу особистість, приписувати їй риси, які насправді притаманні йому самому, і які у оцінюваної особистості можуть бути відсутніми. На основі відповідних процесів може відбуватися ідеалізація особистості шлюбного партнера, яка готує підґрунтя для численних поступків.

Однак наявність готового еталону шлюбного партнера може слугувати і передумовою для виникнення більш або менш вираженого незадоволення його господаря якостями реального партнера. Відтак, наявність протиріч між ідеальним образом дружини (чи чоловіка) і реальними її якостями спроможне викликати

розчарування, невдоволення, дратівливість і інші негативні поведінкові прояви, що руйнують врешті-решт, подружні відносини.

Зауважимо, що з соціально-психологічним еталоном може зіставлятися не тільки образ шлюбного партнера, але і образ Я, наявний у подружжя. Вияв можливих протиріч реального і ідеального образів спроможний послужити передумовою формування деякої дисгармонії особистості, яка так чи інакше, але приведе до порушення подружніх відносин, в яких вона складається.

Регулююча функція еталонів, в тому числі і в плані їх впливу на особистість, на управління властивими їй змінами, неодноразово підкреслювалася різними дослідниками. Однак при розгляді даних регуляторних механізмів увага, більшою мірою, зосереджується на необхідності врахування особливостей самих еталонів, що чинять вплив на особистість. Зокрема, стереотипний еталон, який характеризується схематизмом, спрощеністю, ригідністю, жорстким дотриманням соціальної нормативності та іншими особливостями, може негативно вплинути на шлюб, а еталон індивідуалізований, який відображає особливості неповторної самотності окремого індивіда, автентичний природі конкретної людини, може стати орієнтиром для побудови найбільш міцних подружніх стосунків.

Обирані еталони побудови подружньої взаємодії певною мірою визначаються й статевою своєрідністю партнерів. Так, Є. В. Титовою було доведено, що вивчення міжособистісних взаємостосунків у шлюбі, сім'ї та інших сферах життєдіяльності може бути ефективним тільки з урахуванням психологічних особливостей статі.

Відомо, що статева диференціація є однією з актуальних проблем в вивченні соціально-психологічних процесів і явищ різних прикладних сфер соціальної психології. Між тим, психологічні відмінності між чоловіками і жінками ще недостатньо представлені у вітчизняних дослідженнях сім'ї та шлюбу.

Т. Парсонс припускав, що в шлюбі присутні дві осі диференціації ролей. Чоловікові, на його думку, більш властива інструментальна роль, реалізуючи яку він вирішує проблеми взаємодії родини із зовнішнім світом. Жінка, у відповідності

з концепцією науковця, відповідальна за вирішення внутрішніх проблем всередині сім'ї. Подружжя несумісність і сімейні конфлікти, з точки зору Т. Парсонса, породжуються або неправильним розподілом «сфер впливу», або незадовільним виконанням обов'язків в «своїй» сфері. Відтак, неправильний розподіл влади в сім'ї веде до зниження суб'єктивної задоволеності шлюбом.

За даними А. В. Султанової, в системі цінностей подружньої пари існує як подібність, так і гендерні відмінності в виборі їх пріоритетності. Для чоловіків і жінок задоволеність шлюбом пов'язана з наступними цінностями: «щасливе сімейне життя», «любов», «життєва мудрість», «спільний відпочинок», «прояв відповідальності» та «відсутність матеріальних труднощів».

Гендерні відмінності проявляються в тому, що для чоловіків більш важливими є такі цінності як «незалежність»; «самоконтроль»; «смівість в відстоюванні своїх думок і поглядів»; «тверда воля» тощо.

Для жінок ж пріоритетом є «акуратність, охайність і вміння утримувати в порядку речі і справи»; «вихованість і хороші манери»; «освіченість» (як широта знань і висока загальна культура); «чесність»; «чуйність і турботливість» [56 – 57].

Також, значну роль в формуванні еталонів шлюбу, виконують національно-культурні традиції [38]. Саме вони інколи стають визначальними при формуванні індивідуальних уявлень про належну поведінку в шлюбі. Цікаво, що зафіксоване нині дослідниками ослаблення дії національних і культурних чинників у вибудовуванні подружніх ідеалів підсилюють індивідуальну відповідальність кожного з них за те, яким чином будуть налагоджені відносини в шлюбі. Відтак, на перший план виходить особистість кожного з подружжя, впроваджувана нею в подружню взаємодію система цінностей тощо. Важливо те, що єдині ціннісні орієнтири сім'ї містять особистісну проекцію кожного з них. Точніше, в них відображається властиве кожному з подружжя ціннісне ставлення до навколишнього світу, до інших людей і до самого себе [32].

Ціннісне ставлення до світу в сучасній психології трактується як складне, багатокомпонентне, ієрархічно зорганізоване особистісне утворення, компонентами якого є окремі цінності. Складаючи особистий і навіть інтимний аспект життя людини цінності, разом з тим, відіграють досить важливу, а часом і вирішальну роль в житті кожної особистості, в тому числі, і в контексті її подружніх ставлень.

Як показали проведені дослідження, в процесі реалізації особистістю конкретних цінностей, вирішення нею завдань з їх осмислення і вирішення численних конфліктів, вони насичуються емоційним змістом, усвідомлюються і набувають спонукаючих функцій [32].

В.С Мухіна, М.О. Волкова, І.М. Попова і інші схиляються до позиції, згідно якої ціннісні орієнтації представляють собою суб'єктивний механізм управління поведінкою особистості. Від того, наскільки у подружжя сформовані ціннісні орієнтації в сфері шлюбно-сімейних відносин (уявлення про подружні стосунки, про функціонально-рольові статуси подружжя, роль партнерства в шлюбі, прийнятну після укладення шлюбу поведінку тощо), від того, наскільки вони реалізують і в подальшому готові підтримувати емоційну залученість в проблеми один одного, конгруентність в міжособистісній взаємодії тощо, залежить гармонійність процесу функціонування і розвитку подружніх відносин [19].

Відтак, дослідження показали, що особливості ціннісної орієнтації визначаються не лише факторами соціалізації, але і всією системою індивідуальних і особистісних особливостей. Отож, наявність у чоловіка і дружини різноманітних ціннісних орієнтацій є провідною умовою нормального функціонування і розвитку подружніх відносин. У цьому контексті автори відзначають, що різноманіття систем цінностей слугує природньою базою для індивідуалізації особистості.

1.2. Психосоціальні детермінанти якості та успішності сімейних взаємостосунків.

Констатація значної варіативності особливостей побудови подружньої взаємодії сприяла проведенню наукових пошукувань щодо виділення психологічних детермінант якості та успішності сімейних взаємостосунків. При аналізі даного проблемного поля, отримали поширення такі поняття як «стійкість», «стабільність», «сімейна адаптація» та «інтеграція», «міцність», «успішність», «благополуччя» тощо [55].

При дослідженні даної проблематики також широко використовується поняття згуртованості, яке визначається як емоційна близькість, зв'язок, психологічна відстань між шлюбними партнерами. У сучасному розумінні воно характеризує собою рівень емоційно-особистісної прихильності подружжя, те, наскільки вони усвідомлюють себе як єдине ціле [63]. Серед параметрів згуртованості називають внутрішньосімейну залученість, емоційність шлюбних відносин, внутрішні і зовнішні кордони сім'ї, встановлення яких багато в чому залежить від особистості кожного з подружжя.

При аналізі подружніх відносин також широко використовується поняття задоволеності шлюбом, яке на загальнопсихологічному рівні розглядається в якості джерела активності, «підкріплення», двигуна зусиль, що «живить» сили людини і підвищує її життєву енергію. Дослідження низки психологів [49; 52; 66 та ін.] показали, що задоволеність і благополуччя в шлюбі зумовлені особистісними особливостями подружжя. Так, за даними А. В. Султанової [52], для благополуччя в шлюбі важливі такі особливості шлюбних партнерів як адаптованість, прагнення домінування, емоційний комфорт, прийняття себе і інших, спрямованість на себе і на справу при низьких значеннях ескапізму і накопичення стресу. А. І. Тащева стабільність подружніх відносин пов'язала зі взаємною і високою позитивною спрямованістю атрибуції і взаємоприйнятністю характеристик, які пропонуються подружжям один одному, а також з конструктивною рефлексією, яка проявляється в обох

шлюбних партнерів (з достатньою сформованістю і поєднанням саморефлексії і взаємної рефлексії членів сім'ї).

Стабільність подружніх відносин, позначаючи емоційно-психологічну задоволеність шлюбних партнерів, згідно позиції М. О. Юркевич, залежить від рівня внутрішньосімейної співпраці, низького рівня конфліктності, орієнтації на кооперацію в побуті, взаємної задоволеності шлюбом тощо. С. І. Голод, на основі емпіричних матеріалів виділив чотири основних чинника стабілізації шлюбу: спільність інтересів, звичка, сексуальна задоволеність та зобов'язання. К. Роджерсом, в якості умови стабільності подружніх відносин позначено збереження шлюбом чотирьох основних елементів: 1) зобов'язання, яке має постійно підтримуватися партнерами; 2) конгруентність; 3) функціонально-рольова лояльність; 4) емпатійність. Дослідник, підкреслюючи важливість особистісного внеску в збереження даних елементів, вказував на необхідність розгляду партнерства кожним з подружжя в якості постійно триваючого процесу, а не окремого контакту.

Ще одне поняття, яке активно використовується авторами, котрі досліджують дану проблематику – поняття успішності, характеризується не тільки через оцінку суспільством можливості виконання сім'єю основних соціальних функцій, але і з позиції особистісних інтересів подружжя, тобто задоволеності кожного з них спільною життєдіяльністю та наявності в сім'ї умов для гармонійного розвитку кожного її члена. В основі успішності або неуспішності шлюбу лежить також мотивація його створення, а якість подружніх відносин залежить від оцінки суб'єктами шлюбу рівня взаємної прихильності і підтримки, конфліктності, сумісності характерів і загальної оцінки якості шлюбу [9].

На думку К. Роджерса [42], найбільш успішні шлюби укладаються між людьми, які найменш обтяжені умовними цінностями і здатні на справжнє прийняття інших. Подружньому благополуччю і сприятливому морально-психологічному клімату в сім'ї, за даним низки психологів [18; 23; 28 та ін.],

сприяють узгодженість і відповідність характерів подружжя, гармонійність, зрілість, відповідальність їх особистості.

Представлені інтерпретації понять містять розуміння того, що якість подружніх відносин, що виявляється в успішності вирішення поставлених перед шлюбними партнерами завдань, досягнення належного рівня їх згуртованості, стабільності тощо, багато у чому залежить від особистісних особливостей подружжя. Такі особистісні особливості Е. Г. Ейдеміл-Лером і В. В. Юстицим були позначені в якості сімейно-необхідних якостей. Авторів підтримав і Magar E. [66], котрий спробував їх впорядкувати та означити:

- потреби, необхідні для мотивування участі індивіда в житті сім'ї, для подолання труднощів і вирішення нагальних проблем: потреби в батьківстві і материнстві; широке коло потреб, які мають бути задоволені в ході подружніх взаємин: потреб в любові, симпатії, сексуально-еротичні потреби, господарсько-побутові тощо;

- широке коло здібностей, навичок і умінь: насамперед, спроможності, необхідні для розуміння іншої людини – члена сім'ї; сукупність навичок і умінь, необхідних для підтримки подружніх відносин і виховання дітей;

- обширний перелік вольових і емоційних якостей, в тому числі необхідних для регулювання своїх емоційних станів, подолання фрустрації, вміння підпорядкувати тимчасові бажання поставленим цілям; терпіння, наполегливість тощо.

У сучасному дослідженні Л. Б. Шнейдер [62] серед якостей особистості, які сприяють формування стабільних шлюбних відносин, знаходимо наступні:

- відсутність страху і тривожності, адекватна самооцінка;
- врівноваженість;
- орієнтація на пошук і помірна схильність до ризику, що дозволяє емоційним відносинам розвиватися, а не стагнувати;
- часова компетентність (жити «тут і зараз», усвідомлюючи при цьому зв'язок подій);

- високий рівень самоприйняття, що проявляється в природності поведінки та відкритості досвіду, у ставленні до іншого як до себе.

В якості необхідної для подружжя особистісної якості розглядається також розвинена самосвідомість, яка дає змогу дистанціюватися від повсякденних побутових і соціально значущих обов'язків, а також розширити свій подружній простір за допомогою наповнення його взаєморозумінням, доброзичливістю, турботою, увагою до проблем один до одного тощо. Як зазначається, високий рівень самосвідомості подружжя дає їм можливість для соціального маневру, зменшення залежності від сімейного оточення, від тиску щоденних проблем і справ, дозволяє більш широко поглянути на життєві перспективи власної сім'ї і кожного її члена [59].

На феноменологію, що виникає в шлюбі, чинить вплив і така найважливіша особистісна риса як самооцінка. Самооцінка, на думку В. М. Поліщук [39], значною мірою визначає домагання особистості, її життєві ідеали, спрямованість, взаємини між людьми, ефективність діяльності і подальше розвиток. Соломатіною Е. М. було доведено, що самооцінка впливає на товариськість, мотиваційну сферу людини, тривожність, самовпевненість, домінантність, відкритість. З огляду на поліфункціональність самооцінки (її вплив на комунікабельність, тривожність, рівень домагань, самовпевненість, домінантність, відвертість), логічно було б припустити, що вона неминуче чинить деякий вплив і на якість подружніх відносин [52].

Згідно з результатами, отриманими Коростильовою Н. М. [21], у чоловіків і жінок є риси характеру, що сприяють благополуччю в шлюбі. В подружніх парах з високим рівнем добробуту в шлюбі, для чоловіків характерним є прояв демонстративності на рівні ознаки акцентуації і емотивності на рівні риси характеру; для жінок – педантичності на рівні ознаки акцентуації, а також збудливості і циклотимії не вище рівня риси характеру. При цьому необхідною умовою благополуччя в шлюбі, як для чоловіків, так і для жінок є низькі значення дистимності і тривожності (не вище рівня риси характеру).

У подружніх парах з низьким рівнем добробуту в шлюбі, для чоловіків характерним є прояв емотивності на рівні вираженої акцентуаційної тенденції; для жінок – збудливості і циклотимії. Загальною закономірністю, як для чоловіків, так і для жінок в подружніх парах з низьким рівнем благополуччя є дистимія і тривожність на рівні вираженої акцентуаційної тенденції.

Порушення в системі діадної взаємодії подружжя може слугувати основою для виникнення внутрішньоособистісних протиріч і конфліктів [59]. У роботах зарубіжних і вітчизняних дослідників вони, по суті, виступають ключем до розуміння психологічної сутності особистості та психологічних механізмів її розвитку. Зокрема, в трактуванні З. Фрейда джерелом внутрішньоособистісних конфліктів є протиріччя між інстинктивними потягами і вимогами соціального оточення, опосередкованими «Я»; це, своєю чергою, породжує зіткнення несвідомих імпульсів з свідомими намірами і бажаннями людини. У вченні А. Адлера схожою є ідея про наявність факту зіткнення несвідомого прагнення особистості до ідеалу і неминучого почуття власної неповноцінності. Роботи К. Хорні базуються на аналізі трьох основних суперечливих тенденцій, позначених нею як прагнення до людей, прагнення від людей і прагнення проти людей. К. Юнг виходить з того, що духовне життя людини є нескінченним мандрівкою всередині себе, відкриття потаємних, несвідомих структур, які потребують усвідомлення і включення в душевну цілісність. Сама ж душа, в його розумінні, сповнена протилежностей – свідоме і несвідоме, чоловіче і жіноче, екстравертоване та інтравертоване тощо. Причина більшості проблем, на думку дослідника, криється в соціокультурно обумовленому розвитку людиною себе тільки в напрямку однієї сторони суперечливої пари та приховуванні чи ігноруванні іншої.

У вітчизняній психології представлено власне бачення причин внутрішньоособистісного конфлікту. Так, за уявленням Ф. Е. Василюка, передумово виникнення останнього є капітуляція свідомості перед суб'єктивно нерозв'язним протиріччям. Є. З. Калмикова причину внутрішніх протиріч вбачає в протистоянні двох різноспрямованих тенденцій внутрішнього світу, детермінованих їх співпадінням у часі або в предметній віднесеності. Є. О. Клімов

пов'язав внутрішньоособистісні конфлікти з блокуванням спонукань людини об'єктивною обмеженістю її можливостей. Конфліктуючими реальностями, в його розумінні, в певних умовах можуть стати особистісні цінності, раціональні і емоційні оцінки людиною різних ситуацій, життєвих обставин тощо. О. Я. Анцупов пов'язав виникнення внутрішньоособистісних протиріч з особливостями мотивів, цінностей і самооцінки людини.

Звертаючись безпосередньо до проблеми внутрішньоособистісних конфліктів подружжя, Є. М. Соломатіна вказує, що вони є об'єктивно існуючим явищем у суспільстві, в основі якого лежить неузгодженість в ціннісно-смісловій сфері особистості, яка виявляється в когнітивному, емоційному та поведінковому аспектах взаємовідносин у подружній парі. Пов'язуючи причину даних конфліктів з фінансовою самостійністю подружжя, неузгодженістю норм поведінки і взаємовідносин з родичами, з домінуванням одного з подружжя, дослідниця, по суті, її джерелом вбачає відсутність між шлюбними партнерами початкових узгоджень в організації спільного подружнього життя.

Як зазначалося раніше, в подружній парі протиріччя проявляються в когнітивному, емоційному та поведінковому аспектах. У поведінковому аспекті найбільш конфліктогенними є зони внутрішньоособистісних протиріч, що зачіпають взаємини подружжя з родичами і друзями, а також зона домінування одного з подружньої пари. Особистісна зрілість і загальна напруженість захистів чинять вплив на прояв внутрішньоособистісних протиріч, але не мають вирішального значення. В емоційному аспекті позитивне емоційне реагування у подружжя перевищує негативне емоційне реагування на внутрішньоособистісні протиріччя. У когнітивному аспекті у сімейної пари найбільше суперечностей викликає зона життєвого облаштування. Відтак, найбільш відчутний вплив на проблематику подружніх відносин чинить когнітивний і поведінковий аспекти внутрішньоособистісних протиріч.

Нездатність подружжя узгодити численні питання, які стосуються їх спільного життя можуть бути не тільки причиною останніх, а й знижувати

самоєфективність, блокувати розвиток, агресивність і невроз, приводити до наростання подружніх деструкції, і як крайній варіант – до розпаду шлюбу.

Потреби шлюбних партнерів в любові, повазі, визнанні, не задоволені в результаті конфліктів, стають причинами порушення подружньої комунікації. Психологічна дисгармонія виражається в вигляді наростаючого відчуження, виникнення напруженої атмосфери, зіткнень і конфліктів особистісного порядку, коли критиці і неприйняттю піддаються особливості темпераменту і характеру партнера. Загострюються проблеми в розподілі ініціативи, влади і верховенства. Виникають емоційно-особистісні розлади, втрата почуття комфорту, впевненості, безпеки. Яскравими ознаками психологічної дисгармонії є: стомлення і роздратування один від одного, неможливість знайти прийнятні способи спілкування, затяжні порушення психологічного клімату в сім'ї.

Можливість виникнення таких негативних ефектів вимагає першочергового узгодження особистісних позицій подружжя. На важливість таких дій вказував, зокрема Rice D. [67], який вважав за необхідне, щоб ще при вступі у шлюб, молоді люди брали на себе певні зобов'язання, які б пов'язували б їх усе життя. Дослідник виходить з того, що для будь-якої пари, яка живе в інтимному зв'язку і веде спільне господарство, необхідні угоди, що стосуються форм і способів спілкування з батьківськими сім'ями, друзями, колегами по роботі.

Встановлювані домовленості покликані контролювати способи взаємодії в діаді із зовнішнім соціальним оточенням; регулювати функціонування в середині родини; визначати, як слід вести себе в визначених ситуаціях і обставинах; задавати зовнішні і внутрішні кордони взаємодії. Відтак, угода молодого подружжя має регламентувати низку питань, найважливіших для підтримки нормального рівня їх взаємодії: де і як жити, яким чином будувати кар'єру і самореалізовуватись поза нею, як проводити дозвілля тощо.

Поряд з вирішенням суто формальних питань, з самого початку подружнього життя молодята повинні проводити напружену, насичену численними угодами, знаковими для подальшого життя в шлюбі роботу з становлення і утвердження нового Я, ускладнення і диференціації рефлексивно

«Я», дбати про подолання внутрішньоособистісних протиріч для того, щоб побудувати новий, ускладнений і досить стійкий образ.

Під час встановлення нових відносин один з одним, зміни сімейної ситуації, подружжя виробляють не тільки угоди, але і способи вирішення розбіжностей і прийняття рішень. В результаті формується своєрідна внутрісімейна мікрокультура спілкування, яка врешті-решт стає основою феномену шлюбу [66].

Якщо ж потреби людини не задовольняються або задовольняються лише частково, то виникає тимчасове або хронічне фізіологічне, психічне напруження, підточується емоційно-психологічна стабільність шлюбу. Тому важливо, як кожна з сторін подружніх відносин здатна впоратися з такими труднощами, наскільки вона стійка до можливих стресорів, як вона здатна відреагувати на них тощо. Дані особистісні особливості не тільки привносяться в подружнє життя кожною стороною шлюбних відносин, але і розвиваються, змінюються під впливом повсякденних обставин та уявлень і поведінки шлюбного партнера.

Грунтовний аналіз цілої низки літературних джерел [13; 18; 21; 22 та ін.], присвячених дослідженню характеру змін, що відбуваються з суб'єктами подружнього життя уможливив виокремлення ряду *об'єктивних і суб'єктивних факторів*, що впливають на цей процес та визначають стабільність та якість взаєностосунків між подружжям:

- 1) психофізіологічний рівень, на нашу думку, не обмежується лише сексуальними контактами. Він включає також різні інтимні ігри (флірт, поцілунки, обійми без сексуального підтексту тощо). Останні дослідження цієї сфери подружній взаємин доводять важливість для психофізіологічного спілкування не тільки чисто сексуальних характеристик партнерів, але і їх зовнішності, реактивності, психодинамічних характеристик поведінки тощо. Здатність подружжя повно мірою зреалізувати даний рівень відносин закладає стійке підґрунтя в досягненні якості шлюбної взаємодії;

2) на наступному, психологічному рівні, головною функцією подружніх відносин позначений вибірковий контакт, що сприяє найбільш повному самовираженню особистості. Безпосереднє звернення до феноменологічних особливостей особистості подружжя доводить, що побудова психологічних контактів між шлюбними партнерами має на меті створення між ними такої атмосфери, яка сприяє самовираженню сторін, підтримує і стимулює розвиток неповторної індивідуальності кожного, дає терапевтичний ефект розуміння, схвалення, прийняття, є джерелом моральної та емоційної підтримки.

3) зміст соціально-психологічного рівня подружніх взаємостосунків можна позначити як співпрацю шлюбних партнерів при реалізації сімейних функцій (народження і первинна соціалізація дітей, економічна, моральна і емоційна підтримка членів сім'ї, організація дозвілля. тощо). Важливим контекстом збереження нормальних подружніх відносин при цьому є досягнення двох типів узгодженості – узгодженості сімейних цінностей та узгодженості рольових уявлень про функції чоловіка і дружини в сім'ї. В залежності від властивої особистості ієрархічної шкали сімейних цінностей, кожен з подружжя висуває на перший план ту чи іншу сімейну функцію, приділяючи їй більше часу, енергії та уваги.

4) на соціально-культурному рівні подружніх відносин проявляються особистісні особливості шлюбних партнерів. Знаходячи своє відображення в узгодженості життєвих позицій, ціннісних орієнтації, поглядів на оточуючий світ і свого місця в ньому, спрямованості і мотивів соціальної поведінки, він відповідає за спроможність подружжя досягати високого рівня взаєморозуміння та поваги, взаємного схвалення життєвих позицій тощо.

Значне різноманіття особливостей міжособистісних відносин, що виявляються в шлюбі, сприяло розробці в психології різних підходів до побудови типологій подружніх стосунків.

Так Е. Фромм виділив два їх основних типи, в основі яких були позначені певні особистісні особливості подружжя:

- подружні відносини, засновані на любові, які на особистісному рівні виявляються в позитивному ставленні до себе і інших, у відповідальності, повазі, бажанні зростання і розвитку;

- подружні відносини, засновані на симбіозі та пов'язані з надмірною залежністю партнерів один від одного, що сприяє втраті одним з них власної незалежності (пасивна форма симбіотичної залежності – мазохізм, активна форма – садизм). Принесення себе в жертву заради інтересів і бажань іншого врешті-решт призводить до руйнування особистості залежного партнера, до втрати ним свого індивідуального Я.

Значну увагу автори також приділяють вивченню *специфіки деструкцій*, що виникають в рамках подружніх відносин. Звертаючись до зазначеної проблематики, Е. В. Титова виділила шість їх різновидів:

- емоційно-відчужені, пов'язані з проявами на особистісному рівні стриманості, відсторонення, холодності; при цьому сфера залучення подружжя в особисте життя один одного практично відсутня;

- напружено-дисоційовані, які виявляються в деспотичному домінуванні особистості одного з подружжя і опозиції до нього іншого; на тлі казенної, надлишково-формальної атмосфери в сім'ї її члени проявлять недобррозичливість, триває постійний пошук винних в поєднанні з приписуванням партнеру стандартних негативних ролей;

- симбіотичні характеризуються крайньою формою психологічної залежності один від одного; на особистісному рівні проявляється інфантилізація і емоційна незрілість всіх членів сім'ї, крім очевидного лідера;

- псевдосолідарні проявляються в ригідності рольової структури, при якій члени сімей наполегливо підштовхують один одного до нових досягнень без урахування реальних можливостей близьких, що представляє собою бажання за рахунок інших втілити власні раніше нереалізовані амбіції;

- ригідним подружнім стосункам властива жорстка фіксація ролей задля постійно контролю (гіперкомпенсація) або надмірної турботи і захист;

- хаотичні шлюбні відносини відрізняє непослідовність вимог, безсистемна суперечливість поведінки домінуючого шлюбного партнера.

Для трьох останніх з виділених типів подружніх відносин характерною є демонстративна «відмова» одного з партнерів від власної особистості, від реалізації власних планів тощо. Ситуацію погіршує те, що дана жертвовність регулярно акцентується у взаємодії з партнером, викликаючи у нього почуття провини і потреби в її компенсації своїми вчинками. Кожен з позначених типів подружніх відносин тягне за собою певні особистісні деформації не тільки сторони, безпосередньо відповідальної за порушення комфортності шлюбу, але і її партнера.

Отже, подружнє життя – простір, що об'єднує феноменологічний ряд, який має значний діапазон проявів як позитивних (любов, взаєморозуміння, підтримка, емоційне тепло тощо), так і негативних (конфліктність, подружня невірність, ревності тощо).

Висновки до розділу 1.

Одні з головних параметрів шлюбу – його стабільність і стійкість, значною мірою визначаються індивідуальними особливостями його суб'єктів – членів подружньої пари. Дані характеристики формуються у них ще задовго до вступу в шлюб і продовжують змінюватися вже після його укладання. Володіючи певною Я-концепцією, системою уявлень про шлюбного партнера, нормами сімейної взаємодії, розуміючи допустимі реакції на різні сімейні обставини, кожен з подружжя чинить безпосередній вплив на взаємовідносини. Останній може здійснюється через моделювання, яке ґрунтується на уявленнях, просторі емоційного благополуччя сім'ї, підтриманні міцності розподілу в ній рольових позицій, зусиллях з коригування норм міжособистісної взаємодії членів сім'ї тощо. Відтак, від індивідуальних особливостей кожного партнера залежить якість подружньої взаємодії і збереження самого шлюбу.

Однак, при цьому виділяється ціла низка подій спільної життєдіяльності (вироблення норм спільної життєдіяльності, народження та виховання дітей, налагодження взаємодії з іншими членами родини тощо), які можуть розглядатися в якості типових для багатьох подружніх пар. Під впливом багаторазового відтворення вони набувають характерних особливостей, які роблять їх досить передбачуваними. Вивчення таких особливостей дозволяє зрозуміти психологічні механізми їх виникнення і функціонування, а отже, уможливити по відношенню до них побудову системи практичних методів їх психологічної профілактики та психокорекції.

Розділ 2. Психосоціальні джерела подружніх ревнощів.

2.1. Психологічні передумови проявів ревнощів в контексті подружніх відносин.

Вивчення будь-яких феноменів, що виникають в сім'ї, в тому числі, в межах подружньої взаємодії, неможливе без урахування особливостей соціального життя особистості, в якій зреалізовується її життєдіяльність. Проведені дослідження [1; 4; 7; 9; 10; 13; 18 та ін..] показали, що подружні стосунки відображають найбільш загальні процеси, що відбуваються в суспільстві. Нестабільність, розчарування в традиційних цінностях, зміщення ідеалів, різноманітні кризи (економічна, політична, духовна тощо), що відбуваються в країні протягом тривалого часу, стали руйнівними для інституту сім'ї та шлюбу. Їх наслідками стало значне порушення практики відтворення сімейних традицій і звичаїв, переосмислення цінностей взаємин чоловіка і жінки, втрата пріоритетів стабільності шлюбу, відмова від багатьох функцій, раніше нерозривно з ним пов'язаних, поширення альтернативних форм укладення шлюбу тощо.

Негаразди у шлюбних стосунках посилюються проблемами окремих сімей – збільшення кількості і важкості спадкових і набутих хвороб і як наслідок – збільшення кількості членів родин, котрі потребують допомоги; поширення різноманітних хімічних залежностей, підвищена смертність серед чоловіків, в тому числі і молодого віку, постійні житлово-побутові незручності, неможливість забезпечити достойний рівень життя сім'ї, конфлікти з соціальним оточенням тощо. На цьому тлі набувають додаткового негативу так звані «нормативні стресори» - природні події, породжені етапністю сімейного життя, а також деякі особливі події (зрада, тривала розлука тощо).

Відтак сім'я, виступаючи в якості живого соціального організму, не може реагувати на події, що розгортаються навколо неї. Під впливом різноманітних обставин в ній поступово чи несподівано, непередбачувано стрімко руйнуються близькі відносини подружжя один з одним, батьків з дітьми, сім'ї з родичами, відбувається розростання поля виникнення конфліктних ситуацій. Дріб'язкові,

на перший погляд протиріччя посилюються, перетворюються в серйозні проблеми і стають незворотними за своїми катастрофічними наслідками. В силу цього подружжя вважає недоцільним для себе докладання зусиль щодо підтримки сімейної гармонії, починають відмовляти партнеру в проявах любові і підтримки, втрачають бажання зберігати вірність один одному, починають зраджувати тощо. Такі негативні прояви між подружжям поступово в тій або іншій формі переходить і на інших членів сім'ї. Наслідком таких подій, найчастіше стає повний розпад сім'ї .

Однією з найбільш поширених та згубних причин, які руйнують шлюбні відносини є *ревнощі*. Цей феномен найдавніший за своєю природою, який супроводжує людство протягом багатьох століть. Так, з міфології слідує, що греки надавали цьому почуттю великого значення. Майже всі боги безперервно заплутувалися і потрапляли в конфліктні ситуації, пов'язані з ревнощами. Римська міфологія сповнена незліченних анекдотів, заснованих на зусиллях одного партнера пробудити ревнощі в іншого. Останні майже завжди окрім любовного підтексту, асоціювались ще й із заздрістю, жадібністю, запальністю, параноєю, егоїзмом тощо. Згідно Старого Заповіту, стара давньоєврейська мова часто ототожнює ревнощі з заздрістю і жадібністю. Амбівалентність і невизначеність цього поняття також глибоко вкорінена в суспільній свідомості Заходу і відображена в деяких біблійних фрагментах. Вона характеризується як сукупність негативних емоційних станів, яку людина відчуває при втраті можливості володіти чим або чи ким-небудь.

Ревнощі також мають культурно зумовлене коріння. Аналіз історичного матеріалу дозволяє зробити висновок, згідно з яким кожна культура містить нормативні приписи щодо того, що має перебувати у винятковій власності і що може бути розділене. Тому причини, які змушують людину відчути ревнощі, не обов'язково будуть викликати ревнощі у інших.

В архаїчній культурі, як відомо, було відсутнє почуття ревнощів. Звичай ділитися дружинами з гостями існував на всіх континентах. У деяких культурах існувала традиція «права першої ночі», яка загалом не визнає можливості

виникнення ревнощів. Адже згідно культурних звичаїв, коли молода жінка виходить заміж, її невинність бере не молодий чоловік, а хтось інший. Часто це вождь племені, священник села або інший шанований чоловік. Ні наречена, ні наречений при цьому не проявляють ревнощів і їх загалом не турбує ця ситуація. Навпаки, вони очікують цього, гордяться наданою честю. У цій традиції це не загроза шлюбу, тому що немає ніякого ризику втратити дружину чи чоловіка. Відтак, виникнення ревнощів в таких випадках носить мало імовірнісний характер, а якщо і виникає, то не зустрічає підтримки в оточуючих.

Більш того, в полігамних культурах дружини заохочували своїх чоловіків до знаходження інших дружин. Вигода полягала в тому, що це сприяло підвищенню престижу першої дружини. Крім того, це давало можливість поділу домашньої роботи, турбот про виховання і здоров'я дітей, побутових обов'язків. Відомі приклади, коли жінка в суспільстві з такою культурою подає на чоловіка в суд за те, що він не бере інших дружин, і вона змушена виконувати всю домашню роботу сама. Суд частіше за все приймає сторону жінки, і чоловіка зобов'язують ввести в будинок другу дружину в термін до шести місяців.

Констатуючи поширення ревнощів на певному етапі розвитку людства, дослідники прийшли до висновку, що вони є особливо поширеними в культурах, які заохочують сексуальне поділ. Так, К. Давис порівняв культури, що підкреслюють сексуальну відданість і є одношлюбними, і ті, які не надають цьому фактору особливого значення. Відтак він знайшов значно меншу кількість прикладів виникнення проблем ревнощів в суспільствах тієї формації, яка допускає багатоженство.

Ревнощі – найбільш типовий і масовий феномен, що має місце в приватному житті людини і досить рано входить в зміст її особистого досвіду. Вона зустрічається практично у всіх людей – чоловіків і жінок, дуже молодих і дуже старих. Ревнощі присутній в стосунках гетеросексуалів і гомосексуалів, представників всіх расових і культурних груп, у осіб, що мають стійку нервову організацію, і у осіб з деструктивними порушеннями психіки.

Незважаючи на широке поширення даного феномену, серед вітчизняних і зарубіжних науковців досі відсутнє однозначне розуміння сутнісної природи ревнощів. Можливо, це пов'язане з тим, що виникнення і прояв цього складного почуття важко вчасно помітити і відрефлексувати. У багатьох ситуаціях люди приховують і маскують ревнощі не тільки від інших, але і від самих себе. Треба мати певну соціальну сміливість і психологічну компетентність, щоб зізнатися або зрозуміти, що за спалахами агресії, невдоволення собою і іншими, тривожністю, нудьгою, невдоволенням або афективністю насправді ховаються ревнощі.

Для більш обґрунтованого вивчення означеного феномена також необхідно пам'ятати, що ревнощі не є винятковим атрибутом подружніх відносин.

Широко відомо, що ревливими бувають не тільки закохані і відштовхнуті партнери, але і люди (сиблінги), які весь час борються за своє лідерство та домінування в родині. Найбільш характерним це є для сімей, де є різновікові діти. В цьому випадку в орбіту ревнощів залучаються батьки, які своєю поведінкою викликають у дитини підозри в «нелюбові», і сиблінг, який вимагає особистих переваг, більше уваги і любові. Діти конкурують за безпосередню, негайну увагу, демонстрацію прихильності або очевидної любові. Вони намагаються вирішити, хто є улюбленцем батьків. Деякі автори, котрі вивчають зазначену проблематику, ототожнюють ревнощі із своєрідними інстинктом і називають його «територіальним імперативом».

Ревнощі можуть проявляти також школярі, які прагнуть привернути виняткову увагу улюбленого вчителя або обраного в якості зразка для наслідування. Ревнощі можуть проявлятися співробітниками трудового колективу в тому випадку, якщо помічають, що керівник більшою мірою виділяє певного колегу, більш часто відзначає його заслуги, проявляє стосовно до нього більш шанобливе ставлення.

Відтак, спектр причинного поля виникнення ревнощів досить широкий. До основних причин в даному випадку належать: переваги одних людей і зневага до інших; час, що витрачається на неформальне спілкування між одними членами

родини чи колективу (увагу вчителя до одного з учнів; ласкаве і поблажливе ставлення батьків до «улюбленців»; флірт з подругами дружини або з друзями чоловіка); прояв особливого інтересу до нових людей; наявність або придбання нових речей, предметів, які недоступні для інших; отримання високих соціальних статусів і нагород; можливість вести світський стиль життя; кращі умови роботи; наявність елітного житла, автомашини, заміського будинку тощо.

У найзагальнішому вигляді ревності можна визначити в якості демонстративного або приховано пережитого суб'єктом складного стану, який інтегрує в собі одночасно позитивне і негативне ставлення до референтної для нього особи.

Найчастіше за все ревнує один з членів діади – подружньої, дитячо-батьківської, дружньої. Предметом ревностей можуть бути такі цінності, як робота, просування по службі, майно, зовнішній вигляд, становище в суспільстві тощо. Зазвичай, ревнивця турбує недостатньо задоволена потреба в визнанні, престижі або любові, і усвідомлення того, що інші мають щось краще або більше.

Ревності також можуть виникати через суперництво, самоствердження, бажання високого престижу або особливого іміджу. Втрата останнього і, як наслідок, любові і поваги, можливо, є найбільшою загрозою стосункам. Так, якщо любов є єдиною мотивацією ревностей, то логічно очікувати зацікавленості ревнивого індивіда в успішності партнера. У цих випадках мало б місце прагнення допомагати партнеру в досягненні успіху. Разом з тим, в більшості випадків таких спроб не спостерігається. Відтак, ревності частіше всього пов'язують з таким соціальним феноменом як заздрість.

У цілій низці наукових робіт [2; 8;17; 21; 34; 54 та ін.] вона розглядається як одна з її форм. Однак слід вказати і на відмінності між типовими ревностями і заздрістю. Так, заздрість ґрунтується на сильному бажанні суб'єкта мати щось чи когось, що належить іншій людині. Метою ж ревностей є бажання утримати щось або когось, не ділячись з іншими.

Ще однією відмінністю заздрців є їх більша пов'язаність із активністю щодо матеріального майна або персональних талантів, а ревності більше спрямовані на утримання комфортного рівня прив'язаності, уваги, визнання оточуючих тощо.

Ревності частіше виникає навколо символічних речей, в той час як заздрість більше стурбована речами безпосередніми. Звичайно, людина може бути заздрісною і ревнивою одночасно, так як обидва почуття є беруть свій початок із особистісної незрілості, від страху втрати, від конфліктів відносно зон поділу і володіння.

Іноді ревності визначають як своєрідну форму параної. Справді, багато ревних людей є надзвичайно підозрілими, що є прямою ознакою параноїдального мислення.

Спостереження показують, що осіб, схильних до ревностей, притягують специфічні стратегії поведінки по відношенню до бажаних об'єктів. Вони намагаються по можливості тримати їх в певній ізоляції від соціуму і взаємодій з потенційними партнерами, обмежують їх особистісний простір, контролюють формальні і неформальні зв'язки (корпоративні, сімейні, дружні, товариські), перевіряють телефонні повідомлення тощо.

Ревнивців постійно супроводжує страх, що предмету бажання буде краще з кимось іншим, хто здається більш успішним і щасливим. Дуже ревниві люди не можуть допустити, щоб їх кохані прагнули до саморозвитку або стали більш успішними. Вони часто незадоволено реагують на їх бажання вчитися, отримати просування по службі або робити що-небудь, що забезпечує більший рівень успіху. Для ревних людей типовим є те, що навіть отримуючи задоволення від результатів досягнень своїх партнерів, вони не довіряють їм, висувають ультиматуми і звинувачення, які можуть супроводжуватися допитами, погрозами і зловживанням силою.

Звичайно, така поведінка найбільш негативним чином відображається на стані суб'єктів, які потрапили в коло «референтних» для ревностей осіб. Повсякденне життя рясніє прикладами погіршення через ревності якості життя

шлюбних партнерів або й повним припиненням відносин. Багато сімей руйнуються через ревнівні нападки одного з подружжя, батьків або інших членів сім'ї. Більше того, багато організацій, виробничі і наукові колективи розпадаються або погіршують свої показники через нескінченні конфлікти, плітки, боротьбу за фаворитизм начальників, коханців. Адже ревнощі породжують злобу, заздрість, відкидання, розрив відносин між близькими друзями і люблячими людьми.

Разом з тим, зазначимо, що прояви ревнощів у кожної людини досить специфічні за своїм характером, тому що люди пропускають їх через власний життєвий досвід і поведінку в певних обставинах.

Через відчуття загрози з різних джерел, важко передбачити те, що викличе реакцію ревнощів у конкретної особи. І однаково важко спрогнозувати, якої реакції очікувати, навіть після того, як ревнощі вже актуалізувалися. Незважаючи на те, що виникнення ревнощів може носити інстинктивний характер, поведінкові відповіді, які слідує за цим – результат етнокультурних традицій, виховання і навчання.

Відомо, що реакція на загрозу може з'являтися у багатьох формах відвертої чи зовсім непомітної поведінки. Це може бути висловлено в усних звинуваченнях, нападах, агресивних діях і навіть насильстві. Відповідні реакції також можуть містити елементи провокації, які не помітні зовнішнім спостерігачам або навіть притаманні тільки конкретній особистості. Так, ревнивець може лише відповісти крізь зуби, але при цьому у нього різко зростає рівень адреналіну в крові, викликаний таємними думками або фантазіями, так що деяка небезпека неминуча.

Реакції ревнощів кожної людини унікальні, так як кожен вивчає їх через власних досвід. Однак не можна не враховувати і те, що така поведінка може бути результатом деякого соціального навчання. Люди вчаться вести себе певним чином, спостерігаючи за іншими і намагаються їх наслідувати. У ранній молодості об'єктом для наслідування частіше всього вибирають батьків. Коли стають старшими, наслідують поведінку інших значимих близьких (сестру, брата, вчителя тощо). Є ця поведінка нормальною чи ні, але вона проти волі стає тією міркою, за допомогою якої кожен з нас «вимірює себе». Так, якщо наприклад, «правильна

поведінка» включає в себе патологічно ревні характеристики, то мимоволі ми теж будемо її наслідувати.

В силу значущості для особистості всього причинного ряду, пов'язаного з проявами ревнощів, дослідники давно прагнуть з'ясувати детермінанти і механізми її виникнення і функціонування. Для психологів і психотерапевтів важливо визначити, настільки ця проблема серйозна і гіпертрофована, які наслідки може мати деструктивна поведінка і як можна захистити себе від ревнивця.

При вивченні ревнощів важливим є виявлення діапазону її проявів, пошук конструктивних способів вирішення напруженості і зняття симптомів підозрливості і тривожності у ревливих партнерів, сприяння їм у виборі таких форм поведінки і спілкування, які не будуть викликати негативних відчуттів.

Особливо важливо з'ясувати усі обставини, що провокують ревнощі, коли мовиться про збереження подружніх стосунків. В якості прикладу перерахуємо найбільш розповсюджені проблеми, з якими в даному випадку зіштовхуються професійні психологи: захист не тільки маленьких, але і дорослих дітей від ревливих батьків; звернення за допомогою подружжя, які психічно втомилися від необхідності виправдовуватися і доводити свою невинність; пошук аргументів, які зможуть змусити або спонукати ревливого партнера працювати над собою; можливість поліпшення сімейних відносин без великих втрат тощо.

Для відповіді на дані і схожі питання потрібно зрозуміти причини, особливості перебігу та тривалість процесів, пов'язаних з ревнощами, виявити ключові параметри їх природи і походження як психологічного феномена.

2.2. Роль соціально-психологічних характеристик особистості як внутрішніх передумови до формування та прояву ревнощів.

Наявність досить широкого поля проявів ревнощів в просторі соціальних відносин дає змогу виділити деякі закономірності, які є досить універсальними, властивими даному феномену в незалежності від сфери його прояву. В даному

випадку доречно говорити про сформованість деяких внутрішніх передумов до прояву ревнощів.

У даному контексті надзвичайно цікавим є питання дослідження *гендерних особливостей* [11; 15; 20; 21; 31; 56; 57 та ін.]

Протягом тривалого часу вчені намагаються зрозуміти, хто більше ревливий – чоловіки чи жінки. Нині серед науковців одночасно функціонують прямо протилежні погляди на зазначену проблематику. Так, деякі дослідники переконані, що більш ревливими є чоловіки, інші - що жінки.

Так, чоловіки апріорі є суперниками, і ревнощі розглядаються ними як форма суперництва. Багато ревливих чоловіків навмисно не спілкуються з привабливими або цікавими жінками, особливо якщо поруч інший чоловік. Однак жодні наукові дані не підтверджують цю гіпотезу. Результати досліджень засвідчують лише те, що ревність не залежить від статі.

Натомість існує значна кількість свідчень, які доводять, що чоловіки і жінки виявляють ревнощі різними способами. Чоловіки більше ніж жінки, схильні «вилити» ревнощі на інших. При цьому вони у всьому звинувачують жінок чи третю особу. Вони більше ніж жінки, виправдовують ревнощі «чоловічою природою».

Жінки більш схильні звинувачувати в ситуаціях ревнощів себе. Вони думають, що якщо вони будуть вести себе краще, то отримують більше уваги від чоловіка. Це робить жінку старанною. Відтак, жінки частіше погоджуються з тим, що вони ревливі, а чоловіки, як правило, заперечують це.

Жінки надають більшого значення фізичній привабливості, ніж чоловіки. У присутності привабливих жінок, інші жінки більше схильні відчувати ревнощі, ніж чоловіки в присутності привабливих чоловіків. Жінки, більше ніж чоловіки, шукають недоліки в поведінці собі подібних, тобто вони більш критичні до суперниць. Чоловіки більш схильні вступати в конфронтацію з третьою особою і пред'являти ультиматуми. Жінки, навпаки, частіше схильні уникати конфронтації з іншими, якщо вони відчують ревнощі. При цьому роблять більший акцент на слабкості і чіпляючись за партнерів з великим завзяттям.

Чоловіки більше схильні до прояву ревнощів за допомогою гніву і фізичного насильства. Жінки частіше виражають незадоволення пасивно-агресивним способом, сльозами і спробами змусити чоловіка відчутти провину. При цьому після таких емоційних спалахів вони відчують подавленість і звинувачують себе.

Чоловіки ж, більше ніж жінки, страждають від спалахів ревнощів, коли помічають сторонні сексуальні захоплення їх партнерок. Багато жінок легше сприймають сексуальну невірність партнера. Якщо жінка виявляє, що її партнер мав сексуальний зв'язок, вона буде скоріше стурбована емоційною прихильністю, ніж фактом самої зради.

Отож, жінки більш схильні прощати сексуальні зради, ніж чоловіки. Пояснюючи ці відмінності, деякі дослідники говорять про гормональний або генетичний фактор як першопричину. Деякі науковці, підтримуючи З. Фрейда, стверджують що це статеве «анатомічне призначення». Адже у процесі соціалізації суспільство формує еталони чоловічої і жіночої поведінки, заохочуючи в хлопчиках наполегливість, вміння протистояти агресії, а дівчат, як правило, заохочують за слабкість, прагнення знайти захисника.

Тому дорослий чоловік, більш схильний висловлювати почуття ревнощів за допомогою агресії, гніву. Для нього також прийнятна відкрита конфронтація з підозрюваним суперником. Якщо ж він проявить байдужість, поступиться супернику або не проявить ніяких реакцій при захопленні «його території», то шанси на повагу такого чоловіка в суспільстві різко падають.

Такий «подвійний стандарт» продовжує діяти і нині. І чоловіки, і жінки згодні змиритися з сексуальною невірністю чоловіка з більшою легкістю, ніж з невірністю жінки. Хоча у сучасному суспільстві люди стали більш толерантними до сексуальної поведінки жінки, але все ж вони ще не настільки терпимі, як до сексуальної поведінки чоловіка. З цього слідує, що чоловіки менш поблажливі до невірних жінок, ніж жінки - до невірних чоловіків. Однак поступово суспільство стає менш толерантним до безпорадних дружин, які демонструє свою інфантильність чоловікам. Сьогодні, більше ніж коли-небудь, чоловіки схильні

відмовитися від подвійних стандартів і вимог виняткового контролю і управління жінками .

Також науковцями робилися неодноразові спроби дослідити, чи змінюється ревності з *віком* [1-3; 5-7; 11; 14; 17;19 та ін.]. Багато з них вважає, що цей феномен більш притаманний молодим людям. В одному з досліджень було виявлено, що двадцятирічні чоловік і дружина більш схильні проявляти ревності один до одного, з постійним зменшенням емоційної напруги в кожному наступному десятилітті сумісного життя.

В інших дослідженнях було встановлено, що більш старші чоловіки або жінки також досить ревниві, але частіше висловлюють претензії щодо часу і уваги, які вони не отримують.

Підставою для зменшення ревності з віком слугує поступова втрата сексуальності. Це справедливо для випадків, коли вони викликані сексуальним суперництвом. В іншому разі немає особливих причин очікувати зменшення її проявів. Але справді, існують реальні підстави говорити про взаємозв'язки між процесом старіння і публічним проявом ревності. У деяких дослідженнях доведено, що люди похилого віку, як соціальна група, мають менше причин для занепокоєння щодо проблем ревності, ніж молоді люди. Відтак, більшість науковців підтримують думку про те, що пік ревності припадає на вік 25-30 років .

При цьому ці зміни не відбуваються автоматично. У деяких з віком відчуття ревності фактично «відходить», у інших – може залишитися, або навіть посилюється, оскільки воно дуже глибоке. Треті, які ніколи раніше не були особливо ревниві, можуть з часом виявити в собі це почуття.

При всьому при цьому, в зрілому віці ревності проявляється дещо інакше, ніж у молодості. Чоловік, схильний до ревнивого гніву, може його переживати в будь-якому віці, але не настільки енергійно його виражати. Деякі зрілі люди мають енергією достатню для бурхливого вираження ревності, але втрачають стимул, що викликає їх. Є припущення, що емоційна та інтелектуальна зрілість зменшують ревності. Так, життєвий досвід дає матеріал для більш об'єктивних

оцінок себе і інших, що робить людей більш терпимими до відмінностей в індивідуальній поведінці.

Поряд з дослідженням особливостей ревнощів, обумовлених типологічними характеристикам людини, можна визначити і деякі їх *особистісні передумови* [1-3; 5-7; 11; 14; 17; 19 та ін.]. Дослідження показали, що в основі виникнення ревнощів лежить досить широке коло феноменів, схожих для представників різних вікових груп. Це насамперед, низька самооцінка, недовіра до близьких людей, незадоволеність потреби в визнанні, любові, престижі, соціальному статусі. При цьому людина більшою чи меншою мірою відчуває свою неспроможність з певної характеристики, переживає власне безсилля повною мірою відповідати вимогам «привабливого» суб'єкта. Намагаючись компенсувати відповідні переживання, вона вдається до ревнощів. Під впливом цього почуття реалізується спроба через певні дії применшити привабливість «улюбленця» і підвищити свій «рейтинг» в очах референтної особи.

До прояву ревнощів також схильні особи, які страждають від почуттів неадекватності або підлеглого становища. Упевнені в собі люди, які мають хорошу самооцінку і відчувають емоційну безпеку, для ревнощів рідко бувають вразливими.

Виникнення ревнощів часто пов'язується з переживанням людиною почуття неповноцінності. Звичайно, час від часу всі страждають від болісних сумнівів в собі при певних обставинах. Але ті, хто серйозно страждає від почуття неповноцінності і незадоволеності, схильні переносити їх на оточуючих. Такі люди мають всі шанси стати патологічними ревнивцями.

Прояви ревнощів можуть також бути наслідком емоційної незрілості суб'єкта. Вона бере свій початок від невміння відмовлятися від бажання негайного задоволення, відсутньої здатності керувати своїми емоціями. Такій людині простіше образитися і піти найлегшим шляхом, тобто почати ревнувати. Приблизно такими ж мотивами керується і особа, яка має екстравертований тип характеру. Емоційна відвертість і швидка реакція робить

таких людей більш відвертими у проявах ревнощів, ніж стриманих і закритих інтровертів.

Будучи інтегративним психологічним феноменом, ревнощі включають в себе велику кількість патернів: любов, ненависть, амбітність, недовіру, марнославство, радість, гордість тощо. Співвідношення цих складових у різних людей змінюється в залежності від досвіду, ціннісних пріоритетів тощо. В силу цього, психологічні особливості та структура ревнощів дуже індивідуальні та мінливі.

Разом з тим встановлено, що ревнощі мають й досить стійкі характеристики. Найчастіше в їх основі лежить страх втрати кого або що-небудь цінне. Це відбувається не тільки в ситуації реальної загрози, але і тоді, коли значущі для однієї особи люди здаються або виявляються цікавими і для інших.

Ревнощі також володіють певною циклічністю. Людина може неймовірно ревновати кілька тижнів, потім стримуватися кілька місяців і потім повертається знову до активної фази. Навіть якщо умови життя залишаються незмінними, людські ревнощі приходять і проходять.

Дослідники все ще не можуть до кінця пояснити феномен циклічності ревнощів. Є припущення, згідно з яким зрадливий характер їх вираження проявляється через фізіологічні, гормональні та еволюційні зміни в організмі.

Ще одним психологічним феноменом ревнощів є те, що в ряді випадків люди вдаються до них з деяким «внутрішнім задоволенням». Останнє може пов'язуватися з тим, що ревнива поведінка захищає індивіда від інших емоційних потрясінь, можливо більш болючих і серйозних, або менш прийнятних для нього. Іншу причину задоволення можна побачити в тому, що ревнощі дають можливість дати волю іншим стримуваним емоціям, які не можуть знайти адекватних шляхів виходу. Неможливість висловити емоції, які накопичуються всередині інколи протягом багатьох років, є наслідком не лише особистісних особливостей, а й наслідком культурних звичок, які схвалюють приховування своїх почуттів. Так, пряма демонстративність, роздратування, гнів засуджується суспільством. Така необхідність породжує на

індивідуальному рівні деякий емоційний тиск. А ревності – хоч і не найкращий, але соціально прийнятний спосіб вираження негативних почуттів. Вияв ревнивої поведінки може виправдовуватися також тим, що це забезпечує почуття сили і контролю над іншими.

Але незалежно від особливостей своєї актуалізації, ревності накладають відбиток на суб'єкта, який її виражає. І він аж ніяк не позитивний. Чим більше серйозний рівень ревностей, тим більше деструктивним є її вплив на особистість. Доведено, що навіть, коли ревності лише миттєві та помірні, індивід відчуває себе менш щасливим, стійким і здоровим. У такому випадку ревнивець прагне позбутися почуття дискомфорту і повернутися до попереднього стану.

За характеристиками притаманних ревностям станів, її поділяють на нормальну і аномальну. Різниця між ними визначається ступенем їх інтенсивності.

Більшості людей властиві нормальні ревності, які дуже близькі за значенням до відчуття тривоги і страху. Так, особистість може відчувати ревність тоді, коли їй здається що в неї що-небудь хочуть забрати. При цьому вона розуміє, що не має виняткових прав на безмежне володіння чим чи ким-небудь, і тому прагне робити все необхідне для досягнення мети. При цьому ревниві цілком погоджуються з думкою про існування потенційних суперників. Вони також можуть усвідомлювати, що свої побоювання потрібно приховувати, що їм не загрожує повна втрата значущих для них об'єктів, що їх бажання будуть задоволені, що вони можуть домогтися свого.

Зовсім інше феноменологічне поле ознак є характерним для аномальних ревностей. Деструктивні почуття є страшними, раптовими і неспокійними. Їх можна впізнати за низкою ознак: звинувачення, зроблені гучним і ворожим голосом; конфронтації і погрози, адресовані реальному підозрюваному або потенційному конкуренту; дії, спрямовані на те, щоб управляти, залякати, або зайняти становище суперника тощо.

Причина подібних деструктивних поведінкових проявів закладена в самій природі патологічних ревнощів.

Суб'єкт, що переживає такий стан, проявляє незвичне хвилювання, намагається робити власні «страшні» прогнози. Такі ревнощі заподіюють страждання близьким і заважають їм жити, наповнюють стражданням все навколо. Зазвичай ревнивців просто переслідує нав'язлива ідея, що хто-небудь прийде і забере у них настільки цінний об'єкт володіння. Обережні і підозрілі - вони шукають ознаки загрози і їх підозри все зростають. Болісно ревниві люди не можуть зосередити увагу на чому-небудь іншому. Спочатку навколишні терплять їх, і навіть намагаються зрозуміти. Але пізніше їм це набридає і вони прагнуть розірвати деструктивні стосунки.

Патологічно ревниві люди використовують різні способи для активізації і підтримки ревнощів, усюди бачачи загрозу і накопичуючи образи. Вони згодні терпіти муки ревнощів, оскільки це може захистити їх від більш значної душевної болі і неприємностей, дає можливість уникнути більшої моральної шкоди, відкидання, відмови або образи.

При цьому наслідки патологічних ревнощів досить серйозні. Під впливом важких переживань багато людей здійснюють суїцидальні спроби або інші варіанти зашкодити собі. Інші живуть в нестерпних емоційних стражданнях, що виснажують їх енергію, руйнують душу і тримають на межі сил.

Багато соціологічних та кримінальних досліджень виявляють зв'язок між патологічною ревнощами і вбивствами. У США 1/3 частина (34,5%) всіх жертв були подружжям, співмешканцями, коханцями, суперниками, дійсними підозрюваними в зраді. Соціальні дослідники стверджують, що тільки до 1 з 270 ображених дружин ставить до відома владу, навіть, якщо стали жертвами насильства і мають серйозні тілесні ушкодження. Згідно з отриманими даними, тільки половина з цих випадків стає відомою. Лайка, образи, розлучення і вбивство – найреальніші фактори ризику, що супроводжують тих, хто має ревнивих партнерів [64].

Для злочинців, які вчинили своє діяння на ґрунті ревнощів, звичайною є позиція самовиправдання, тенденція до звинувачення потерпілого в тому, що він є головним винуватцем того, що сталося. Причому ці суб'єктивні особливості призводять до трагічної розв'язки не лише при наявності провокуючих обставин (зради, тенденції до невірності тощо), але і в інших, неадекватних для них умовах.

Відзначимо, що патологічні ревнощі важко кваліфікувати. Так, навіть досвідчені професійні психотерапевти, психодіагности, соціологи досі не мають спільного розуміння щодо того, як це зробити. Але, в відміню від людини, яка живе з ревнивцем, фахівцю не доводиться миритися з постійними приниженнями, глузуваннями і фізичними нападами. Більшість ревливих людей соромляться свого становища і приховує свої почуття як перед іншими, так і перед самими собою.

Ще одним цікавим фактом є те, що у повсякденному житті багато людей схильні розглядати ревнощі в сфері сексуальних і шлюбних відносин як своєрідну демонстрацію любові. Хоча це і суперечить науковим даним. Так, у низці досліджень, отримані результати свідчать про негативну кореляцію між ступенем ревнощів і виявами любові: чим більше ревнивою є особа, тим менше любові вона відчуває до партнера. Адже любов характеризується як стан турботи і відданості. Ревнощі ж егоїстичні та самозакохані. Це означає, що ревливі люди більше стурбовані власною удачею і добробутом, ніж успіхами їх партнерів.

Подружні пари значною мірою різняться тим, як вони реагують на різноманітні сімейні труднощі, в тому числі і ті, що пов'язані з ревнощами. А. І. Ташева, проводячи сімейну психотерапію, виділила у клієнтів чотири способи неадекватного реагування особистості на дисфункціональність сімейних відносин: поведінкові порушення; симптомо-комплекс; самотоформні порушення (стійке відчуття фізичного дискомфорту, яке стосується певних органів, при відсутності певних морфологічних змін у них), і психосоматичні захворювання.

Дослідниця показала, що зазначені способи реагування на некомфортні сімейні взаємини не тільки тісно взаємопов'язані. Вони ще й є закономірним продовженням один одного, своєрідними рівнями несвідомого або в різною мірою усвідомленого від реагування психіки на нестерпні для особистості умови сімейного життя [38].

Так, деякі партнери ревнивого тирана залишаються слухняними і покірними й уникають прямих зіткнень в надії уникнути поганого поводження. Вони пояснюють це тим, що якщо вони будуть вести себе добре і не будуть злити партнера, то можливо, зуміють зберегти свої відносини. Переважно такий сценарій має дуже коротку історію, а в більшості випадків закінчується трагічно. Адже покірний і беззахисний партнер може уникнути конфлікту, але таким чином зазвичай показує власну слабкість, а відтак попадає у повну залежність.

Висновок до розділу 2.

Ревнощі – складний психосоціальний феномен, який виражає почуття пристрасної недовіри, сумнівів у коханні та вірності. Незважаючи на те, що ревнощі володіють певним позитивним ефектом, їх прояви зазвичай негативні як по відношенню до суб'єкта, так і стосовно об'єкта впливу. Вони проявляються на суб'єктивному (наприклад, почуття дискомфорту) і на об'єктивному рівнях (наприклад, призводять до розлучення). Причинне поле виникнення і актуалізації почуття ревнощів достатньо широке: занижена самооцінка, втрата почуття затребуваності, компетентності, адекватності тощо.

Способи вираження ревнощів також досить різноманітні і визначаються факторами культури, отриманим досвідом, індивідуальними особливостями суб'єкта і об'єкта ревнощів. Незважаючи на те, що характер реагування на обставини, пов'язані з ревнощами, залежить від багатьох зовнішніх обставин, важливими є також внутрішні передумови. Зокрема, важливо те, як людина налаштована сприймати викликаний ревнощами подієвий ряд.

Розділ 3. Емпіричне дослідження психосоціальних джерел розвитку уявлень про подружні ревності у студентському віці.

3.1. Організація та зміст емпіричного дослідження.

У попередніх розділах нами було доведено, що джерелами ревностей можуть бути як психосоціальні так і типологічні особливості, тобто залежати від індивідуальних та соціокультурних умов, в яких формувалася та розвивалася особистість. Як свідчать статистичні дані, найбільш інтенсивним періодом, коли більшість людей намагаються побудувати особисте життя є період молодості, а саме студентський вік, який характеризується високим відсотком укладення шлюбів. Відповідно, можна говорити про те, що саме в цьому віці уявлення про подружні стосунки досягають рівня дозрівання, що дозволяє відтворити їх на практиці. Саме вони складають основу шлюбносімейних установок, які чинять безпосередній вплив на стійкість подальшої подружньої сімейної взаємодії та забезпечують її успішність.

Теоретичний етап роботи дав змогу на основі ґрунтовного наукового аналізу встановити, що ревності характеризують складний та поліаспектний стан суб'єкта, що одночасно інтегрує в собі позитивне і негативне ставлення до референтної для нього особи під впливом фіксації очевидної або уявної зацікавленості нею іншою людиною. При цьому ревності завжди проявляються в рамках соціальної взаємодії та передбачають участь в ній не менше двох осіб, пов'язаних один з одним близькими і, до певної міри, залежними відносинами. Вони демонструються ревнивцем по відношенню до того, можлива втрата позитивного ставлення якого до себе викликає у нього фрустраційні переживання.

В залежності від поведінки сторін шлюбних відносин, подружні ревності можуть бути обґрунтовані або необґрунтовані. Виникнення приводу для ревностей будується на уявленнях суб'єкта про причинне поле їх проявів, сформованих задовго до його вступу в подружні відносини.

Однак можна припустити, що уявлення про ревнощів змістовно є набагато більш складним суб'єктивним утворенням, ніж простий набір уявлень щодо причин її виникнення. Очевидно що вони можуть включати в себе уявлення, які характеризують те, які ознаки «свідчать» про те, яким чином можна і «потрібно» вести себе при підозрі і підтвердженні акта зради, як розвиваються при цьому взаємини між подружжям, як вони закінчуються тощо. Зрозуміло, що всі ці уявлення повною мірою формуються в дошлюбний період життя людини. Можливо, до певного моменту «отримання соціального досвіду», вони можуть бути ще не цілком оформленими, досить «розмитими», обмеженими і суперечливими за своїм змістом. Такий стан суб'єктивних уявлень може негативно позначатися на розвитку подружніх відносин. Разом з тим, докази цього не знайшли достатнього відображення в наявних наукових джерелах, що стало передумовою для звернення до зазначеної проблематики в рамках емпіричного етапу нашого дослідження .

У відповідності до цього *метою* емпіричного етапу нашого дослідження стало вивчення психосоціальних джерел розвитку уявлень про ревнощі у студентському віці. Для її досягнення було поставлено низку *методичних і експериментальних завдань*:

1. Вивчити особливості впливу на уявлення студентів про подружні ревнощі комплексу об'єктивних (статева приналежність, власний досвід і спостереження за відносинами ревнощів між батьками) та суб'єктивних (параметрів ціннісної і емоційної сфери) факторів;
2. Виявити структуру та рівні розвитку уявлень студентів про подружні ревнощі;
3. Підібрати пакет дослідних методів і методик, які б дали змогу дослідити психосоціальні джерела розвитку уявлень студентів про подружні ревнощі;
4. Розробити програму, спрямовану на розвиток та корекцію уявлень студентів про подружні ревнощі.

Дослідження проводилося на базі Західноукраїнського національного університету на кафедрі психології та соціальної роботи за сприяння фахівців психологічної служби ЗВО. Вибірку склали 50 студентів 1-4 курсів, спеціальності «Психологія» та «Соціальна робота». Зауважимо, що 10 осіб з визначеної вибіркової сукупності мали досвід подружніх стосунків (перебували або в офіційному або в громадському шлюбі). Незважаючи на те, що кількість таких студентів незначна, вона виявилася достатньою для порівняння їх уявлень із уявленнями тих молодих людей, які ще не мали подружнього досвіду.

Серед *емпіричних методів дослідження* нами були використані наступні: спостереження, опитування, тестування (особистісний опитувальник В. М. Мельникова і Л. Т. Ямпільського, методика ціннісних орієнтації М. Рокича, опитувальник базових культурних цінностей З. Шварца, шкала-самооцінка реактивної і особистісної тривожності Ч. Д. Спілбергера і Ю. Л. Ханіна), експериментальне впровадження психокорекційної програми.

Так, основною метою *опитування* стало вивчення смислового поля уявлень про подружні ревності на початкових етапах емпіричної частини дослідження, що склалися у студентів. Їм було поставлене одне питання «Подружня ревності - це що?». Звертаємо увагу на те, що подальший аналіз виявлених уявлень будувався з урахуванням різної чисельності відповідей, згенерованих студентами на зазначене питання.

Висловлюючи відповідь на питання, студенти позначили загальне розуміння феномена ревності. Аналіз отриманих висловлювань дозволяє розділити їх, в цілому, на три смислові групи: «ревності як невід'ємний компонент подружнього життя, нейтральний за своїм забарвленням», «ревності як руйнування відносин подружжя» і «ревності як засіб зміцнення відносин подружжя».

Уявлення про ревності як невід'ємний компонент подружнього життя (тип А), нейтральне за своїм забарвленням, виявило 25,6% розглянутої вибірки студентів. Їх характерною особливістю стала безоціночна відповідь щодо цього феномену, в якій простежувалася думка, згідно якої ревності є обов'язковою частиною подружніх взаємин, що виникає в силу різних обставин (рис. 3.1).

Студентами підкреслювалося, що ревності характеризують саме відносини подружньої пари, проявляються в характері їх міжособистісної взаємодії, побудови спілкування один з одним з приводу різних питань функціонування сім'ї. Ймовірно, в даному випадку у них відсутня яка-небудь яскрава позиція щодо тієї ролі, яку відіграють ревності в житті подружньої пари.

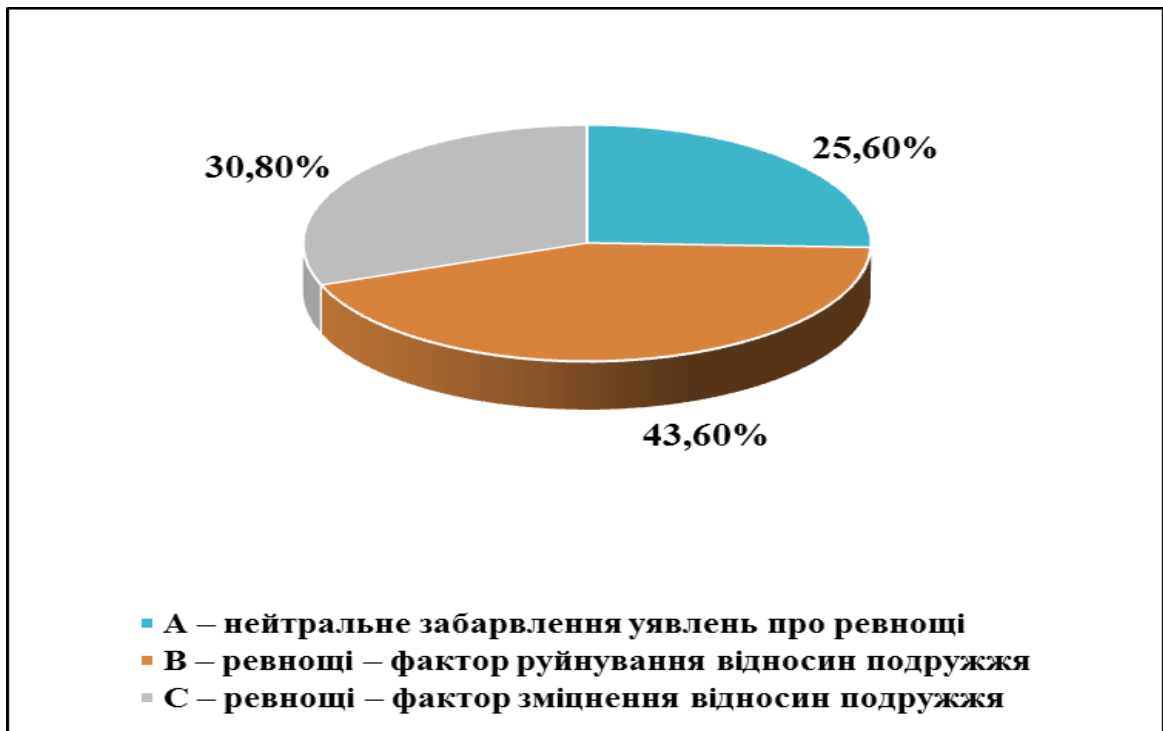


Рис 3.1. Розподіл уявлень студентів про ревності: А – нейтральне забарвлення уявлень про ревності; В – ревності – фактор руйнування відносин подружжя; С – ревності – фактор зміцнення відносин подружжя.

Можна припустити, що схожі уявлення можуть формуватися в двох випадках: 1) при відсутності у студентів досвіду власного «проживання» даного феномена або спостереження його проявів в батьківській або іншій сім'ї; 2) при неоднозначності оцінки наявного досвіду власного «проживання» даного феномена або спостереження його проявів. І в першому, і в другому випадках у студентів відсутня ригідна установка на сприйняття ревностей однозначним чином.

Уявлення про ревності як чинник руйнування відносин подружжя (тип В) (рис. 3.1.) проявилися у 43,6% експериментальної вибірки. Такі студенти вказували, що «ревності – це провісник руйнування сім'ї», «перший крок до розлучення», «наслідок зради», «велика помилка подружжя» тощо. Серед

феноменів, з якими встановлювалася смисловий зв'язок подружніх ревнощів, у молодих людей даної підвибірки найчастіше називалася зрада. Характерно, що велика частина студентів (приблизно половина) при цьому мала на увазі саме реальний факт подружньої зради. Тільки незначна частина студентів допускала можливість ілюзорної, непідтвердженої зради як першопричини виникнення подружніх ревнощів. Таким чином, позначаючи негативну природу подружніх ревнощів, студенти встановлюють, насамперед, її зв'язок із вищезначеним фактом.

Уявлення про ревнощів як чинник зміцнення відносин подружжя (тип С) (рис. 3.1.) виявилися у 30,8% всіх учасників вибірки. Такі студенти продемонстрували переконаність в тому, що подружні ревнощі можливі не тільки в шлюбних відносинах подружжя, але і тоді, коли люди просто люблять один одного. Згідно виявленим уявленням, ревнощі сприяють зміцненню шлюбу, тобто змушують ревнуючу сторону розвиватися, бути краще, привабливіше тощо. Демонстрація таких явних переваг якнайкраще сприяє «перемозі» над конкурентом. Тому можлива зрада визнається даними студентами однією з стратегій зміцнення або збереження сім'ї.

Отримані дані також було проаналізовано з точки зору їх розподілу за гендерною ознакою, який показав, що юнаки більшою мірою (65,0%), ніж дівчата (23,8%) (таб. 3.1), схильні розглядати ревнощі як фактор руйнування подружніх відносин. Хлопці виходять з того, що останні за своїм змістом є деструктивним чинником сімейних стосунків. Психологічний ж зміст ревнощів, на їх думку, полягає в тому, що дружина гіпертрофовано сприймає зовнішні контакти чоловіка, що мають відношення не тільки до можливої сфери любовних проявів, але і чисто ділових відносин.

У переважної частини вибірки дівчат (43,8%) виявилось нейтральне ставлення до подружніх ревнощів. Бесіда з ними показала, що вони відчують певні труднощі в своєму позиціонуванні щодо цього феномену. Простежується тенденція, згідно з якою наявна неоднозначність зводиться до того, що приводи до ревнощів з боку чоловіка вони вважають руйнівними для сім'ї, а зі свого боку – як

спосіб поживлення любові зі сторони чоловіка, а, отже, можливість «освіжити» подружню любов, внести в подружні відносини нові яскраві фарби, зміцнити шлюб.

Таблиця 3.1.

Розподіл уявлень студентів про ревності у юнаків і дівчат

Підвибірки	A	B	C
	%	%	%
Дівчата	43,8	23,8	32,3
Юнаки	5,8	65,0	29,2

Позначення: А – нейтральне забарвлення уявлень про ревності; В – ревності – фактор руйнування відносин подружжя; С – ревності – фактор зміцнення відносин подружжя.

Таким чином, юнаки мають більш негативні уявлення про ревності. Дівчата ж більш нейтрально ставляться до цього явища, демонструючи схильність до виділення його переваг, тобто мають більш «романтичний» погляд на нього.

Другим кроком в опитуванні студентів стало з'ясування того, як впливає приклад батьківської сім'ї на становлення їх уявлень про ревності. В результаті були отримані дані, представлені у таблиці. 3.2.

Таблиця 3. 2.

Розподіл уявлень про ревності у студентів, які спостерігали чи не спостерігали її в батьківській родині

Підвибірки	A	B	C
	%	%	%
спостерігали	17,9	74,1	8,0
не спостерігали	31,9	18,8	49,3

Позначення: А - нейтральне забарвлення уявлень про ревності; В - ревності - фактор руйнування відносин подружжя; С - ревності - фактор зміцнення відносин подружжя

Згідно отриманого процентного розподілу, студенти, які не спостерігали в стосунках батьків проявів ревностей, в своїй значній чисельності (49,3%) схильні розглядати їх в якості фактора, здатного зміцнити взаємини подружжя. Як

показала бесіда, такі молоді люди мають досить «романтичне» уявлення про цей феномен. Вони вважають, що виникнення даного почуття змушує того, хто ревнує, мобілізуватися і змінитися на краще.

Чималою виявилася і кількість студентів, які виявили нейтральне ставлення до ревнощів (31,9% всієї вихідної вибірки). В бесіді вони висловлювали думки як щодо позитивних, так і негативних аспектів ревнощів у подружніх відносинах.

Більш категоричними в своїх уявленнях виявилися студенти, які спостерігали їх прояви у батьківській родині. Близько 74,1% всієї вибірки однозначно визначили ревнощі в якості фактора, що руйнує стосунки подружжя. Вони пов'язували його з постійними сварками подружжя один з одним, з з'ясуванням відносин і образами, з розпадом сім'ї. І лише зовсім незначна частина студентів, які спостерігали ревнощі в батьківській родині (8,0% вибірки), вказала на її позитивні наслідки: зміни відносин подружжя в кращу сторону, зміцнення сім'ї тощо.

Виявлені відмінності в уявленнях про ревнощі у студентів, які мають і не мають досвіду спостереження ревнощів в батьківській родині, нам видаються цілком передбачуваними. Причину цього ми бачимо в отриманій ними можливості в реальному житті, а не в прикрашених літературних або телевізійних романах побачити, що таке відносини подружжя, отруєні підозрами в невірності. Ті ж, хто немає такого життєвого досвіду, створюють собі ідеалізовану «картинку», згідно з якою зрада або її імітація можуть «відродити» втрачені почуття, змусити ревнивця змінитися на краще, усвідомивши свої недоліки і прорахунки в відносинах з партнером. Разом з тим, такі ідеалізовані уявлення, не підкріплені реальними фактами з життя, можуть підштовхнути молодих людей на використання маніпуляцій з ревнощами в реальній подружній взаємодії. Отриманий ефект не завжди здатний виправдати вихідні очікування, швидше за все, навпаки, негативно позначитися на подружньому житті.

Наступним кроком нашого емпіричного дослідження став підбір та застосування батареї методик, який давав можливість глибше дослідити

психосоціальні джерела розвитку уявлень про ревності у студентському віці. Проаналізуємо отримані результати.

Особистісний опитувальник В. М. Мельникова і Л. Т. Ямпільського має на меті компактно дослідити і представити психологічну структуру та індивідуальні особливості особистості. У нашому дослідженні виявлялися такі показники особистості: нейротизм, психотизм, сумлінність, естетична вразливість. Так, *нейротизм* – показник, призначений для вимірювання рівня невротизації, високі оцінки якої вказують на високу тривожність та збудливість в поєднанні з швидким виснаженням, повною зневірою в свої можливості, страх, що в потрібний момент не вистачить сил для рішучих дій. Низькі показники невротизма свідчать про адекватність психологічних реакцій, високу витривалість і працездатність; для таких осіб характерні спокій, невимушеність, емоційна зрілість, об'єктивність в оцінці себе і інших людей, сталість в планах і уподобаннях.

За результатами обстеження створеної нами вибірки респондентів було отримано наступний їх розподіл за рівнем невротизму (рис. 3.2):

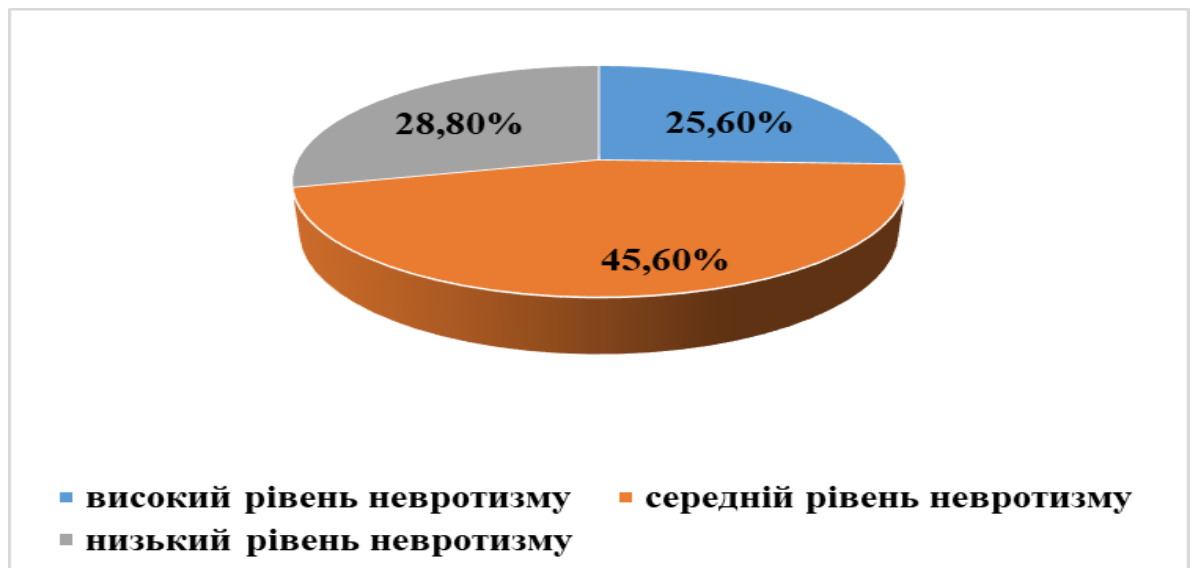


Рис. 3.1. Процентний розподіл в експериментальній вибірці студентів з різним рівнем невротизму (за опитувальником В. М. Мельникова і Л. Т. Ямпільського).

Психотизм – показник, призначений для вимірювання рівня психічної активності особистості. Висока оцінка психотизму може свідчити про

замкнутість, самотність, відстороненість від подій навколишнього світу. Всі її вчинки, почуття, переживання значно більшою мірою підпорядковані внутрішнім, ендогенним законам, ніж екзогенним впливам зі сторони оточення. Низька оцінка за шкалою психотизму характеризується стандартністю, стереотипністю, відсутністю своєрідності і оригінальності в мисленні і поведінці, весь навколишній світ сприймається з мінімальними суб'єктивними нормативними спотвореннями; головною особливістю цих осіб є повне злиття з середовищем, всяке відсутність індивідуальності та своєрідності.

Психодіагностичне обстеження студентів експериментальної вибірки показало, що в ній представлені підвибірки з різним рівнем психотизму (рис.3.3)

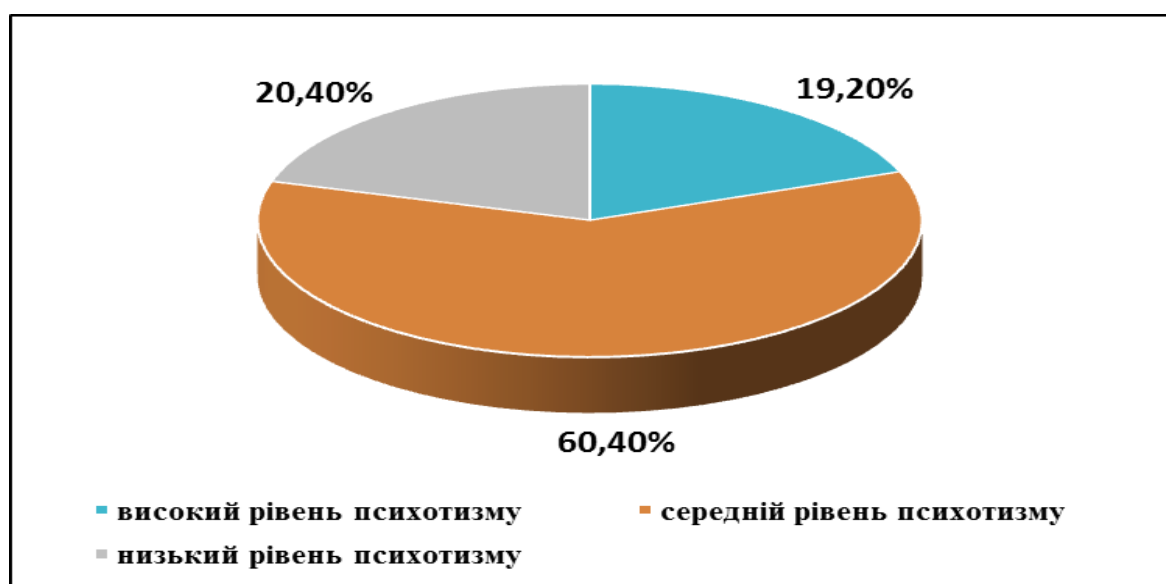


Рис 3. 3. Процентний розподіл в експериментальній вибірці студентів з різним рівнем психотизму (за опитувальником В. М. Мельникова і Л. Т. Ямпільського).

Сумлінність – параметр призначений для вимірювання рівня поваги до соціальних норм і етичних вимог.

Для осіб з високою оцінкою сумлінності, притаманні такі риси як почуття відповідальності, стійкість моральних принципів тощо. У своїй поведінці вони керуються почуттям обов'язку, чітко виконують етичні стандарти, завжди прагнуть до виконання соціальних вимог. Висока сумлінність зазвичай

поєднується з хорошим самоконтролем і прагненням до утвердження загальнолюдських цінностей. Особи з низькою оцінкою цього показника схильні до непостійності, ухиляються від виконання своїх обов'язків, ігнорують загальноприйняті правила, не докладають зусиль до дотримання громадських вимог і культурних норм, зневажливо ставляться до моральних цінностей, заради власної вигоди здатні на нечесність і брехню.

Психодіагностичне обстеження студентів експериментальної вибірки за критерієм сумлінності дало змогу розділити її на три підгрупи: (рис. 3.4).

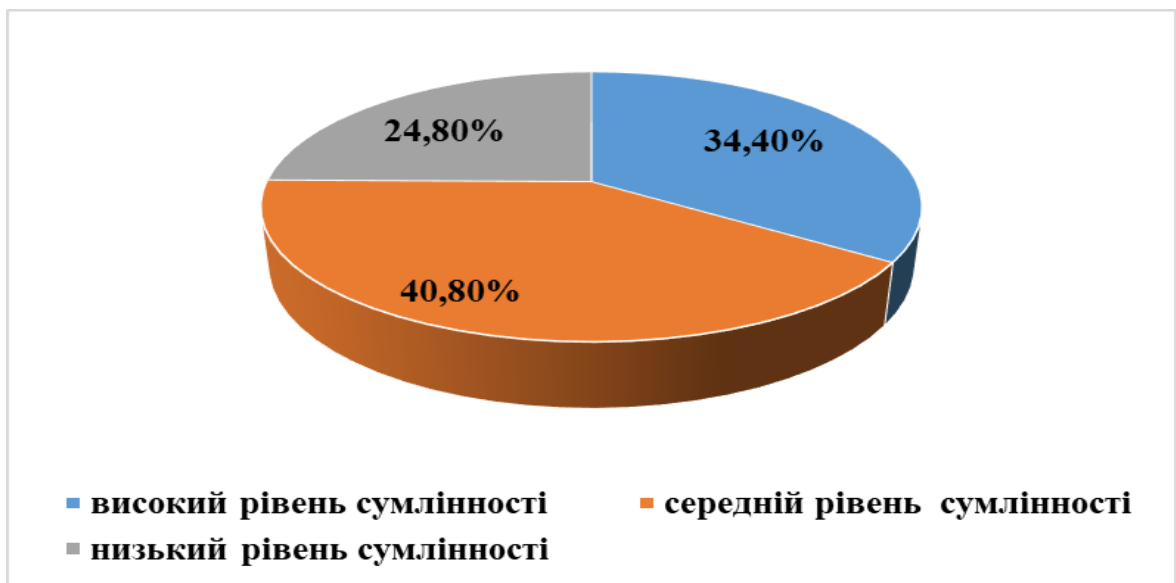


Рис 3.4. Процентне розподіл в експериментальній вибірці студентів з різним рівнем розвитку сумлінності (за опитувальником В. М. Мельникова і Л. Т. Ямпільського).

Естетична вразливість параметр, що вимірює чутливість людини до естетичних і художніх цінностей.

У осіб з високою оцінкою естетичної вразливості, думки про життя мають безпосередньо-чуттєвий характер. Вони наділені багатою уявою, фантазією, схильні до перебільшень, легко приходять у захват. У вчинках покладаються на почуття і враження, не вірять в логіку і розрахунок, в поведінці їм не вистачає почуття відповідальності, реалізму, розуміння відрізнити вигадку від реальності. Мисленню бракує логічності і порядку, судженням – зрілості і здорового глузду, а сприйняттю життя – тверезості і глибини. Низька оцінка естетичної вразливості

властива особам зрілим, врівноваженим, розсудливим, добре зорієнтованим в життєво важливих речах, спроможних тверезо оцінюють обставини і людей. Їм притаманний розумовий абстрактний тип мислення, пам'яті і сприйняття.

Результати психодіагностичного обстеження студентів експериментальної вибірки за критерієм «естетична вразливість» представлені на рис. 3.5.



Рис. 3. 5. Процентний розподіл в експериментальній вибірці студентів з різним рівнем розвитку естетичної вразливості (за опитувальником В. М. Мельникова і Л. Т. Ямпільського).

Методика ціннісних орієнтацій М. Рокича ґрунтується на дослідженні системи ціннісних орієнтацій як визначальних змістових характеристик спрямованості особистості стосовно її ставлень до навколишнього світу, інших людей, до самого себе, основ світогляду і ядра мотивації життєвої активності, основи життєвої концепції і «філософії життя». Автор розглядає цінності в якості різновиду переконання, яке визначається як стійке переконання в тому, що певний спосіб поведінки чи кінцева мета існування краще з особистої чи соціальної точок зору, ніж протилежний або зворотний спосіб поведінки чи кінцева мета існування.

При цьому автор розрізняє два класи цінностей: - *термінальні* – глобальна життєва мета, життєва мудрість, здоров'я тощо; - *інструментальні* – акуратність, вихованість, високі життєві запити, життєрадісність тощо.

Виконання методики ґрунтується на прямому ранжуванні списку цінностей (два списки по 18 у кожному), які були сформовані авторами в ході аналізу літературних даних (для термінальних цінностей) і лінгвістичного аналізу (для інструментальних цінностей). У них респондент присвоює кожній цінності ранговий номер – число від 1 до 18, а картки розкладає по порядку значимості. Зауважимо, що пропонується враховувати не тільки значимість цінності, але і ступінь її реалізованості (в процентах). Обробка результатів здійснювалася шляхом обчислення переважаючого за значимістю рангу для кожної цінності у всіх учасників (рис. 3.6).

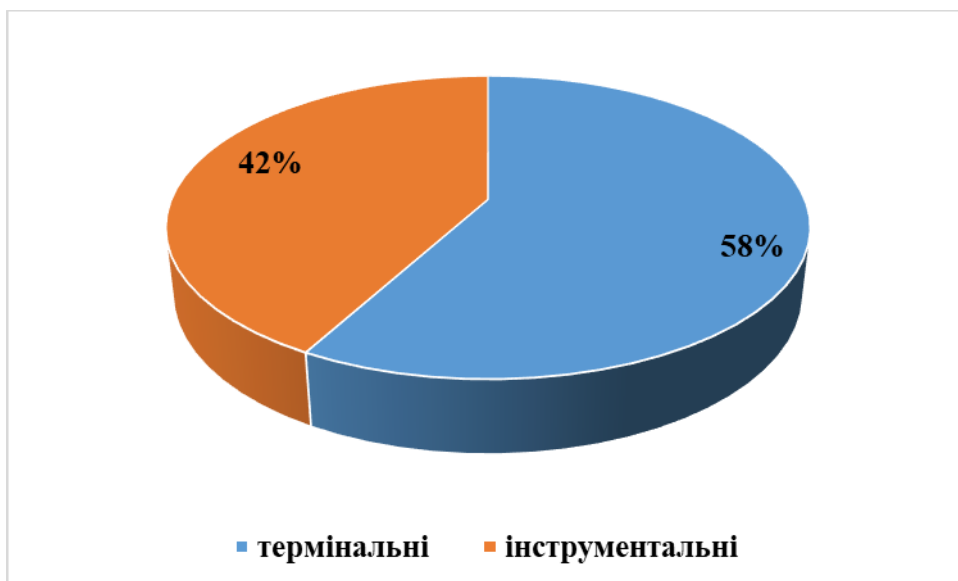


Рис 3.6. Процентний розподіл переважаючого типу цінностей в експериментальній вибірці студентів (за методикою М. Рокича)

Опитувальник вивчення базових культурних цінностей 3. Шварца включає 57 цінностей (30 культурних цінностей як життєвих принципів і 27 культурних цінностей як способів поведінки). Респонденти ранжують їх за мірою важливості як керівні принципи життя. Шкала від -1 (відкидаємо цінність) до +7 (найбільш важлива цінність).

Дані цінності групуються в блоки за загальним типом мотивації або єдиної головної мети: - цінності влади (благополуччя, соціальне визнання, авторитетність, збереження свого особистого образу); - цінності досягнення (вплив, вправність, інтелект, досягнення успіху); - цінності саморегуляції (свобода, самоповага, творчість, незалежність, вибір власних цілей); - цінності стимулювання (цікаве життя, його різноманітність); - цінності гедонізму (задоволення, насолода життям); - цінності безпеки (почуття приналежності, національна безпека, соціальний порядок тощо); - традиційні цінності (повага до традицій, помірність тощо); - цінності конформності (ввічливість, повага до батьків і старших, самодисципліна); - цінності універсализму (рівність, мудрість, внутрішня гармонія тощо); - цінності доброзичливості (відповідальність, чесність, вірність тощо).

Психодіагностичне обстеження студентів за цими критеріями уможливило їх розділ за рівнем розвитку кожної з десяти позначених цінностей наступним чином (рис 3. 7 – 3.16.).

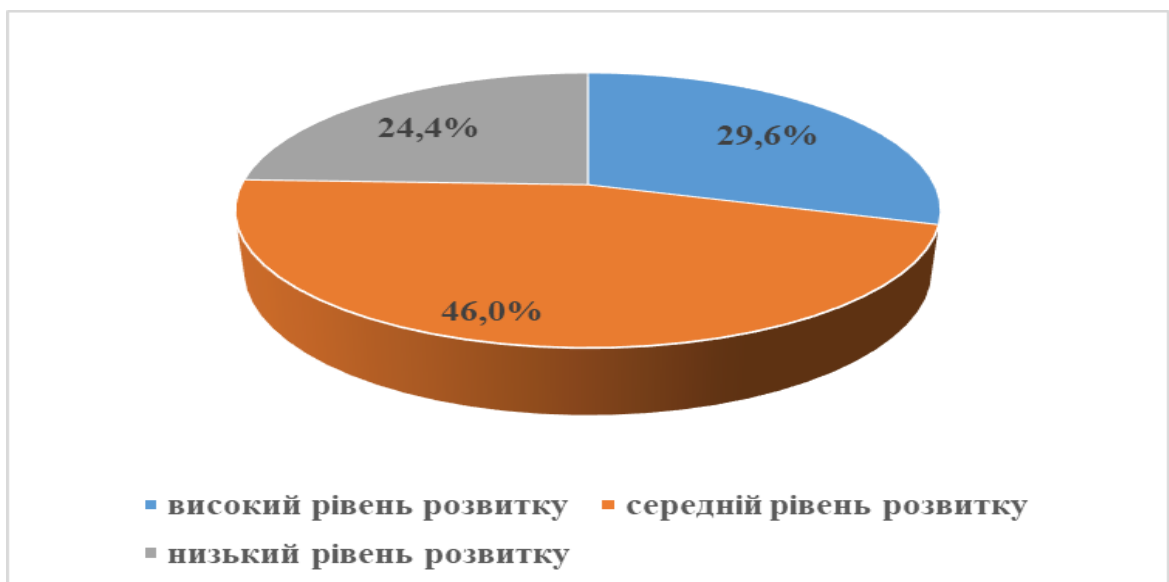


Рис 3. 7. Процентний розподіл студентів за різним рівнем розвитку цінності влада (за опитувальником З. Шварца)

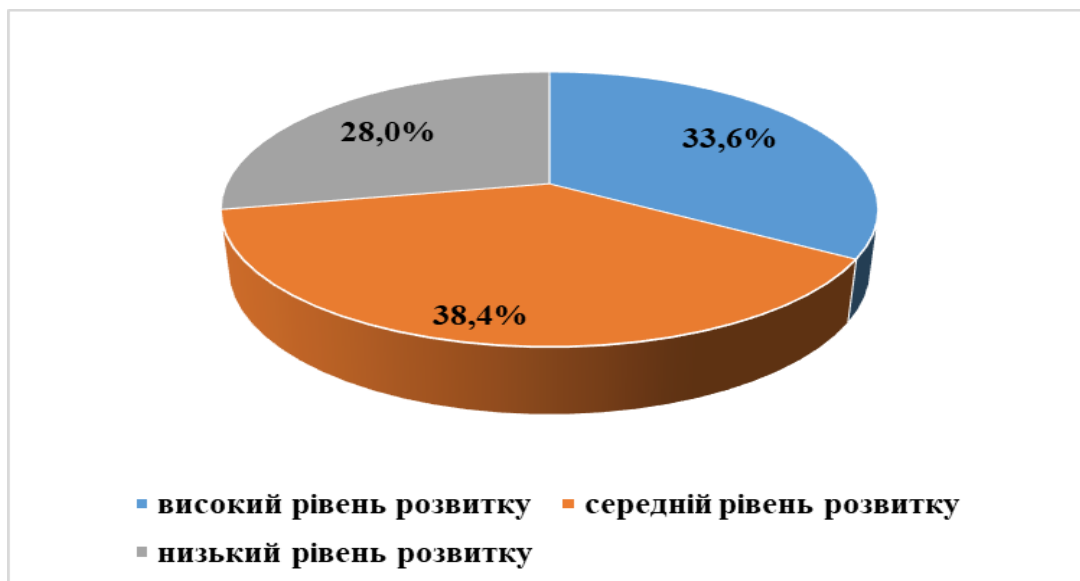


Рис. 3.8. Процентний розподіл студентів за різним рівнем розвитку цінності досягнення (за опитувальником З. Шварца)

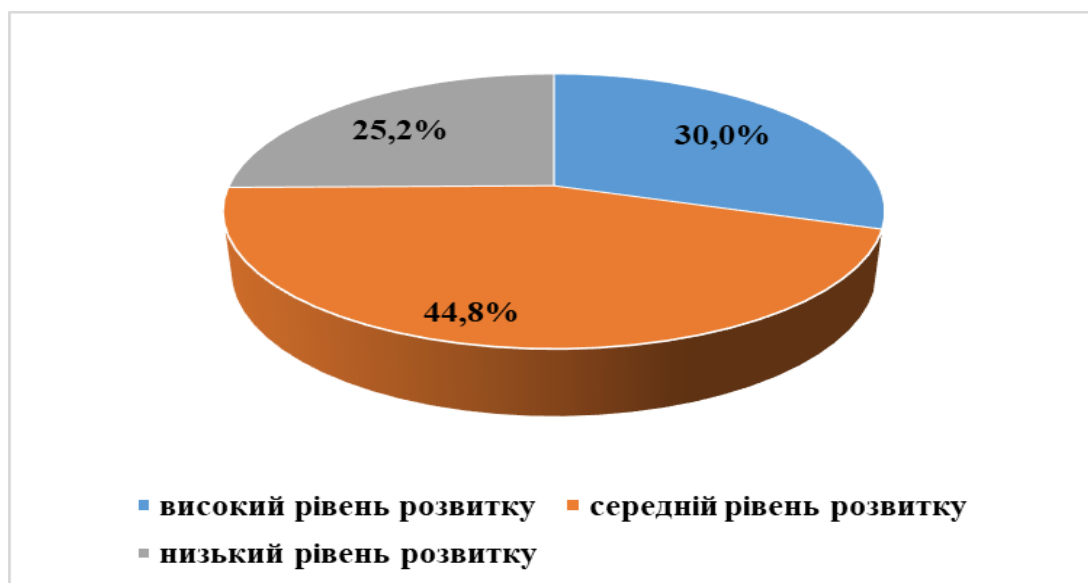


Рис. 3.9. Процентний розподіл студентів за різним рівнем розвитку цінності саморегуляції (за опитувальником З. Шварца)

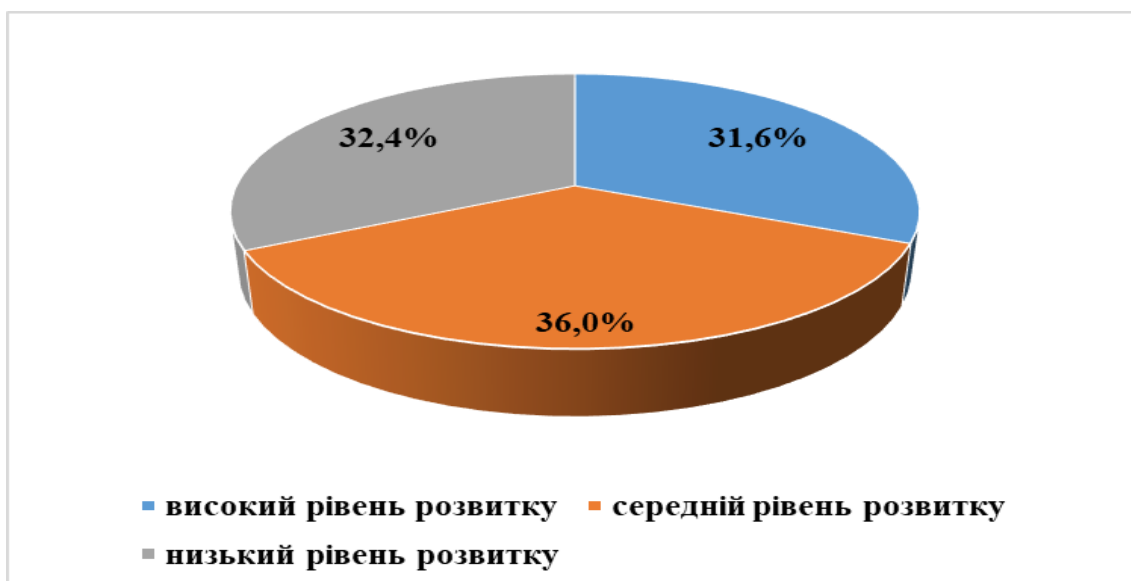


Рис. 3.10. Процентний розподіл студентів за різним рівнем розвитку цінності стимулювання (за опитувальником З. Шварца)

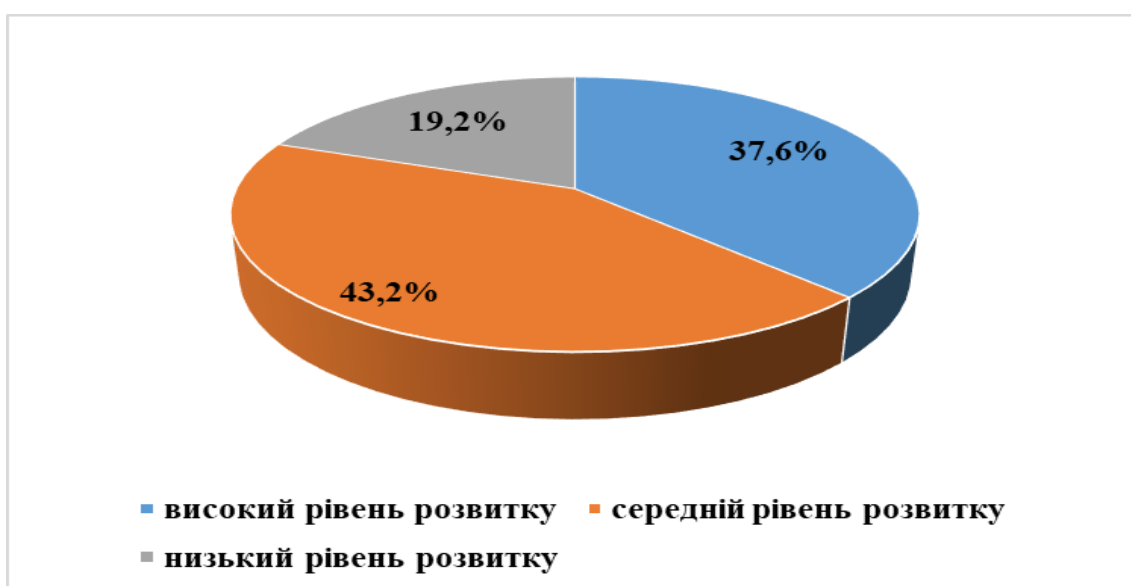


Рис 3. 11. Процентний розподіл студентів за різним рівнем розвитку цінності гедонізму (за опитувальником З. Шварца)

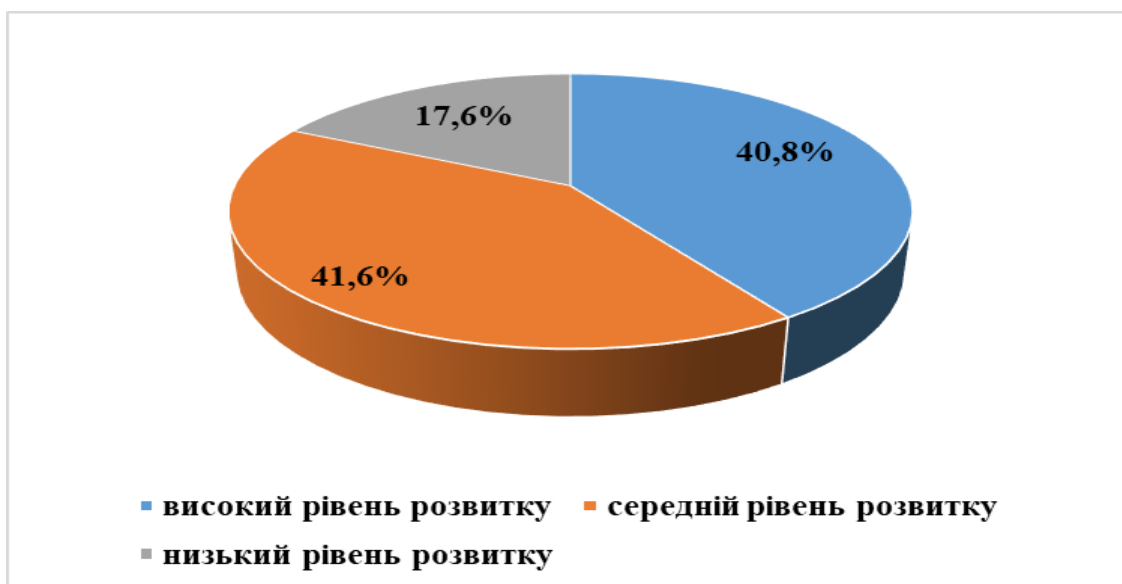


Рис 3. 12. Процентний розподіл студентів за різним рівнем розвитку цінності безпеки (за опитувальником З. Шварца)

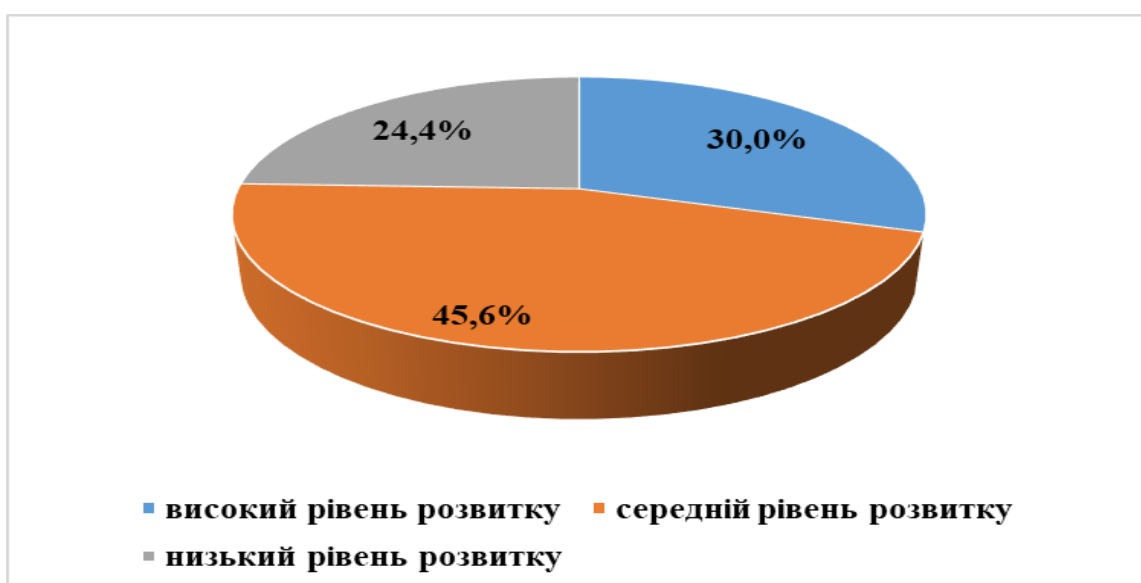


Рис 3.13. Процентний розподіл студентів за різним рівнем розвитку традиційних цінностей (за опитувальником З. Шварца)

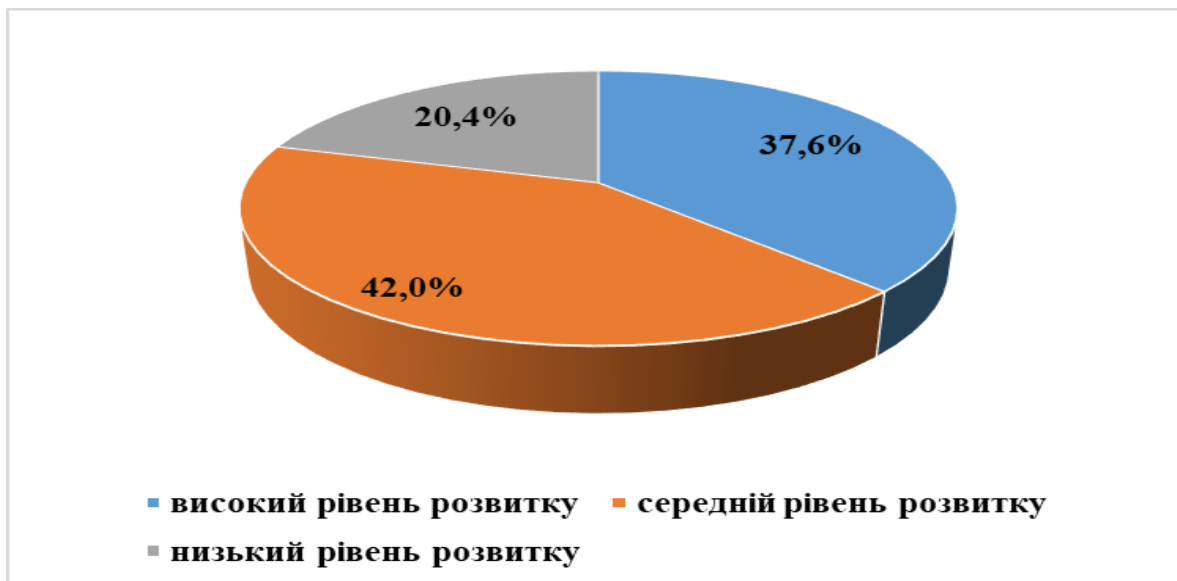


Рис 3.14. Процентний розподіл в експериментальній вибірці студентів з різним рівнем розвитку цінності конформності (за опитувальником З. Шварца)

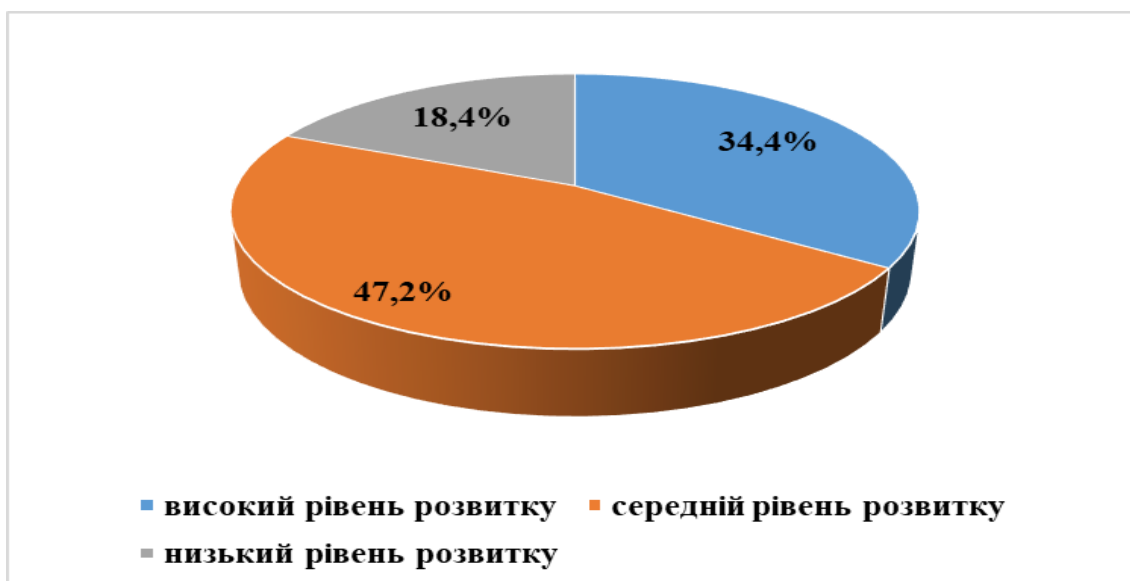


Рис 3. 15. Процентний розподіл в експериментальній вибірці студентів з різним рівнем розвитку цінності універсалізму (за опитувальником З. Шварца).

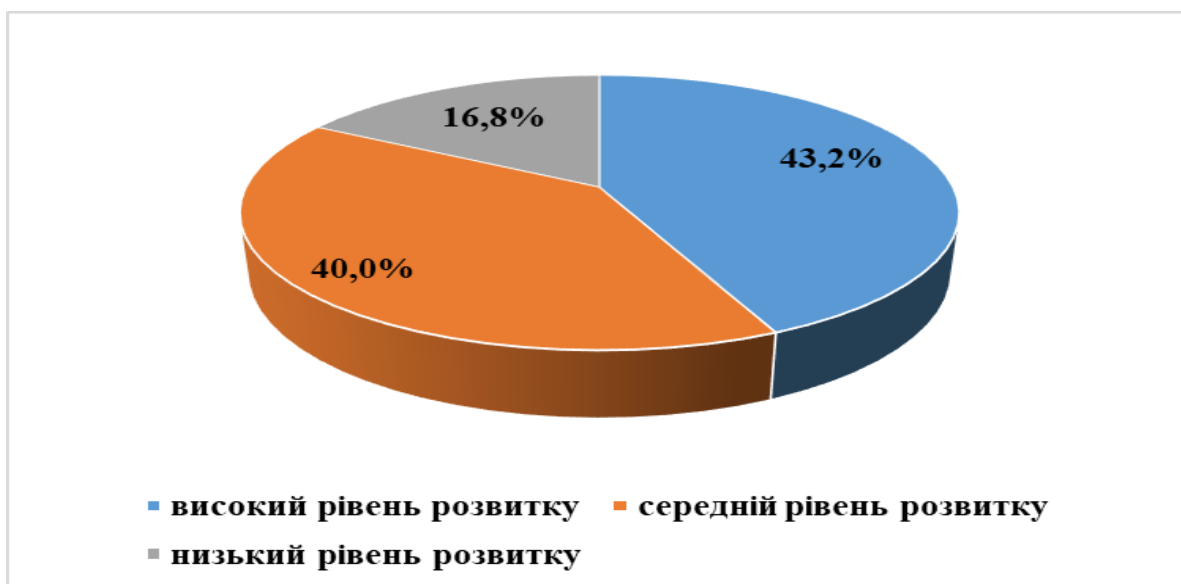


Рис 3. 16. Процентний розподіл в експериментальній вибірці студентів з різним рівнем розвитку цінності доброзичливості (за опитувальником З. Шварца)

Шкала самооцінка реактивної і особистісної тривожності Ч. Д. Спілбергера і Ю. Л. Ханіна.

Дана методика заснована на тому, що вимір тривожності як властивості особистості важливий, так як вона багато в чому обумовлює поведінку суб'єкта. Певний рівень тривожності – природна і обов'язкова особливість активної діяльності особистості. У кожної людини існує свій оптимальний або бажаний рівень тривожності – так звана корисна тривожність. Оцінка людиною свого стану в цьому відношенні є для неї істотним компонентом самоконтролю і самовиховання.

Під особистісної тривожністю розуміється стійка індивідуальна характеристика, що відображає схильність суб'єкта до тривожності та передбачає наявність у нього тенденції сприймати досить широкий «спектр» ситуацій як загрозливих, відповідаючи на кожен з них визначеною реакцією. Як схильність, особистісна тривожність активізується при сприйнятті певних стимулів, що розцінюються людиною як небезпечні, пов'язані зі специфічними ситуаціями загрози її престижу, самооцінці, самоповазі.

Ситуативна, або реактивна тривожність як стан характеризується суб'єктивно пережитими емоціями: напругою, занепокоєнням, заклопотаністю, нервозністю. Цей стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію і може бути різною за інтенсивністю і динамічністю у часі. Особистості, які входять до категорії високотривожних, схильні сприймати загрозу своїй самооцінці і життєдіяльності у великому діапазоні ситуацій і реагувати дуже напружено.

Бланк шкал самооцінки Ч. Д. Спілберга включає в себе інструкції і 40 питань-суджень, 20 з яких призначені для оцінки рівня ситуативної і 20 – для оцінки рівня особистісної тривожності. Експериментатор пропонує респондентам відповісти на питання шкал відповідно до інструкції, де на кожне з питань можливі чотири варіанти відповіді за мірою інтенсивності. Підсумковий показник за кожної з підшкал може перебувати в діапазоні від 20 до 80 балів. При інтерпретації показників потрібно орієнтуватися на наступні орієнтовні оцінки тривожності: до 30 балів – низька; 31-44 бали – помірна; 45 і більше – висока.

У нашому дослідженні використовувалося вивчення тільки особистісної тривожності, яке дало змогу наступним чином розподілити групи досліджуваних (рис.3.17)

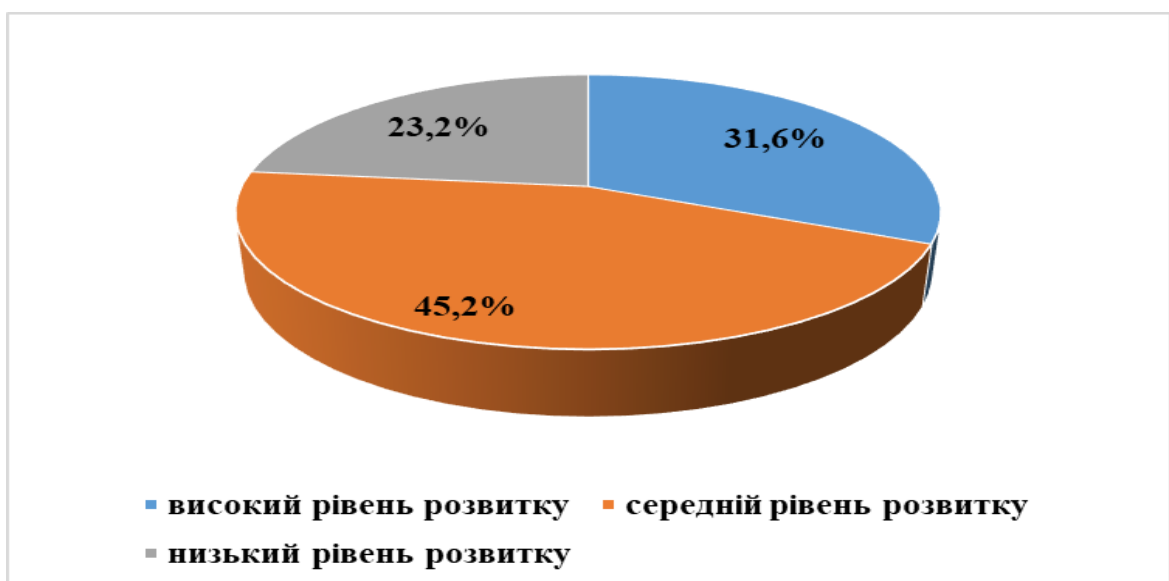


Рис 3.17. Процентний розподіл в експериментальній вибірці студентів з різним рівнем розвитку особистісної тривожності (за методикою Ч. Д. Спілберга і Ю . Л . Ханіна).

На наступному етапі дослідження, всі отримані емпіричні дані були використані для виявлення *статистично значимих відмінностей в уявленнях про ревності у студентів*. Результати були розділені за підвибірками з наступними психологічними характеристиками: рівнем розвитку невротизма, сумлінності, традиційних цінностей та особистісної тривожності.

Так, студенти, виокремлені за рівнем сформованості *невротизма* (високий/низький), в своїх оцінках ревностей, показали статистично достовірні відмінності (табл. 3.3.).

Таблиця 3.3.

Розподіл уявлень про ревностей студентів з різних рівнем невротизма за методикою В. М. Мельникова і Л. Т. Ямпільського

Підвибірки	A	B	C
	%	%	%
високий рівень	17,2	50,0	32,8
низький рівень	52,8	25,0	22,2

Позначення: А - нейтральне забарвлення уявлень про ревності; В - ревності - фактор руйнування відносин подружжя; С - ревності - фактор зміцнення відносин подружжя.

Аналіз отриманого розподілу відповідей показує, що в підвибірці студентів з високим рівнем невротизма виявилися домінуючими уявлення про те, що ревності виступають фактором, що руйнує стосунки подружжя (50% підвибірці з високим рівнем невротизма), а в підвибірці студентів з низьким рівнем невротизма – уявлення, про нейтральне забарвлення ревностей (52,8% вибірки з низьким рівнем невротизма).

Отримані результати дають можливість говорити про те, що швидке виснаження і невіра в свої можливості у студентів значною мірою (50,0%) поєднується з радикально негативним ставленням до ревностей. Такі студенти переконані, що ревності в стосунках подружжя виснажують, підточують сили, руйнують. Тому вони налаштовані кардинально припинити прояви ревностей як у себе, так і у свого партнера по шлюбу.

Власники адекватних психологічних реакцій, високої витривалості і працездатності в переважній більшості (52,8%) спокійно ставляться до феномену ревнощів і можливості їх появу в стосунках зі своїм шлюбним партнером. Бесіда з ними показала, що вони однаково виділяють як позитивні, так і негативні сторони ревнощів. У розмірковуючи таких студентів проявляється достатня емоційна зрілість, об'єктивність в оцінці себе і інших людей. Вони відзначали, що ревнощі з боку своїх шлюбних партнерів їм не загрожують, оскільки вони постійні в своїх уподобаннях і не схильні шукати пригоди на стороні.

Таким чином з'ясовано, що зростання невротизма призводить до зростанню радикальності оцінок ревнощів – студенти розподіляються на підвибірки з позитивними і негативними оцінками даного феномена подружніх відносин. Зниження невротизма супроводжується формуванням більш спокійного ставлення до проявів ревнощів, а також утворенням рівномірно розподілених негативних і позитивних їх оцінок.

Зазначена тенденція підтвердилася і при поділі студентів на підвибірки за рівнем (високий/низький) розвитку особистісної тривожності, яка вимірюється з допомогою методики Ч. Д. Спілбергера і Ю. Л. Ханіна (табл. 3.4).

У підвибірці студентів з високим рівнем особистісної тривожності знову проявилось домінування молодих людей з негативно забарвленими уявленнями про ревнощі (55,7% від чисельності відповідної підвибірки).

Таблиця 3.4.

Розподіл уявлень про ревнощі у студентів з різних рівнем тривожності за методикою Ч. Д. Спілбергера і Ю. Л. Ханіна

Підвибірки	А	В	С
	%	%	%
високий рівень	15,2	55,7	29,1
низький рівень	53,4	25,9	20,7

Позначення: А - нейтральне забарвлення уявлень про ревнощі ; В - ревнощі - фактор руйнування відносин подружжя; С - ревнощі - фактор зміцнення відносин подружжя

Значно меншою за чисельністю виявилася серед них частка студентів з позитивним ставленням до ревнощів у відносинах подружжя (29,1%), а найменш чисельною знову стала група молодих людей з нейтральною оцінкою зазначеного феномену (15,2%)

Таким чином, розвиток високого рівня особистісної тривожності в студентському віці з високою ймовірністю поєднується з крайніми рівнями уявлень про ревнощі, як фактор руйнування подружніх відносин.

Аналіз розподілу уявлень про ревнощі в підвибірці студентів з низьким рівнем тривожності дозволив встановити переважання в ній нейтрально забарвлених уявлень про шуканий феномен подружніх відносин (53,4% чисельності даної вибірки). Решта студентів приблизно з рівною ймовірністю можуть володіти або негативними (25,9%), або позитивними (20,7%) уявленнями про ревнощі. Аналогічну схожість впливу виявлено на вибірках студентів, виокремлених за критеріями, що характеризують стан їх ціннісно-сміслової сфери: «сумлінність», «цінність традицій», а також орієнтацію на термінальні та інструментальні цінності.

Вивчення особливостей розподілу уявлень про ревнощі у студентів з різних рівнем розвитку сумлінності, виділених за методикою В. М. Мельникова і Л. Т. Ямпільського, показало наявність між ними статистично значущих відмінностей (табл. 3.5).

Таблиця 3.5.

Розподіл уявлень про ревнощів студентів з різних рівнем сумлінності за методикою В. М. Мельникова і Л. Т. Ямпільського

Підвибірки	А	В	С
	%	%	%
високий рівень	31,4	65,1	3,5
низький рівень	33,9	3,2	62,9

Позначення: А - нейтральне забарвлення уявлень про ревнощів ; В - ревнощі - фактор руйнування відносин подружжя; С - ревнощі - фактор зміцнення відносин подружжя.

Встановлено, що студенти, які характеризуються почуттям відповідальності, сумлінністю і стійкістю моральних принципів, більш за все схильні до уявлення про те, що ревності є фактором руйнування відносин подружжя (65,1% вибірки «сумлінних» студентів). Керуючись в своїй поведінці почуттям обов'язку, дотриманням етичних стандартів, вони переносять таке ставлення і на подружні стосунки. Ревності в даному випадку розглядаються ними як свідчення того, що хтось з подружжя відійшов від виконання соціальних вимог дотримання вірності по відношенню до свого шлюбного партнера. Прагнучи до утвердження загальнолюдських цінностей, студенти з високим рівнем сумлінності негативно ставляться до подружньої невірності. У тому випадку, якщо ревності нічим не обґрунтовані, молоді люди даної вибірки виходять з того, що вони свідчить про втрату їх суб'єктів над собою самоконтролю. Таку поведінку вони не схвалюють, демонструючи значний розвиток у себе рівня самоконтролю.

Друга за чисельністю частка студентів з високим рівнем сумлінності характеризується нейтральним – 31,4%, а менша 3,5% - поблажливим ставленням до подружніх ревностей.

Аналіз отриманого розподілу студентів, що розрізняються за рівнями розвитку в них поваги до традицій, поміркованості, скромності, задоволеності своїм місцем в житті (за З. Шварцом), дав змогу встановити у них статистично значущі відмінності в уявленнях про ревностей типу В і С. Як виявлено, при високому рівні прихильності до традиційних цінностей у молодих людей переважають негативні (61,3%), а при низькому рівні – позитивні (52,5%) уявлення про ревності.

Студенти, які мають розвинену систему цінностей, пов'язану з дотриманням національно-культурних традицій, розглядають ревність в якості фактора, що руйнує відносини між подружжям. Вони виходять з того, що поза залежністю від того, що лежить в основі ревностей, дане почуття небажане, так як воно тягне за собою інші почуття, переживання і вчинки, несприятливі як для подружньої пари, так і для оточуючих її інших членів сім'ї - дітей, батьків подружжя та ін. Це підозрілість, нещирість, роздратування, агресія тощо, які не дають можливості

подружжю нормально взаємодіяти один з одним і реалізовувати покладені на них соціальні функції. Тільки третина студентів з розвиненими цінностями традиційності володіють нейтральними уявленнями про подружні ревності.

Студенти, не схильні орієнтуватися на традиційні цінності, демонструють в своїй більшості розвинені уявлення про ревності як чинник зміцнення подружніх відносин. У бесіді вони сходилися в позиції, за якого ревності – це переживання, здатне повернути відносинам втрачену свіжість, виявити проблеми, які в них виникли, підштовхнути до переосмислення своєї поведінки тощо. Такі студенти переконані, що для підтримання подружніх стосунків можуть бути використані всі засоби, які забезпечують отримання результату та спроможні оновити відносини між подружжям.

Також як і при високому рівні прихильності до традиційних цінностей, студенти з її низьким рівнем, в складі майже 1/3 своєї чисельності. Набагато більше в даній підвибірці чисельність осіб, в уявленнях яких ревності є фактором руйнування подружніх відносин.

Таким чином, за фактором прихильності традиційним цінностям встановлений зворотній зв'язок: високий рівень розвитку даної характеристики корелюється з негативними уявленнями про ревності, а її низький рівень – з позитивними. Такі результати цілком укладаються в життєву логіку: на рівні звичайних уявлень ревності ніколи не розглядалася в якості переживання, бажаного для подружжя. Виникаючи у одного з подружжя, любовні контакти на стороні завжди ховалися від оточуючих і особливо – від партнера по шлюбу. У суспільстві подружня зрада ніколи не отримувала підтримку, засуджувалася, в тому числі, і на рівні церкви. Тому сформовані у студентів традиційні цінності мають передбачають негативне ставлення до ревностей і до обставин, які їх спричиняють.

Встановлення зв'язку уявлень про ревності з ціннісними структурами студентів, дало змогу конкретизувати типи цінностей, що чинять на них найбільший вплив. Використання методики М. Рокича дало змогу

проаналізувати особливості розподілу уявлень про ревності у студентів з переважанням термінальних або інструментальних цінностей (табл. 3.7.).

Таблиця 3.7.

Розподіл уявлень про ревності у студентів з термінальними і інструментальними цінностями за методикою М. Рокича

Цінності	A	B	C
	%	%	%
термінальні	34,3	47,9	17,8
інструментальні	13,5	37,5	49,0

Позначення: А - нейтральне забарвлення уявлень про ревності; В - ревності - фактор руйнування відносин подружжя; С - ревності - фактор зміцнення відносин подружжя.

Аналіз отриманих розподілів виявив, що у студентів з домінуванням певного типу цінностей простежуються певні домінанти уявлень про ревності. Наприклад, як виявилось, прихильники термінальних цінностей більш схильні до уявлень про ревності типу В, тобто схильні трактувати їх як чинник руйнування відносин подружжя (47,9% представленої підвибірки). Можна припустити, що орієнтація студентів на такі цінності-цілі, як життєва мудрість, здоров'я тощо, не сумісна з проявами ревності в подружніх стосунках. Якщо це не так, то власники даного типу цінностей з високою ймовірністю мають уявленнями про ревності, нейтральні за своєю забарвленістю (34,3%). Майже у половини чисельності студентів даної вибірки (49,0%) виявилися уявлення про ревності типу С, тобто про такі, які можна розглядати як чинник зміцнення відносин подружжя. Володіючи орієнтацією на високі життєві запити і життєрадісність, вони досить легко ставляться до можливості виникнення ревності у подружніх стосунках.

Особливістю даної підвибірки студентів є те, що вважаючи ревності позитивним феноменом вони, тим не менше, не зорієнтовані на її провокування у партнера по шлюбу. Схожі позиції досить органічно поєднуються з тим, що в вибірці студентів з інструментальними цінностями значна частка осіб, що володіють негативно забарвленими уявленнями про ревності (37,5% даної

підвибірки). Нечисленною серед них виявилася група студентів з нейтральними уявленнями про них (13,5%). Відповідно, можна говорити тільки про наявність статистичної тенденції до домінування у студентів з інструментальними цінностями уявлень про ревнощів як фактору зміцнення відносин подружжя. Підводячи проміжні підсумки даного етапу вивчення уявлень про ревнощі студентів, відзначимо, що проведена нами робота дозволила встановити та охарактеризувати їх зв'язок з рядом об'єктивних (стать, досвід спостереження ревнощів у відносинах батьків, власний досвід подружніх відносин) і суб'єктивних (емоційна і ціннісна сфера) параметрів. Це уможлиблює висновок про те, що уявлення про ревнощі є полідетермінованим психічним утворенням, досить варіативним по відношенню до закладених у них відносин до подружньої невірності.

Разом з тим, уважне вивчення як самих уявлень про ревнощі, виявлених під час опитування студентів, так і даних ними додаткових пояснень в ході бесіди, дає можливість зробити висновок про те, що в структурі уявлень про ревнощі є деякі смислові утворення, які не залежать від жодних соціальних обставин.

2.3. Програма розвитку та корекції уявлень про подружні ревнощі у студентів ЗВО як детермінанти подружніх відносин.

Для участі в експериментальній частині емпіричного дослідження нами було сформовано дві підвибірки студентів: експериментальна і контрольна. Першу склали студенти, які мають досвід подружніх відносин (що перебували чи перебувають у громадському чи цивільному шлюбі) – 10 осіб, другу утворили із студентів-добровольців, які такого досвіду не мали, але котрі на даний момент часу зустрічалися з особами протилежної статі – 10 осіб.

При розробці цього етапу ми виходили з припущення згідно з яким, цілеспрямований розвиток уявлень про ревнощі дасть позитивні результати в сфері подружніх відносин студентів, якщо вони будуть ґрунтуватися на

розширенні їх поінформованості про психологію сімейного життя і міжособистісних відносин в поєднанні з корекцією якостей, що заважають побудові гармонійних подружніх відносин. Під гармонійними подружніми стосунками ми розуміли ставлення, що дозволяють запобігти або своєчасно зняти в міжособистісній взаємодії подружжя негативний вплив ревнощів.

Дане припущення зумовило вибір змістовних компонентів програми з розвитку та корекції уявлень студентів про ревнощів «Щасливе подружжя без ревнощів», яка була розроблена та зреалізована при підтримці фахівців психологічної служби університету.

В дану програму увійшли два основних блоки:

1) пізнавальний блок, спрямований на розширення знань студентів в сфері психології сімейного життя і психології міжособистісних ставлень;

1) розвиваючо-корекційний блок, спрямований на розвиток у студентів особистісних якостей, що дозволяють вибудовувати позитивні міжособистісні стосунки на етапі подружнього життя.

Перша частина програми «Щасливе подружжя без ревнощів» - пізнавальний блок, включав проведення двох навчальних курсів з психології – «Психологія сім'ї і подружніх відносин» і «Психологія спілкування».

Програма курсу «Психологія спілкування» була розрахована на 20 годин навчального часу. З них 10 години відводилося на аудиторні заняття (табл. 3.8), 10 годин – на самостійну роботу студентів.

Самостійна робота з курсу «Психологія спілкування» передбачала:

1) вивчення студентами наукових джерел, присвячених психологічним особливостям спілкування людини в різних життєвих ситуаціях;

Таблиця 3.8.

Тематичний план курсу «Психологія спілкування»

Назва теми	К-ть годин	
	лекції	самостійна робота
1. Спілкування і його роль в житті людини	2	2
2. Спілкування як обмін інформацією	2	2

3. Спілкування як міжособистісна взаємодія	2	2
4. Конфлікт і конфліктна взаємодія	2	2
5. Спілкування як розуміння людьми один одного	2	2
Разом :	10	10

2) виконання ними практичних завдань з різних проблем психології спілкування, включаючи психодіагностичну і аналітичну (аналіз проблемних ситуацій, що стосуються побудови міжособистісної взаємодії) діяльність;

3) підготовку науково-практичного проекту з використання психологічних технологій для розвитку у людини умінь і навичок ефективного спілкування (як повсякденного, так і ділового).

Кожна форма самостійної роботи вимагала звіту студента про результати її виконання.

Програма навчального курсу «Психологія сім'ї і подружніх відносин» була також розрахована на 20 годин навчального часу. З них 10 години відводилось на аудиторні заняття студентів (табл. 3.9), 10 годин – на їх самостійну роботу.

Таблиця 3.9

Тематичний план курсу «Психологія сім'ї і подружніх відносин»

Назва теми .	К - у годин	
	Лекції	Самостійна робота
1. Поняття сім'ї і подружніх відносин	2	2
2. Порушення функціонування сім'ї і подружніх відносин	2	2
3. Конфлікти і кризи сім'ї та подружніх відносин	2	2
4. Порушення уявлень про сім'ю і подружні відносини	2	2
5. Подружня зрада і ревності	2	2
Разом :	10	10

Самостійна робота із зазначеного курсу включала в себе психодіагностичну, аналітичну та проєктивну діяльність, аналогічну тій, яка пропонувалася при вивченні курсу «Психологія спілкування» .

Друга частина програми «Щасливе подружжя без ревнощів» передбачала проведення серії практичних зустрічей, спрямованих на розвиток та корекцію у студентів особистісних якостей, які дадуть змогу вибудовувати позитивні міжособистісні відносини між подружжям. При цьому було враховано, що в найбільшій мірі подружнім відносинам шкодять ситуації ревнощів, з'ясування стосунків, які супроводжуються злістю і агресією. Невміння подолати конфлікти, що виникають між подружжям через обґрунтовані або необґрунтовані ревнощі руйнують нормальну взаємодію між ними, призводить до розростання і поглиблення нерозуміння один одного. Невміння впоратися з даними проявами ще більш загострює негативізм, який виникає в стосунках подружжя в зв'язку з ревнощами, підсилює його і приводить до руйнування шлюбу.

Очевидно, що для подружжя важливо володіти не тільки самими уявленнями про ревнощі, але і тим, як себе потрібно поводити, якщо вони вже з'явилися. В силу позначених позицій практична частина нашої програми була спрямована на вироблення у студентів-учасників експериментальної групи нових, більш продуктивних способів реагування на ситуацію конфлікту, викликаного ревнощами, і зниження у них на особистісному рівні конфліктності і агресивності.

Основними методами практичної частини нашої програми стали: групова дискусія, рольова гра, психогімнастичні і медитаційні вправи, прийоми активного слухання, емпатії, зворотній зв'язок.

Основу даного етапу програми склав *психологічний тренінг* [53], який проходив в кілька етапів, згідно з конкретними цілям і задачам. Всього було заплановано і проведено 4 заняття тривалістю по 2 години кожне.

На першому етапі, обговорювалися цілі студентів, які перебувають в шлюбі, їх бажання щось змінити у собі тощо.

Другий етап, був спрямований на формування в учасників практичних знань про конфлікт і його наслідки, а також він був зорієнтований на зниження конфліктності і агресивності в подружніх відносинах. Для досягнення зазначеного результату студенти опановували методами м'язової релаксації, аутотренінгу.

Третій етап, був спрямований на формування досвіду з вироблення продуктивної стратегії поведінки в конфлікті і закріплення даної стратегії. Для цього використовували вправи, приклади яких наведені у Додатку А.

На четвертому, заключному етапі, обговорювали зміни, які відбулися з кожним учасником під час тренінгу, аналізувалися враження, почуття та досвід, отриманий під час навчання.

Для контролю успішності формуючого етапу експерименту нами використовувалося вивчення наступних параметрів:

- 1) поінформованості студентів про психологію сім'ї та подружніх відносин;
- 2) стратегій поведінки в конфлікті;
- 3) наявності проявів ревнощів в подружніх стосунках.

Для оцінки результатів цього етапу було проведено порівняння даних параметрів студентів-учасників на початковому етапі і після реалізації програми.

Інформованість студентів про психологію сім'ї та подружніх відносин оцінювалася на основі методу самооцінки. Для цього студентам було запропоновано за 10-ти бальною шкалою оцінити рівень своїх знань з психологічними особливостями взаємодії подружжя (табл. 3.10).

Таблиця 3.10

Розподіл середніх значень самооцінки інформованості студентів про психологічні особливості взаємодії подружжя до і після експерименту

етап експерименту	експериментальна вибірка	контрольна вибірка
до експерименту	3,6	3,5
після експерименту	8,2	3,6

Порівняння показників співвідношення вибору продуктивних і непродуктивних стратегій поведінки в конфлікті здійснювалося за допомогою методики соціально-психологічної діагностики конфліктів К. Томаса (табл.3.11).

Таблиця 3.11

Порівняльні дані показників стратегій поведінки в конфлікті до і після експерименту в контрольній та експериментальній вибірках

Показники	експериментальна вибірка		контрольна вибірка	
	I зріз	II зріз	I зріз	II зріз
	%	%	%	%
Непродуктивні стратегії поведінки	81,25	34,4	73,1	69,2
Продуктивні стратегії поведінки	18,75	65,6	26,9	30,8

Вивчення емпіричних даних, отриманих в експериментальній і контрольній вибірках за підсумками першого зрізу (до експерименту) показало, що в експериментальній вибірці виявилось кількісно більше студентів, зорієнтованих на непродуктивні стратегії поведінки в конфліктних ситуаціях (в експериментальній групі - 81,25%, в контрольній групі - 73,1%).

Аналіз результатів повторної діагностики (зріз після формуючого експерименту) виявив зміну показників співвідношення продуктивних і непродуктивних стратегій поведінки в конфліктних ситуаціях. Згідно з отриманими даними, в експериментальній вибірці показник зростання студентів, котрі надають перевагу продуктивним стратегіям поведінки в конфліктних ситуаціях, виявився значно більшим, ніж у контрольній вибірці.

Виконуючи завдання емпіричного дослідження ми припускали, що сформованість уявлень студентів про подружні ревності в результаті участі в програмі «Щасливе подружжя без ревностей» спроможна знизити ймовірність їх проявів в реальному житті студентів. Відтак, ще одним показником ефективності даної програми, стала оцінка наявності проявів ревностей в

подружніх стосунках студентів-учасників формуючого етапу експерименту. Даний параметр виявлявся на основі прямих відповідей студентів (є/немає) (табл 3.12).

Таблиця 3.12

Розподіл частоти проявів ревнощів в подружніх стосунках студентів до і після експерименту

етап експерименту	ревнощі	експериментальна вибірка	контрольна вибірка
		%	%
до експерименту	є	62,5	65,4
	немає	37,5	34,6
після експерименту	є	12,5	69,2
	немає	87,5	30,8

Відтак, порівняння частоти проявів ревнощів в подружніх стосунках студентів експериментальної і контрольної вибірок до початку експерименту показало, що на статистичному рівні вони різняться не суттєво.

Підводячи підсумки відзначимо, що запропонована програма «Щасливе подружжя без ревнощів», спрямована на розвиток уявлень студентів про ревнощі у поєднанні з комплексним розширенням їх поінформованості про психологію сімейного життя і міжособистісних відносин та корекцією якостей, що сприяють побудові гармонійних подружніх відносин, виявилася ефективною. Участь в ній не лише сприяла підвищенню рівня їх психологічної культури, але й забезпечила вироблення продуктивних поведінкових стратегій в конфлікті, зниженню агресивності і конфліктності, зменшенню деструктивних проявів у ситуаціях, які викликають ревнощі.

Висновки до розділу 3.

Отримані результати експериментальної частини проведеного дослідження психосоціальних джерел розвитку уявлень про ревності у студентському віці засвідчують наступне:

1) уявлення студентів про подружні ревності є складним утворенням, що відображають рівень їх обізнаності у цій сфері;

2) психологічний зміст уявлень про ревності включає в себе наступні компоненти: особистісні детермінанти ревності, оцінка їх відтворюваності і морально-етичної сторони, інформованість суб'єкта ревності про поведінку іншого члена подружжя тощо;

3) уявлення студентів ЗВО про подружні ревності диференціюються під впливом низки об'єктивних і суб'єктивних них обставин:

- об'єктивними факторами розвитку уявлень студентів про подружні ревності виступають: статева приналежність, власний досвід і спостереження відносин ревності між батьками;

- суб'єктивними факторами розвитку уявлень студентів про подружні ревності є особливості їх ціннісно-емоційної сфери;

Запропонована програма «Щасливе подружжя без ревності», спрямована на розширення та корекцію уявлень студентів про подружні ревності підтвердила свою ефективність;

Доведено, що цілеспрямоване формування уявлень про ревності дає позитивні результати в сфері подружніх відносин студентів лише тоді, коли ґрунтується на розширенні їх поінформованості про психологію сімейного життя і міжособистісних відносин в поєднанні з розвитком та корекцією якостей, що сприяють побудові гармонійних подружніх відносин;

Встановлено, що розвиток уявлень про подружні ревності спроможний знизити ймовірність виникнення її проявів в реальному житті студентів.

ВИСНОВКИ

Дослідження психологічних аспектів подружніх відносин – один з найбільш актуальних та перспективних напрямків сучасної психології, який хоч і є достатньо представленим у наукових доробках як зарубіжних, так і вітчизняних науковців, все ще потребує ґрунтовного вивчення і аналізу багатьох аспектів. Серед них чільне місце посідає проблематика дослідження психосоціальних джерел подружніх ревнощів. Проведене теоретичне та експериментальне пошукування визначеного кола питань, дає змогу зробити декілька важливих висновків:

1. Уявлення студентів про ревнощі є суб'єктивним виразом їх обізнаності про змістове наповнення останніх, яке ґрунтується на розумінні особливостей розвитку подружніх відносин, обтяжених цим почуттям. У найзагальнішому вигляді під подружніми ревнощами розуміється феномен, що складається в міжособистісній взаємодії при усвідомленні одним із її членів уявної або реальної загрози втрати своєї переваги з боку іншого.

2. Виникнення подружніх ревнощів полідетермінуються об'єктивними: статева приналежність, досвід подружнього життя і досвід спостереження ревнощів в стосунках батьків і суб'єктивними: особливості емоційно-ціннісної сфери особистості факторами.

3. Розвиток уявлень студентів про подружні ревнощі характеризується розширенням їх обізнаності щодо причин і наслідків їх виникнення у подружніх відносинах і зміцненням причинно-наслідкових зв'язків між даними структурними компонентами.

4. Цілеспрямоване формування уявлень студентів ЗВО про ревнощі дає позитивні результати в сфері їх подружніх відносин, якщо воно ґрунтується на розширенні їх поінформованості про психологію сімейного життя і міжособистісних відносин в поєднанні з розвитком та корекцією якостей, які сприяють побудові гармонійних подружніх відносин.

5. Формування уявлень студентів про подружні ревнощі на основі спеціально розробленої комплексної програми, яка передбачає теоретичні та практичні

аспекти побудови подружніх відносин, знижує ймовірність виникнення проявів ревнощів в реальному житті студентів.

Підводячи підсумки нашого дослідження зазначимо, що результати, отримані під час його виконання, можуть бути використані в якості вихідної теоретико-емпіричної бази для проведення подальших досліджень в напрямку вивчення окресленої проблематики.

Список використаної літератури

1. Адлер А. Практика і теорія індивідуальної психології. СПб.: Питер, 2003. 256 с.
2. Аккерман Н. Теория семейной динамики. Семейная психотерапия. Хрестоматия. СПб.: Питер, 2000. С. 210 – 221.
3. Андреева Т.В. Семейная психология СПб.: Речь, 2004. 244с.
4. Берг-Кросс Л. Терапия супружеских пар. М.: Изд-во Института психотерапии, 2004. 528с.
5. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї: курс лекцій. МАУП. К., 2001. 170 с
6. Боуэн М. Теория семейных систем. М.:Наука, 2005. 346 с.
7. Буленко Т. В. Соціально-психологічні основи функціонування сучасної молоді сім'ї. *Науковий вісник ВДУ ім. Лесі Українки*. Луцьк, 2010. № 9. С.67-85.
8. Бурлачук Л. Ф. Психологические особенности лиц, испытывающих затруднения при вступлении в брак (на материале службы знакомств). *Психологический журнал*. 1995. Т. 16. №3. С.137 – 145.
9. Валлерстайн Д.С. Психологические задачи брака. *Журнал практической психологии и психоанализа*. 2002. №3. С.56 – 74.
10. Варга А. Я. Системная семейная психотерапия: курс лекций. СПб.: Речь, 2001. 245 с.
11. Вербець В. В. Соціологія: навч. посіб. К.: КОНДОР, 2009. 550 с.
12. Гуменюк О.Є. Психологія Я-концепції: монографія. Тернопіль: Економічна думка, 2002. 186 с.
13. Дмитриенко А. К. Социально-психологические факторы стабильности брака в первые годы супружеской жизни: дис. ... канд. психол. наук. Киев, 1989. 177 с.
14. Дружинин В. Н. Психология семьи. Екатеринбург: Деловая книга, 2000. 208с.
15. Ильин, Е.П. Дифференциальная психология мужчины и женщины. СПб.: Питер, 2002. 544 с.

16. Карабанова, О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. М.: Гардарики, 2007. 320с.
17. Кісарчук З. Г. Психологічна допомога сім'ї: навч. посіб. К.:Главник, 2006.
18. Ковалев С. В. Психология современной семьи. М.: Просвещение, 2010. 208 с.
19. Козловська Е. В. Психологічна готовність молодого подружжя до гармонізації стосунків: дис. ... канд. психол. наук. К., 2010.
20. Кон И. С. Психосексуальное развитие и взаимоотношение полов. Психология ранней юности. М.: Просвещение, 2009. С. 212–236.
21. Коростылева Н. Н. Женщина и мужчина: от конфликта к согласию (Исследование гендерного конфликтогенеза). Монография. М.: Библионика, 2005. 240 с.
22. Корсун И. В. Детерминанты развития личности в процессе супружеского взаимодействия: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Сочи: НОЦ РАО, 2007. 27с.
23. Крюкова Т. А. Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними. СПб.: Речь, 2005. 240с.
24. Левченко А. В. К проблеме изучения образа отца и представлений о собственном отцовстве у молодых мужчин. *Научные проблемы гуманитарных исследований*. Пятигорск. 2008. №9 (16). С.28 – 34.
25. Линчевский, Э.Э. Как быть с ревностью. Л., 1978. 126с.
26. Максимова Н. Ю Сімейне консультування: навч. посіб. К.: ДП «Вид. дім «Персонал», 2011. 304 с.
27. Малкина-Пых И. Г. Семейная терапия. М.: Изд-во Эксмо, 2005. 992 с.
28. Матеріали сайту Психологічного центру «Адалін» [Електронний ресурс]. Режим доступу : http://adalin.mospsy.ru/r_03_00/r_03_03b.shtml
29. Мацук М.А. Психологический анализ содержания представлений об отце в юности. *Известия ТулГУ. Серия «Психология»*. Тула: Изд-во ТулГУ, 2006. С. 142-152.

30. Меновщиков В. Ю. Психологическое консультирование. Работа с кризисными и проблемными ситуациями. М.: Смысл, 2002. 327 с.
31. Михайлов Ю. П. Дающая жизнь. Прекрасная женственность. СПб.: Изд-во Буковского, 2000. 84 с.
32. Москвичева Н. Л. Семья в системе ценностных ориентаций личности студента: дис. ... канд. психол. наук. СПб.: 2000. 155 с.
33. Немов Р. С. Психологическое консультирование: учеб. для студ. Вузов. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. 528 с.
34. Николс М. Семейная терапия. М.: Эксмо, 2004. 278 с.
35. Обозов Н. Н. Семейно-брачные и родственные отношения. Психология семьи: Хрестоматия. Самара, 2002.
36. Овчарова Р. В. Психологическое сопровождение родительства. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. 319с.
37. Олифинович Н.И. Психология семейных кризисов. СПб.: Речь, 2006. 360с.
38. Психологическая культура семейных отношений [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://adalin.mospsy.ru/r_09_00/r_09_09b.shtml
39. Психологія сім'ї: навч. посіб. В. М. Поліщук, Н. М. Ульяна, С. А. Поліщук та ін. Суми: Університет. кн., 2009. 282 с.
40. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учеб. пособие. Самара: Издат. дом «БАХРАХ-М», 2006. 672 с.
41. Райгородский Д.Я. Психология семьи. Хрестоматия. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М». 2002. 752с.
42. Роджерс К. Брак и его альтернативы. Позитивная психология семейных отношений. М.: Этерна, 2006. 320с.
43. Родионов А.Н. Феномен представлений о родительстве у юношей и девушек. Репрезентация и идентификация ими социальной роли родителя. *Вестник Тамбовского ун-та. Сер. Гуманитарные науки, «Психология»*. Тамбов, 2007. Вып. 1 (57). С.302 – 306.

44. Румянцева Т. В. Психологическое консультирование: диагностика отношений в паре. СПб.: Речь, 2006. 176 с.
45. Сатир В. Психотерапия семьи. СПб.: «Речь», 2000. 283с.
46. Семейная психология: учеб. пособие для вузов. Л. Б. Шнейдер. М.: Изд-во «Академический проект», 2008. 273 с.
47. Силаева Е. Г. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования. М.: Изд. Центр «Академия», 2002. 194 с.
48. Соломатина Е. М. Особенности проявления внутриличностного противоречия в супружеской паре. *Журнал прикладной психологии*. 2006. №6. С.57 – 66.
49. Соломатина Е. М. Проявление внутриличностных противоречий в супружеской паре как несогласованность семейных ценностей и ролевых установок. *Психологические проблемы современной российской семьи. Материалы всероссийской научной конференции*. Часть 2. М., 2003. С.72-78.
50. Сорокина Т. Ю. Проблема формирования супружеской и роди-тельской идентичностей. *Практическая психология: от фундаментальных исследований до инноваций. Материалы международной научно-практической конференции*. Тамбов: Изд-во ТГУ им Г.Р. Державина, 2007. С.232-236.
51. Столяренко Л. Д. Основы психологии: практикум. Ростов н/Д: Феникс, 2000. 236 с.
52. Султанова А. В. Брачно-семейная адаптация супругов и благополучие в браке. *«Вестник СПбГУ» Сер. 6. Вып. 3. 2007. С.347-353.*
53. Тренинг семейных отношений. Под ред. Е. Г. Силаева. М.: Издательский центр «Академия», 2002.
54. Федоренко Р. П. Психологічний практикум з консультивання: зміст, прийоми, технології: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Луцьк: СНУ ім. Лесі Українки, 2012. 200 с.
55. Федоренко Р. П. Психологія молододі сім'ї та сімейна криза: монографія. Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2007. 168 с.

56. Фурман А.В. Психокультура української ментальності. Тернопіль: Економічна думка, 2002. 132 с.
57. Фурман А.В., Надвичина Т.Л. Основи гендерної рівності. *Гендерний розвиток у суспільстві (Конспекти лекцій)*. К.: ПЦ "Фоліант", 2004. С. 7–46.
58. Холмогорова А. Б. Сімейні фактори депресії. *Питання психології*. 2005. № 6. С. 63–71.
59. Хорни К. Наши внутренние конфликты. М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. 560с.
60. Швейгер-Лерхенфельд А. Ф. Женщина, ее жизнь, ее нравы и общественное положение у всех народов земного шара: ст. о руських женщинах В.И. Немировича-Данченко. М.: Кураре Н, 1998. 688 с.
61. Шкрябко И. П. Психологическая помощь студентам в развитии представлений об эффективных стратегиях супружества. *Известия Таганрогского государственного радиотехнического университета. Тематический выпуск «Психология и педагогика»*. 2006. №14. С.105 – 112.
62. Шнейдер Л. Б. Психология семейных отношений. М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. 512 с.
63. Gibbs P.A. The Institutionalisation of premarital cohabitation: Estimates from marriage license applications, 1970 and 1980. *Journal of Marriage and the Family*, vol. 48, p.423-434, May. 1986.
64. Glick P.C. Marriage, divorce, and living arrangements: Prospective Changes. *Journal of Family Issues*, vol. 5. March, 1984. p.9-11.
65. Istvan J., Griffitt W. Effects of sexual experience on dating desirability and marriage desirability. *Journal of Marriage and the Family*, vol. 42, p.377-385. 1980.
66. Magar E.M. Adultery and Its Compatibility with Marriage. Monona, WI: Nefertiti Publishers, 1982.
67. Rice D.G. Dual-career marriage. Conflict and treatment. New York: The Free Press, 1979.
68. Waller W. The old love and the new: Divorce and readjustment. - Carbondale, 1978. 372p.

Додатки
Додаток А

ТРЕНІНГОВІ ВПРАВИ, ЯКІ ВИКОРИСТОВУЮТЬСЯ В ПРОГРАМІ
«ЩАСЛИВЕ ПОДРУЖНЄ ЖИТТЯ БЕЗ РЕВНОЩІВ»

Вправа «Диспут».

Мета вправи : розвиток умінь і навичок активного слухання.

Час: 40 хвилин

Інструкція: Вправа проводиться в формі диспуту . Учасники діляться на дві приблизно рівні за чисельністю команди З допомогою жереба вирішується, яка з команд буде займати одну з альтернативних позицій з будь-якого питання, наприклад: прихильники і противники "куріння", "роздільного харчування". Аргументи в користь тієї або іншої точки зору члени команд висловлюють по черзі. Обов'язковою вимогою для граючих є підтримка висловлювань суперників і з'ясування суті аргументації. У процесі слухання той з членів, чия черга висловлюватися наступним, повинен реагувати піддакуванням і відлунням, задавати уточнюючі питання, якщо зміст аргументації не до кінця зрозумілим. Аргументи в користь позиції своєї команди дозволено висловлювати лише після того, як виступаючий тим або іншим способом просигналізує, що його зрозуміли правильно (кивок головою, "так, саме це я і мав на увазі").

Ведучий стежить за черговістю виступів, за тим, щоб слухач здійснював підтримку висловлювання, не пропускаючи тактів, парафраз, використовуючи при цьому реакції відповідного такту. У кінці вправи ведучий коментує її, звертаючи увагу на випадки, коли з допомогою парафразу вдалося домогтися уточнення позицій учасників "диспуту".

Вправа «Який я в конфлікті».

Час: 10-15 хвилин.

Інформування. Ведучий розповідає про різні типи поведінки в конфліктній ситуації: пристосування, компроміс, співпраця, ігнорування,

суперництво і конкуренцію. Для закріплення матеріалу проводиться рольова гра .

Рольова гра «Будь іншим .

Мета вправи: формування навичок модифікації і корекції поведінки на основі аналізу ролей і групового розбору поведінки .

Час: 50 хвилин .

Інструкція: Перебільшення або повна зміна поведінки. Це рольова гра, в якій членам групи дається можливість програти свої внутрішньоособистісні конфлікти. Розігрування ролей використовується для розширення усвідомлення поведінки і можливості його зміни. Учасник сам вибирає небажану поведінку, або група допомагає йому вибрати поведінку, яке ним не усвідомлюється. До прикладу, боязкий член групи повинен говорити гучним авторитарним тоном, постійно вихваляючись. Якщо ж учасник усвідомлює поведінку і вважає її небажаною, він має повністю змінити її. На розігрування ролей кожному дається 5-7 хвилин. Потім всі учасники діляться своїми спостереженнями та відчуттями.

Вправа «Контраргументи».

Мета вправи: - створення умов для саморозкриття ; - вміння вести полеміку і контраргументацію.

Час: 50 хвилин.

Інструкція: Кожен член групи повинен розповісти іншим учасникам про свої слабкі сторони - про те, що він не приймає в собі. Це можуть бути риси характеру, звички, що заважають в житті, які хоті лось би змінити. Решта учасники уважно слухають і обговорюють сказане, намагаючись привести контраргументи, тобто те, що можна протиставити зазначеним недолікам або навіть показуючи, що наші слабкості в певних випадках стають нашою силою.