

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ХАРКІВСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н.КАРАЗІНА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ

КАФЕДРА ПРИКЛАДНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему:

«Взаємозв'язок емпатії та якості шлюбних стосунків в парах із різним
стажем шлюбу»

Студентки 2 курсу групи ПС - 62
другого (магістерського) рівня вищої освіти
освітньо-професійної програми «Психологія»
за спеціальністю 053 – ПСИХОЛОГІЯ
Краснікової К.Ю.

Керівник: кандидат психологічних наук, професор
ЗВО, кафедри прикладної психології
Павленко В.М.

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____
Кількість балів: _____

Члени комісії _____
(підпис) (прізвище та ініціали)

_____ (підпис) (прізвище та ініціали)

_____ (підпис) (прізвище та ініціали)

м. Харків – 2024 рік

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМПАТІЇ ТА ЯКОСТІ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ.....	6
1.1. Поняття емпатії та її структура	6
1.2. Емпатія в шлюбі: значення та функції	8
1.3. Якість шлюбних стосунків: поняття та фактори, що на неї впливають	9
1.4. Дослідження взаємозв'язку емпатії та якості шлюбних стосунків.....	11
Висновки до першого розділу.....	14
РОЗДІЛ 2. ОПИС ПРОЦЕДУРИ ТА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМПАТІЇ ТА ЯКОСТІ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ В ПАРАХ ІЗ РІЗНИМ СТАЖЕМ ШЛЮБУ.....	16
2.1. Мета та завдання дослідження.....	16
2.2. Характеристика вибірки дослідження.....	16
2.3. Опис методик та методів дослідження.....	17
Висновки до другого розділу.....	22
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМПАТІЇ ТА ЯКОСТІ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ В ПАРАХ ІЗ РІЗНИМ СТАЖЕМ ШЛЮБУ.....	23
3.1. Дослідження емпатії подружніх пар із різним стажем шлюбу.....	23
3.2. Дослідження особливостей якості шлюбних стосунків в парах із різним стажем шлюбу.....	31
3.3. Взаємозв'язок емпатії та якості шлюбних стосунків в парах з різним стажем шлюбу	42
Висновки до третього розділу.....	49
ВИСНОВКИ.....	51
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	54
АНОТАЦІЇ.....	58
ДОДАТКИ.....	60

ВСТУП

На сьогодні в сучасному світі поняття традиційної родини переживають кризовий період, де змінюється розуміння родини як функціональної одиниці суспільства. Зростає кількість розлучень, молодь не хоче створювати родини та народжувати дітей через невпевненість в стабільності власного життя та економічній невдоволеності, більшість людей обирають для себе альтернативні варіанти шлюбу чи стосунків або приймають рішення взагалі не створювати родину. Така тенденція змушує більш активно досліджувати сімейні стосунки у всіх сферах науки: економіка, психологія, соціологія, філософія та ін.

Поняття сім'ї як у контексті соціальної одиниці, так і в контексті особистісного має дуже велике значення і вважається однією з найважливіших елементів в системі цінностей особистості і держави загалом, адже родина – є джерелом приросту населення і збільшення продовольчого попиту, а також є осередком формування цінностей у дітей, що проживають в родині, щоб вони надалі могли нести правильні цінності у власному житті.

Саме тому для сучасного світу міцна родина, що є осередком любові, впевненості, щастя та повноцінного розвитку і підтримки є дуже важливою ланкою, за яку тримається держава, та яка напряду впливає на розвиток суспільства, його норм, правил та ідеалів цінностей. А для формування такої родини, що зможе передати наступному поколінню правильні ідеали та породити нове покоління, що буде покращувати та примножувати цінності та здобутки минулого покоління необхідні міцні та гармонійні подружні стосунки, що формуються на основі любові, прийняття, взаєморозуміння та підтримки. Шлюб є досить важливим елементом здорової родини, що змушує людей почувати відповідальність за партнера, за стосунки та намагатись їх зберегти, переживаючи кризи, конфлікти та модернізуючи стосунки під навколишні обставини.

Актуальність нашого дослідження полягає в необхідності продовження досліджень теми родини в сучасних умовах життя, де як і до родини виставляються високі вимоги, так і до окремої особистості, таким чином, людина залишається перед

вибором щодо повноцінної реалізації себе як спеціаліста та частини суспільства або реалізації себе в сімейних стосунках. У сучасному суспільстві, де всі намагаються встигнути одне за одним, бути успішним, реалізованим та щасливим, необхідно визначати важливість емпатії та чесних людських стосунків, що напряду впливатиме на якість шлюбних стосунків та реалізацію людини.

За час вивчення цього питання, багато науковців намагались створити точну класифікацію та визначення міцних сімейних стосунків, визначити їх складові та способи покращення ситуації, серед них: С. Ключнікова, А. Ощепкової, В. Семиченко, В. Шейнова та ін., що займались питанням збереження шлюбу та В. Сисенко, І. Голоду, Н. Юркевича, О. Шиповалова, Н. Гришиної тощо, що вивчали питання сімейних конфліктів та криз.

Об'єкт дослідження – чинники шлюбних стосунків.

Предмет дослідження – взаємозв'язок емпатії та якості шлюбних стосунків.

Мета дослідження – дослідити взаємозв'язок емпатії та якості шлюбних стосунків в парах із різним стажем шлюбу.

Завдання:

- 1) Провести теоретичний аналіз поняття емпатії та її ролі в шлюбних стосунках.
- 2) Дослідити рівень емпатії шлюбних партнерів в парах з різним стажем шлюбу.
- 3) Визначити особливості якості шлюбних стосунків в парах з різним стажем шлюбу.
- 4) Визначити особливості взаємозв'язку емпатії та якості шлюбних стосунків в парах з різним стажем шлюбу.

Гіпотеза дослідження – існує прямий зв'язок між емпатією та якістю шлюбних стосунків.

Вибірка досліджуваних – 30 подружніх пар. 15 подружніх пар, котрі знаходяться в зареєстрованому шлюбі до 2х років та 15 подружніх пар, котрі знаходяться в шлюбі більш ніж 5 років.

Методики дослідження:

1. Багатофакторний опитувальник емпатії (Interpersonal Reactivity Index, IRI) Марк Девіс
2. Опитувальник компонентів емпатії L. Batchelder et al.
3. Опитувальник типів мотиваційної регуляції в романтичних стосунках M. Blais et al.
4. Рівень задоволеності пар David Burns
5. Вимір романтичної прихильності, MIMARA K. Brennan , P. Shaver

Методи математичної статистики:

1. Описова статистика;
2. Порівняльний аналіз за U-критерієм Манна-Уїтні;
3. Кореляційний аналіз за критерієм Спірмена

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМПАТІЇ ТА ЯКОСТІ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ

1.1. Поняття емпатії та її структура

Емпатія як психологічний феномен вивчався протягом досить великого проміжку часу, і процес дослідження цього поняття розділився на три умовні етапи.

На першому етапі емпатія визначалась як певна особистісна характеристика, що притаманна людині від народження, що позиціонувалась як певний емоційний відгук на почуття та переживання іншого.

На другому етапі вивчення емпатії дослідники дійшли висновку, що ця характеристика є виключно інтерпсихічною, і, на відміну від психічного відображення власного внутрішнього світу, базувалася на відображенні внутрішнього світу іншої людини.

Третій етап дослідження емпатії полягав у розумінні емпатії як більш поведінкової реакції, а саме виконання певних дій, що були спрямовані на іншу людину. Згодом така поведінка стала називатись альтруїзмом.

Упродовж дослідження емпатії як психологічної структури науковцями були виділені певні види емпатії, серед яких були:

1. Емоційна емпатія як можливість власної емоційної реакції на емоції чи почуття іншого;
2. Інтуїтивна емпатія, що трактувалася як емоційна реакція на переживання іншого, але опосередкована не зовнішніми проявами іншого, а інтуїтивним розумінням емоційного стану, що виходить з минулого досвіду;
3. Когнітивна емпатія, що базується на принципах оцінки та інтелектуалізації та дозволяє оцінити стан іншого, його переживання з огляду на ситуацію та зробити висновки для надання правильної реакції;
4. Раціональна емпатія як реакція на стан іншого з огляду на оцінку його стану, що базується на розумінні його минулих емоційних реакцій, тобто з досвіду іншого та розуміння його звичних станів;

5. Поведінкова емпатія, що зосереджена саме на фізичному рівні, спроба допомоги чи підтримки шляхом виконання дій чи діяльності [11].

Емпатія передбачає можливість поставити себе на місце іншої людини, уявити, що вона переживає, її емоції та почуття, та враховувати їх у своїй реакції. Спілкування саме в такому ключі є найбільш продуктивним та ефективним; таке спілкування несе за собою міцні соціальні зв'язки та покращує відносини між людьми.

Емпатія з цієї точки зору збігається з розумінням К. Роджерса. К. Роджерс вважав, що «психологічна реальність почасти детермінована толерантністю комунікативних інтеракцій, що передбачає вміння релевантно увійти до феноменологічного поля іншої людини, усередину його особистого світу значень» [4].

В. Вебер зазначав, що «конгруентні інтеракції передбачають досягнення “максимальної відповідності між внутрішнім досвідом та зовнішньою поведінкою”», виокремлюючи цей комунікативний компонент як «невід’ємний складник емпатичної взаємодії, реалізація якого є своєрідним екстерналізованим наслідком психолінгвістичної інтеграції загальних позитивних елементів комунікативної кооперативності» [2].

Емпатію як психічне явище також розглядала психологиня О. В. Завгородня. На її думку, емпатія – це певний бар’єр, що дозволяє регулювати прояв емоцій та допомагає створювати конструктивну середу для вирішення конфліктів. Вона зазначала, що, завдяки можливості розуміти емоції інших та іноді відсувати власні егоцентричні почуття, людина може ефективно вирішувати конфлікти та не переходити до звинувачувань та агресії [4].

У сучасній психології сталим розумінням поняттям емпатії є визначення психолога Дж. Ігана. Дж. Іган зазначав, що «емпатія – це здатність розуміти та проникати у світ іншої людини, а також передати їй це розуміння» [22].

Емпатія також може відповідати за готовність людини до альтруїстичної поведінки та до допомоги іншим. Людина, що може співпереживати, що може ставити себе на місце іншого та розуміти почуття інших людей, здебільшого зможе

надати допомогу та підтримати іншу людину в складній ситуації, адже чітко розуміє переживання і може дати визначення її стану та з більшою вірогідністю матиме бажання допомогти іншому.

Отже, зважаючи на висновки, що були зроблені в результаті багатьох досліджень, у структурі емпатії було виділено емоційний, когнітивний та поведінковий компонент як складові загального розуміння феномену емпатії [6].

1.2. Емпатія в шлюбі: значення та функції

Окрім основного розуміння поняття шлюбу, як юридично узаконені стосунки між двома людьми, це також і складний психологічний феномен, що базується на плідній взаємодії між двома людьми, вирішення конфліктів, розвитку, в чому більше за все допомагає емпатія.

Поняття емпатії передбачає вміння розуміти емоції іншого, ставити себе на місце іншої людини. В шлюбних стосунках це вміння є основним, адже ця здатність напряду впливає на розвиток гармонійних стосунків, що відповідає за загальну задоволеність життям та шлюбом обох партнерів [16].

Емпатія здебільшого є ключовим фактором створення міцного зв'язку між людьми. Емпатійні стосунки призводять до більш глибокого розуміння партнера, що в свою чергу формує теплі та близькі стосунки, що базуються на теплі, розумінні, гармонії, повазі та турботі про партнера. Саме такі стосунки вважаються найбільш здоровими та претендують на звання найбільш еталонних для сучасної людини.

До того ж, емпатія є фундаментом для ефективного вирішення конфліктів, адже розуміння почуттів та емоцій іншого є запорукою конструктивного вирішення непорозумінь в парі, пошуку компромісів та можливості вирішення конфліктів, спираючись не на емоції, а на взаємоповагу, розуміння та бажання збереження стосунків.

Також, емпатія допомагає розвивати більш інтимні, близькі та глибокі стосунки між партнерами, адже емпатія по відношенню до іншого дозволяє йому відчувати себе важливим, відчувати підтримку, розуміння та знаходитись в

комфортному та безпечному середовищі, що призводить до того, що людина розслабляється, дозволяє собі бути справжнім, проявляти емоції не відчуваючи за них сором або провину, що робить стосунки глибокими та інтимними, адже саме така позиція є найбільш вразливою, що дозволяє партнерам відчувати повну довіру до іншого [25].

Проте, незважаючи на всі ці важливі моменти важливо розуміти, що для формування дійсно глибоких та здорових стосунків, емпатійне спілкування має бути у обох партнерів, щоб кожний міг відчувати себе безпечно та міг не соромитись власних почуттів.

Таким чином, емпатія в шлюбних стосунках відіграє вкрай важливу роль та є підґрунтям гармонійних, здорових та міцних стосунків, що сприяє задоволеності шлюбом і життям кожного з партнерів. Розвинена емпатія у обох партнерів в шлюбі гарантує більш міцні стосунки, допомагає у вирішенні конфліктів та напряду впливає на можливість збереження міцного та щасливого шлюбу протягом багатьох років.

1.3. Якість шлюбних стосунків: поняття та фактори, що на неї впливають

У сучасному світі проблема збереження шлюбних стосунків та дослідження сімейного благополуччя є досить важливою та актуальною, адже наразі через нестабільність економічної та політичної ситуації, повномасштабного вторгнення на територію України, падінням народжуваності та зменшенням бажання до законного шлюбу, партнерські стосунки переживають кризовий час.

Проте окрім негативних змін в соціальній структурі сучасної родини відбуваються також і позитивні зміни, що притаманні сучасному суспільству. По перше, це свобода у прийнятті рішення щодо можливості створення родини та можливості обирати партнера, вік та необхідність одруження, що є дуже важливою зміною у формуванні союзу, адже союз, що був створений за спільним бажанням та волевиявленням в більшій мірі може приносити задоволення та бути щасливим.

По друге – зміщення соціальних ролей в родині, що дозволяє партнерам однаково розвиватись знаходячись у стосунках.

І на останок – на сьогодні люди більш відповідально відносяться до створення родини, оскільки формують її з власного бажання, через що вважають родину досить високою цінністю та орієнтуються на її благополуччя [10].

Сучасні дослідження приводять до висновку, що сформована на виборі та добровільна родина, що сформувалась по взаємному бажанню та згоді частіше потерпають від конфліктів, адже пристосування до нової ролі може бути досить травматичним та людина починає обдумувати правильність свого вибору, а в сучасному світі, де людина не соромиться проживати власне життя, будувати кордони та відстоювати їх вона може прийняти рішення що не була готова до рішення про шлюб і його розірвати, не бажаючи зберігати стосунки та жертвувати чимось заради них.

Якість сімейних стосунків, їх міцність та гармонійність в більшості залежить від ряду факторів, як зовнішніх, де на якість стосунків напряму впливають економічні та політичні умови життя, соціальні норми, що закріплені в тому чи іншому суспільстві, турбота про спільних дітей або літніх родичів, так і внутрішніх, що вже формуються на основі внутрішньосімейних стосунків, образ, бачення спільного майбутнього, будування планів, самореалізації кожного з партнерів та особисті проблеми кожного окремого члена сім'ї [6].

Питання дослідження якості сімейних стосунків наразі є ключовим в психології сім'ї, адже сучасні шлюбні стосунки знаходяться в кризовому періоді, тому створення нових норм для дослідження і вивчення саме сучасних шлюбів, їх розуміння та вивчення дозволить розробити нові актуальні тренінги та основи для збереження та зміцнення союзів, що дасть сучасній українській родині шанс на відродження та появу нового соціального розуміння феномену родини, де панує повага, свідомість та свобода прийняття рішень.

Серед проблем сучасного етапу дослідження шлюбних стосунків наразі існують:

- Відсутність чіткого визначення поняття якості шлюбних стосунків;

- Відсутність диференціації по якості стосунків;
- Відсутність класифікації шлюбних стосунків за рівнем якості;
- Відсутність чіткого переліку факторів впливу на якість сімейних відносин;
- Проблематика актуальності досліджень в конкретних умовах кризи або економічних чи політичних змін [3].

1.4. Дослідження взаємозв'язку емпатії та якості шлюбних стосунків

На сьогодні, у такій складній життєвій ситуації, де масова діджиталізація та віддалений формат навчання, роботи та спілкування призводить до відчуття самотності, переживання покинутості та пустоти дуже важливо вивчати феномен емпатії в міжособистісному спілкуванні як можливості будувати більш глибокі та якісні стосунки з іншими.

Емпатія є чинником формування високих морально етичних якостей у людини, оскільки дозволяє бачити світ очима іншого і формувати свої реакції та поведінку виходячи з того, як це буде сприйнято іншою людиною, в той час коли людина не має навичок емпатії та не розуміє почуттів іншого, це приводить її до більш егоцентричних ідеалів, оскільки людина орієнтована на власний комфорт і суб'єктивне щастя. Повна відсутність емпатії також може свідчити про певні психічні порушення у індивіда та мати досить небезпечний характер взаємодії з іншими [7]. Саме тому для формування успішних та глибоких, емоційно наповнених стосунків між подружжям так важливо мати досить розвинену емпатію та розуміти одне одного.

Емпатія у подружжя має більш глибоких характер, аніж емпатія в класичному розумінні цього визначення, адже люди, що знаходяться в шлюбі добре знають одне одного, покладаються одне на одного та всеціло довіряють, що робить емпатію основним компонентом взаєморозуміння та почуття кохання в тому вигляді, яке ми розглядаємо як еталонний.

Проблема сучасного дослідження сімейних стосунків полягає у відсутності глибоко вивчення типології цих самих стосунків, відсутності класифікації стосунків за їх глибиною, ступенем довіри та взаємопорозуміння в стосунках та типі взаємодії, адже для вивчення та дослідження взаємозв'язку певних особистісних характеристик партнерів потрібно розуміти, з яким визначенням ідеального прикладу сімейних стосунків ми порівнюємо результати дослідження, так само, як і індивідуальний профіль подружньої пари не береться до уваги під час дослідження якості стосунків в родині [5].

О.В. Губко зазначала, що: «емпатія має істотний вплив на комунікацію та конфліктність у подружніх стосунках» [2]. Висновок з цього дослідження дав змогу визначити наявність взаємозв'язку між рівнем емпатії кожного з партнерів та рівнем взаємопорозуміння в стосунках, конструктивним вирішенням конфліктів та рівнем емоційної напруги в парі. При високому рівні емпатії у окремих партнерів, знаходячись в стосунках їм набагато легше розуміти одне одного, підтримувати, покращувати загальний емоційний клімат в родині та формувати близькі та глибокі стосунки, що відповідають за збереження високої якості стосунків в подружжі [3].

Т.В. Шевченко зазначив, що: «емпатія має істотний вплив на психологічну стійкість подружніх стосунків та знижує ризик розлучення. Рівень емпатії у партнерів має тенденцію знижуватися з роками спільного життя» [5].

На відміну від українських дослідників, зовсім протилежні висновки були в роботі американського науковця Roman Krznaric "The Empathy Paradox: When Understanding Others Hurts Your Relationships" (2014). З огляду на результати його дослідження, феномен емпатії не завжди ефективно впливає на якість шлюбних стосунків та може покращити їх тільки у випадку стосунків відкритого типу, адже високий рівень емоційності, емпатії та переживань можуть призвести до емоційного та психологічного виснаження, оскільки людина не може повністю розслабитись і постійно переживає почуття як свої, так і свого партнера, що також може призвести до втрати відчуття себе як окремої особистості, а розглядання себе тільки як частини родини або подружжя є дуже шкідливим для самореалізації та розуміння власних бажань та кордонів [37]. Саме тому на його думку найбільш важливим для

збереження високого показника якості шлюбних стосунків є пошук балансу між емпатією та самозбереженням.

Висновки до першого розділу

1. Емпатія передбачає можливість поставити себе на місце іншої людини, уявити, що вона переживає, її емоції та почуття, та враховувати їх у своїй реакції. Спілкування саме в такому ключі є найбільш продуктивним та ефективним; таке спілкування несе за собою міцні соціальні зв'язки та покращує відносини між людьми. У структурі емпатії було виділено емоційний, когнітивний та поведінковий компонент як складові загального розуміння феномену емпатії.

2. Було визначено, що якість сімейних стосунків, їх міцність та гармонійність здебільшого залежить від ряду факторів, як зовнішніх, де на якість стосунків напряму впливають економічні та політичні умови життя, соціальні норми, що закріплені в тому чи іншому суспільстві, турбота про спільних дітей або літніх родичів, так і внутрішніх, що вже формуються на основі внутрішньосімейних стосунків, образів, бачення спільного майбутнього, будування планів, самореалізації кожного з партнерів та особисті проблеми кожного окремого члена сім'ї.

3. Було визначено, що емпатія в шлюбних стосунках відіграє вкрай важливу роль та є підґрунтям гармонійних, здорових та міцних стосунків, що сприяє задоволеності шлюбом і життям кожного з партнерів. Розвинена емпатія в обох партнерів у шлюбі гарантує більш міцні стосунки, допомагає у вирішенні конфліктів та напряму впливає на можливість збереження міцного та щасливого шлюбу протягом багатьох років.

4. Було визначено, що проблема сучасного дослідження сімейних стосунків полягає у відсутності глибокого вивчення типології цих самих стосунків, відсутності класифікації стосунків за їх глибиною, ступенем довіри та взаємопорозуміння в стосунках та типі взаємодії. З аналізу джерел було визначено наявність взаємозв'язку між рівнем емпатії кожного з партнерів та рівнем взаємопорозуміння в стосунках, конструктивним вирішенням конфліктів та рівнем емоційної напруги в парі. При високому рівні емпатії для деяких партнерів, що знаходяться в стосунках, набагато легше розуміти одне одного, підтримувати, покращувати загальний емоційний клімат

в родині та формувати близькі та глибокі стосунки, що відповідають за збереження високої якості стосунків у подружжі.

РОЗДІЛ 2. ОПИС ПРОЦЕДУРИ ТА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМПАТІЇ ТА ЯКОСТІ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ В ПАРАХ ІЗ РІЗНИМ СТАЖЕМ ШЛЮБУ

2.1. Мета та завдання дослідження

Мета дослідження - дослідити взаємозв'язок емпатії та якості шлюбних стосунків в парах із різним стажем шлюбу.

Завдання дослідження:

- 1) Дослідити рівень емпатії шлюбних партнерів в парах з різним стажем шлюбу.
- 2) Визначити особливості якості шлюбних стосунків в парах з різним стажем шлюбу.
- 3) Визначити особливості взаємозв'язку емпатії та якості шлюбних стосунків в парах з різним стажем шлюбу.

2.2. Характеристика вибірки дослідження

Вибірка досліджуваних складається з 30 подружніх пар, що розподілені на дві основні групи за критерієм стажу у шлюбних стосунках.

До першої групи увійшли 15 подружніх пар, котрі знаходяться в зареєстрованому шлюбі до 2х років.

До другої групи увійшли 15 подружніх пар, котрі знаходяться в шлюбі більш ніж 5 років.

Важливо зазначити, що ми досліджували саме чоловіків та жінок – учасників цих подружніх пар. Загалом серед досліджуваних налічується 30 чоловіків та 30 жінок.

Вік досліджуваних першої групи від 23 до 28 років, тобто досліджувані мають вік ранньої зрілості. Середній вік жінок даної групи – 25, 2 роки, а середній вік чоловіків – 25,4 роки

Натомість вікові межі другої групи - 28 – 42 роки, відповідно зрілий вік. Середній вік жінок даної групи – 33,9 років, а чоловіків – 34,1 рік.

Досліджувані проживають у різних областях України, оскільки через воєнне положення та постійне проживання в прифронтній зоні мали змінити місце перебування на більш безпечне. Відповідно до цього ми проводили дослідження у режимі онлайн, після отримання відповіді на питання чи складають досліджувані шлюбну пару, який стаж шлюбу вони мають і отримання згоди від другого члена подружньої пари на проходження опитування.

Досліджувані члени пар є учасниками онлайн-спільноти в соціальних мережах Facebook та Instagram, що присвячена діяльності одного з медійних психологів України.

2.3. Опис методик та методів дослідження

Виконання поставлених завдань стає можливим за допомогою ряду обраних нами діагностичних опитувальників. Серед таких:

1. Багатофакторний опитувальник емпатії (Interpersonal Reactivity Index, IRI) Марк Девіс. Даний опитувальник описує багатокомпонентну структуру емпатії, що представлена автором. Він пропонує розглядати емпатію як багатокомпонентний продукт, підструктурні частини котрого, з одного боку, є взаємозалежними і описують з різних сторін особливості емоційного відгуку особистості, а з іншого боку ці структурні компоненти суттєво відрізняються один від одного.

В своїх роботах М. Девіс говорить що емпатія є реакцією на пережитий досвід іншої людини.

Даний опитувальник складається із 28 пунктів, котрі відповідають 4 основним шкалам дослідження, тобто чотирьом основним компонентам емпатії, що виділені автором:

- Шкала децентрація – дана шкала опитує, наскільки виражена у досліджуваного здатність до розуміння, сприйняття та урахування точки зору інших людей, з котрими поки взаємодіють, наскільки вони приймають досвід інших;

- Шкала фантазія – дана шкала відображає, наскільки досліджуваний може співпереживати героям художніх творів, книг, казок, фільмів, спектаклів, пісень тощо, тобто не реальних, а скоріше уявних осіб;

- Шкала емпатична турбота – дана шкала оцінює, якою мірою виражені почуття досліджуваного до інших людей та готовність переживати разом із ними як моменти несамовитого щастя, так і моменти жалоби, співчуття, наскільки досліджуваний при цьому готовий бути поруч та допомагати;

- Шкала емпатичний дистрес – дана шкала описує, наскільки досліджуваному доставляє дискомфорт та внутрішнього тиску момент міжособистісної взаємодії, в якому досліджуваному необхідно проявляти емпатію, підтримувати іншого і надавати емоційний відгук на їх переживання.

2. Опитувальник компонентів емпатії L. Batchelder et al. Даний опитувальник, на думку автора, відображає емпатію і як загальну здатність, і як суму окремих компонентів, що взаємопов'язані між собою.

Опитувальник складається із 27 питань, що містять у собі наступні п'ять діагностичних шкал

1) Когнітивна здатність – відображає вміння досліджуваних враховувати точку зору інших людей.

2) Когнітивне спонукання – відображає мотиваційний інтерес досліджуваних до проблем та переживань інших людей.

3) Афективна здатність – вміння розпізнавати емоції інших людей та бути чутливим до них, розподіляти із іншими ці переживання.

4) Афективне спонукання – схильність досліджуваних бути чутливим до переживань та емоцій інших людей, мотиваційна зацікавленість в цьому процесі.

5) Афективна реактивність – вміння досліджуваного адекватно та раціонально відреагувати на переживання інших людей.

3. Опитувальник типів мотиваційної регуляції в романтичних стосунках M. Blais et al. Даний опитувальник призначений для вивчення мотиваційної зацікавленості у стосунках досліджуваних подружніх пар.

Автор опитувальника розглядає мотиваційну регуляцію в рамках зовнішньої та внутрішньої мотивації. Простими словами, зовнішня мотивація, або амотивація, опитує особистість як таку, що не має розуміння чому вона вчиняє так чи інакше по відношенню до свого партнера. Натомість внутрішня мотивація, що знаходиться умовно на іншому полюсі континууму, вказує на те, що ті чи інші думки та дії в романтичних стосунках опосередковані цікавістю, задоволеністю від стосунків.

Опитувальник складається із 21 питання, котрі, у свою чергу, складають 6 діагностичних шкал:

Амотивація – шкала, що відображає відсутність зацікавленості та розуміння сенсу та сутності своїх вчинків в романтичних стосунках

Екстернальне регулювання - шкала, що відображає той тип мотивації, де поведінка досліджуваного в романтичних стосунках опосередкована страхом покарання або ж, навпаки, обіцянками про винагороду. Тобто можна сказати, що екстернальне регулювання позбавлене самодетермінації.

Ентропійоване регулювання - це тип мотивації, котрий в своїй основі має свод правил, переконань та вимог, котрі змушують особистість діяти тим чи іншим чином. В даному типі мотивації людина діє певний мином для запобігання почуття сорому, провини, або щоб отримувати підвищене почуття гідності.

Ідентифіковане регулювання – дана шкала передбачає, що досліджуваний вважає свої дії зрозумілими для себе та важливими. Тобто особистість діє не через зовнішній тиск чи внутрішні страхи, а за власним бажанням та покликом серця, вважаючи свою дії досить цінними в контексті романтичних стосунків.

Інтегрована регуляція – дана шкала відображає фактично повний перехід до внутрішньої мотивації у романтичних стосунках. Тобто людина за даним типом мотивації діє на основі власних внутрішніх переконань про емоційний комфорт у парі, про особистісний розвиток, котрий вона отримує в процесі цих стосунків, тобто говорить про загальне прийняття психологічного комфорту у відносинах.

4. Рівень задоволеності пар David Burns – даний опитувальник визначає загальний рівень задоволеності стосунками у досліджуваних подружніх пар. Даний опитуваний має експрес форму і складається всього з 7 питань, проте відображає задоволеність стосунками з різних аспектів –романтичними стосунками, сімейними стосунками, дружніми стосунками в парах.

5. Вимір романтичної прихильності, MIMARA K. Brennan , P. Shaver. Даний опитувальник представляє мультиструктуру компонентів прихильності, що в своєму поєднанні формують феномен романтичної прихильності.

Опитувальник складається із 70 питань, що формують наступні структурні компоненти романтичної прихильності, а саме:

— Шкала Фрустрація вказує на наявність негативних переживань в контексті романтичних стосунків.

— Шкала Прагнення зближення вказує на прагнення та готовність особистості до емоційної близькості з партнером.

— Шкала Самопідтримка вказує на рівень взаємозалежності у стосунках із партнером.

— Шкала Амбівалентність вказує на суперечливість емоційного ставлення до свого романтичного партнера.

— Шкала Довіра вказує на відкритість у відносинах із патнером.

— Шкала Ревнощі вказує на страх втрати партнера, і у свою чергу виникнення ревнощів через цей страх.

— Шкала «Чіпляння» за партнера вказує на відсутність чітко визначених особистісних кордонів у романтичних стосунках, прагнення до злиття.

Для статистичної обробки отриманих даних ми використовуємо наступні методи математичної статистики:

1. Описова статистика - розділ статистики, що дає змогу систематизувати отримані дані, проаналізувати середні показники,показники стандартного

відхилення, а також репрезентувати їх як діаграми та таблиці. Що роблять дані наочними.

2. Порівняльний аналіз за U-критерієм Манна-Уїтні – непараметричний критерій, що дає змогу порівняти результати дослідження кількох вибірок. В нашому випадку це порівняння результатів жінок із різним стажем шлюбних стосунків, в також порівняння результатів чоловіків, що мають різний стаж шлюбних стосунків.

3. Кореляційний аналіз за критерієм Спірмена – непараметричний критерій, що дозволяє знайти зв'язки між показниками емпатії та якості шлюбних стосунків у досліджуваних пар.

Висновки до другого розділу

1. Визначено мету та завдання, що полягають у дослідженні взаємозв'язку емпатії та якості шлюбних стосунків у парах із різним стажем шлюбу.

2. Охарактеризовано вибірку досліджуваних, що складається із 30 подружніх пар, що розподілені на дві основні групи за критерієм стажу в шлюбних стосунках: до першої групи ввійшли 15 подружніх пар, котрі знаходяться в зареєстрованому шлюбі до 2х років, а до другої групи ввійшли 15 подружніх пар, котрі знаходяться в шлюбі більш ніж 5 років.

3. Підібрано діагностичний інструментарій дослідження. Для дослідження емпатії використовуються багатофакторний опитувальник емпатії (Interpersonal Reactivity Index, IRI) Марк Девіс та опитувальник компонентів емпатії L. Batchelder et al. Для дослідження якості шлюбних стосунків використовуються опитувальник типів мотиваційної регуляції в романтичних стосунках M. Blais et al., опитувальник для визначення рівня задоволеності стосунками в парах David Burns та опитувальник виміру романтичної прихильності K. Brennan, P. Shaver.

4. Для статистичної обробки даних використовуватимуться дескриптивна статистика, порівняльний аналіз за критерієм Манна-Уїтні та кореляційний аналіз за критерієм Ч. Спірмена.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМПАТІЇ ТА ЯКОСТІ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ В ПАРАХ ІЗ РІЗНИМ СТАЖЕМ ШЛЮБУ

3.1. Дослідження емпатії подружніх пар із різним стажем шлюбу

На цьому етапі дослідження ми мали змогу проаналізувати особливості емпатії досліджуваних чоловіків та жінок, що складають пари із різним стажем шлюбу.

Результати дослідження за багатофакторним опитувальником емпатії представлені у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1.

Дослідження емпатії подружніх пар із різним стажем шлюбу

	Пари в шлюбі до 2 років			
	Жінки		Чоловіки	
	Середнє	Ст.відх.	Середнє	Ст.відх.
Децентрація	16,67	5,972	16,8	4,443
Фантазія	22,27	4,383	22,2	5,031
Емпатійна турбота	20	5,72	22,4	3,924
Емпатійний дистрес	10,8	2,077	9,8	1,935
	Пари в шлюбі більше 5 років			
	Жінки		Чоловіки	
	Середнє	Ст.відх.	Середнє	Ст.відх.
Децентрація	15,93	5,147	16,93	6,296
Фантазія	20,6	5,604	21,27	4,949
Емпатійна турбота	20,4	4,983	21,27	5,203
Емпатійний дистрес	10,2	1,781	10,13	2,1

Результати дослідження емпатії у чоловіків та жінок, які мають різний стаж шлюбних стосунків, показують наступні особливості емпатійного потенціалу досліджуваних.

Показники децентрації як компоненту емпатії є трохи вищим для жінок, котрі знаходяться у шлюбних стосунках не більше 2х років. Проте для чоловіків показник залишається на однаковому рівні незалежно від стажу шлюбу.

Ми припускаємо, що жінки, що складають більш молоді сім'ї та знаходяться на початку становлення шлюбних відносин більшою мірою виражена здатність приймати і враховувати думки інших для побудування більш гармонійних стосунків. Натомість для чоловіків даний показник є стабільним поза залежністю від стажу шлюбу, що говорить про сталу здатність до врахування думок своїх партнерок.

Показники за шкалою фантазії вказують на те, що чоловіки та жінки, що складають сімейні пари із меншим стажем шлюбу мають несуттєво, але все ж вищі показники, за пари, котрі перебувають у шлюбі більше 5 років.

Тобто ми можемо припустити, що молоді пари більше схильні до ідеалізації партнера, романтизації стосунків, беручи за основу улюблені історії із книг чи кінематографу. Проте з часом та із збільшенням стажу шлюбу, реальність стає більш очевидною, а отже і схильність до ідеалізації один одного може знижуватися.

Вищий рівень емпатійної турботи у чоловіків та жінок із меншим стажем шлюбу, на нашу думку, пов'язано із прагненням до побудування міцних шлюбних стосунків. З часом рівень турботи може несуттєво зменшуватись, проте залишатись високо розвиненою, тобто чоловіки та жінки із більшим стажем шлюбу прагнуть до піклування один про одного, проте цей рівень турботи вже переходить в категорію звичного та менш вимушеного.

Показники емоційного дистресу, у свою чергу, вказують на нижчий рівень вираженості у молодих пар, як у чоловіків, так і у жінок. На початкових етапах пари всіляко намагаються уникати конфліктів, зосереджуватись на спілкуванні, обговоренні проблем, переживання емоцій один одного та прийняття позицій один одного. У парах, котрі мають більший стаж шлюбних стосунків, рівень емоційного дистресу дещо зростає, що, як ми можемо припустити, може бути результатом більш тривалого спільного проживання, коли один з членів пари може відчувати дискомфорт або напруження у відповідь на труднощі іншого члена подружньої пари.

В загальному можна зазначити, що тривалість шлюбу може де в чому впливати на деякі з аспектів емпатії досліджуваних пар. Так більш молоді пари орієнтовані на прийняття один одного, переживання емоцій, аналіз та прийняття думок та точок зору. При цьому чоловіки та жінки із більшим стажем шлюбних стосунків мають дещо нижчі показники, що в свою чергу може говорити про більш сформовану адаптованість до сімейного життя та один до одного, де виразність деяких емоційних реакцій стає меншою.

За показниками емпатії, описаними вище, ми також провели порівняльний аналіз показників. Ми порівняли вираженість компонентів емпатії окрему у жінок, що мають різний стаж шлюбних стосунків, та окремо у досліджуваних чоловіків із різним стажем шлюбу. Результати порівняльного аналізу представлені у таблиці 3.2

Таблиця 3.2.

**Порівняльний аналіз показників емпатії у чоловіків та жінок
із різним стажем шлюбу**

	жінки <2 - жінки >5		чоловіки <2 - чоловіки >5	
	U	p	U	p
Децентрація	98,5	0,561	105,5	0,772
Фантазія	92,5	0,407	100	0,604
Емпатійна турбота	106	0,787	100,5	0,619
Емпатійний дистрес	90,5	0,361	102,5	0,678

За результатами порівняльного аналізу не було виявлено значимих показників відмінності ні в групі досліджуваних жінок, ні в групі досліджуваних чоловіків із різним стажем шлюбу. З огляду на отримані результати ми можемо зауважити, що як для членів молодих пар, так і більш досвідчених, характерний досить високий рівень сформованості компонентів емпатії. Проте для чоловіків та жінок із меншим стажем шлюбу, на нашу думку, більшою мірою характерна ідеалізація та романтизація стосунків, прагнення побудувати міцні відносини, засновані на компромісі, взаєморозуміння. Натомість для більш досвідчених пар така вираженість компонентів

емпатії є свідомством набутого досвіду та високої адаптації один до одного де надвисока емоційність може відходити на другий план.

Наступними ми проаналізуємо результати дослідження компонентів емпатії за опитувальником, сформованим дослідником L. Batchelder. Отримані результати дослідження продемонстровані в таблиці 3.3.

Таблиця 3.3.

Дослідження компонентів емпатії подружніх пар із різним стажем шлюбу

	Пари в шлюбі до 2 років			
	Жінки		Чоловіки	
	Середнє	Ст.відх.	Середнє	Ст.відх
Когнітивна емпатія	2,6	1,056	2,73	0,961
Афективна емпатія	2,33	1,047	2,33	1,291
Емпатійне спонування	2,47	1,125	1,93	0,961
	Пари в шлюбі більше 5 років			
	Жінки		Чоловіки	
	Середнє	Ст.відх.	Середнє	Ст.відх
Когнітивна емпатія	3,0	1,0	2,6	0,986
Афективна емпатія	2,47	1,187	2,33	1,113
Емпатійне спонування	2,33	1,234	2,0	1,134

Результати дослідження компонентів емпатії у чоловіків та жінок, які перебувають у шлюбі до 2 років і понад 5 років, показують певні особливості.

Когнітивна емпатія досліджуваних виражено фактично на однаковому, високому рівні. Досліджувані члени пар обох діагностичних груп мають доволі розвинену навичку враховувати точку зору своїх партнерів та інших людей, розуміти почуття та думки один одного. Такі результати можуть вказувати на те, що більш молоді пари схильні більшою мірою включатись один в одного, прагнуть краще зрозуміти партнера аби зміцнити стосунки. Натомість більш досвідчені пари можуть проявляти високий рівень когнітивної емпатії враховуючи багатий досвід спільного

вирішення проблем, а також наявної підвищеної здатності до взаєморозуміння, котра напрацьована в більш тривалих стосунках.

Афективна емпатія, у свою чергу, також виражена на доволі високому рівні в усіх досліджуваних групах. Висока афективна емпатійність у даному випадку може відображатись через прагнення зрозуміти та підтримати свого партнера. У молодих парах дана тенденція може бути обумовлена чутливістю до емоцій партнера на першочергових етапах побудування стосунків. Для більш досвідчених пар, що проживають у шлюбі більше п'яти років такі результати можуть бути свідомством посиленої емоційної прив'язаності та високого рівня здатності до розуміння партнера, що напрацьоване із часом.

Рівень емоційного спонукання виражений на високому рівні у досліджуваних жінок обох досліджуваних груп. Натомість чоловіки – представники обох досліджуваних груп мають виражений середній рівень даної здатності. Високі показники у жінок можуть свідчити про вищу характерну прив'язаність жінок та прагнення побудування міцного емоційного зв'язку, як на початкових етапах стосунків, так і у більш тривалих стосунках. Жінки, базуючись на емоційності, є більш підпорядковані саме переживанням. Натомість чоловіки також мають характерне прагнення до побудування емоційних зв'язків із своїми дружинами, проте проявляють нижчий рівень підпорядкованості емоційному стану. Проте загалом обидві групи досліджуваних схильні усвідомлювати важливість підтримки та розуміння партнера.

Таким чином за результатами дослідження ми можемо зазначити, що за всіма шкалами для двох груп досліджуваних притаманні високі показники. Проте аналізуючи середні показники, що представлені у таблиці, що для досліджуваних жінок характерним є несуттєве зростання показників когнітивної та афективної емпатії із тривалістю стосунків, що свідчить про розвиток здатності розуміти та підтримувати своїх чоловіків із плином часу. Натомість у досліджуваних чоловіків рівень когнітивної емпатії є дещо вищим на ранніх етапах стосунків, а емпатійне спонукання трохи зростає із більшою тривалістю стосунків, що вказує на те, що

чоловіки більш поступово усвідомлюють важливість уважності до потреб своїх партнерок.

Також у контексті даної методики нами було проаналізовано загальний показник емпатії досліджуваних членів подружніх пар. Результати представлені на рисунку 3.1.

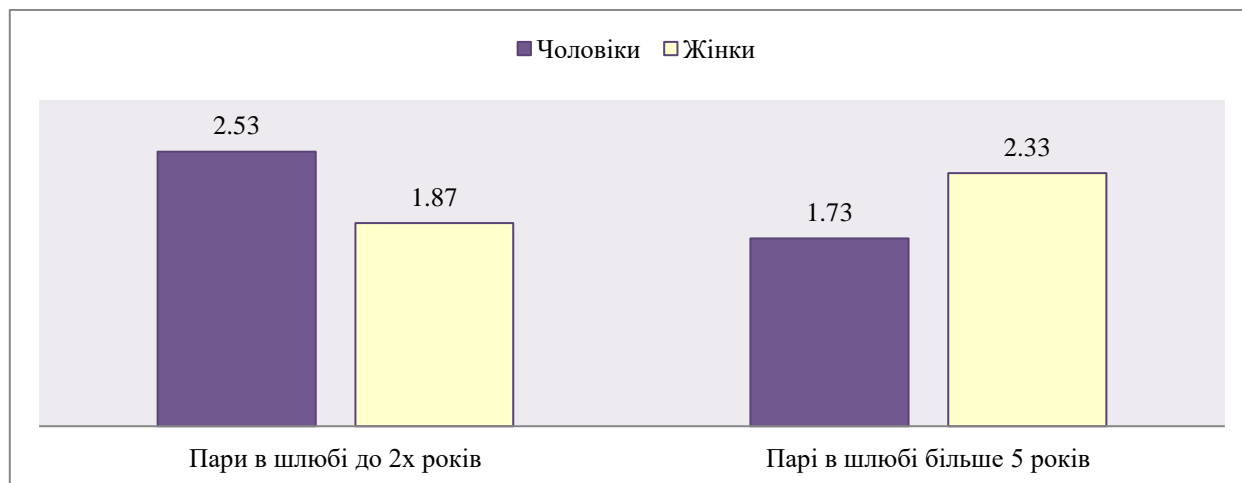


Рисунок 3.1. Загальний показник емпатії подружніх пар із різним стажем шлюбу

Результати дослідження загального показника емпатії у чоловіків та жінок, що перебувають у шлюбі до 2 років і більше 5 років, свідчать про певні відмінності в рівнях емпатії залежно від тривалості стосунків.

Щодо пар, що знаходяться у зареєстрованому шлюбі до 2 років, то ут ми можемо побачити, що загальний рівень емпатії є вищим серед чоловіків, у порівнянні із жінками даної групи.

Такі показники можуть свідчити про те, що на початкових етапах стосунків для чоловіків більш характерним є прояв емпатії, що дозволяє їм побудувати більш глибокий емоційний зв'язок із своїми партнерками. Вони є більш зацікавленими в процесі розуміння та підтримки партнера. Натомість жінки на ранніх етапах стосунків, на нашу думку, більш схильні передавати власні почуття та переживання партнеру, аніж цікавитись його емоційним станом та занурюватись у його переживання.

Щодо пар, що знаходяться у зареєстрованому шлюбі більше 5 років, то тут ми можемо побачити зворотню ситуацію – у даних парах емпатія є більш вираженою у

жінок, натомість чоловіки характеризуються нижчим рівнем. Тож із плином часу та збільшенням тривалості стосунків досліджуваним жінкам притаманно ставати більш емпатійними, розвивати здатність до розуміння патнера та більш глибоко встановлювати емоційні зв'язки.

Натомість у досліджуваних чоловіків, що мають більший досвід у подружніх стосунках, схильні ставати менш емоційними з прилом часу, а менша акцентованість на власних емоціях, у свою чергу, має вплив і на розуміння емоцій інших, в частності власних дружин.

Таким чином за результатами дослідження загального рівні емпатії у досліджуваних пар із різним стажем шлюбу встановлено, що у чоловіків рівень емпатії знижується з тривалістю стосунків, тоді як у жінок, навпаки, зростає. Це може відображати різні тенденції в підходах до стосунків у чоловіків і жінок. Чоловіки більше орієнтуються на свою емоційність та прояв емоцій у партнера на ранніх етапах стосунків, тоді як жінки приходять до розуміння та глибинного співпереживання партнеру з набуттям досвіду.

Результати порівняльного аналізу для окреслених компонентів емпатії, а також загального показника емпатії представлені у таблиці 3.4.

Таблиця 3.4.

Порівняльний аналіз показників компонентів емпатії у чоловіків та жінок із різним стажем шлюбу

	жінки <2 - жінки >5		чоловіки <2 - чоловіки >5	
	U	p	U	p
Загальний показник емпатії	63*	0,04	0*	0,008
Когнітивна емпатія	87	0,29	18	0,594
Афективна емпатія	105,5	0,772	13	0,26
Емпатійне спонукання	105	0,756	20	0,767

Примітка: *-достовірність відмінностей при $p \leq 0,05$

За результатами порівняльного аналізу було визначено, що загальний рівень емпатії серед жінок є вищим у жінок, котрі знаходяться в шлюбі більше 5 років.

Такі результати можуть бути опосередковані тим, що жінки в більш тривалих стосунках краще розуміють свого партнера, його потреби і почуття в урахуванням доволі багатого досвіду сумісного проживання. Глибше розуміння та емоційні близькість дозволяють жінкам розвивати власні емпатійні навички, оскільки вона перебувають в більш комфортних та впевнених стосунках.

Також можна припустити, що причиною вищій результатів в даній групі може бути наявне відчуття відповідальності не лише за себе, а і за емоційний комфорт партнера. Саме тому вони більшою мірою враховують його почуття та переживання, що є основою емпатійності.

Натомість на більш ранньому етапі стосунків жінки можуть лише адаптуватись до партнера, фокусуватись на формуванні емоційного зв'язку, пошуку спільних інтересів тощо. В такому руслі рівень емпатії ще знаходиться на етапі розвитку та не досяг свого найвищого потенціалу, оскільки жінки ще тільки вивчають свого партнера у контексті більш близьких, сімейних стосунків, вчать ся сприймати та розуміти його.

До того ж на першочергових етапах подружнього життя для жінок характерним є домінування більш романтизованого погляду на стосунки, певний рівень захопленості партнером. Такі прояви можуть частково «відволікати» від глибокої емпатії, яка більше проявляється, коли партнери вже знайомі з сильними та слабкими сторонами один одного.

Також за результатами порівняльного аналізу було виявлено, що досліджувані чоловіки, котрі знаходяться у шлюбі менше двох років мають вищий рівень емпатії за чоловіків, котрі складають більш досвідчені шлюбні пари. Тобто в даному випадку ситуація є зворотною.

На ранніх етапах чоловіки докладають більших зусиль, аби всеціло дізнатись всі сторони особистості власної патнерки, побудувати більш глибокий емоційний зв'язок. Вони більше зацікавлені в задоволенні потреб своїх партнерок, прагнуть

завоювати їхню довіру, всеціло включаючись в їхні переживання. Це, в свою чергу, природно підвищує емпатійність чоловіків.

У шлюбах, що тривають більше 5 років, чоловіки почувають більш комфортно і стабільно, в свою чергу вже не докладають значної кількості зусиль, вважаючи, що емоційний контакт вже є стабільно сформованим. Це опосередковує меншою мірою проявляти емпатійність до своїх партнерок, оскільки в них є відсутньою необхідність підтримувати вже «завойовану» довіру.

Отже, відмінності в рівнях емпатії у чоловіків і жінок із різним стажем шлюбу може бути обумовлена адаптаційними механізмами та зміною фокусу уваги.

У наступному підрозділі нами будуть проаналізовані результати дослідження якості шлюбних стосунків у досліджуваних пар, що мають різний стаж шлюбу.

3.2. Дослідження особливостей якості шлюбних стосунків в парах із різним стажем шлюбу

У даному підрозділі ми проаналізуємо особливості якості шлюбних стосунків у досліджуваних парах із різним стажем шлюбу. Показниками якості шлюбних стосунків у нашому дослідженні є мотиваційна регуляція в романтичних стосунках, задоволеність стосунками, а також романтична прихильність.

Першими ми проаналізуємо особливості мотиваційної регуляції у стосунках досліджуваних чоловіків та жінок, що складають подружні пари із різним стажем шлюбу. Результати дослідження для подружніх пар представлені у таблиці 3.5.

Таблиця 3.5.

Дослідження мотиваційної регуляції у романтичних стосунках у парах із різним стажем шлюбу

	Пари в шлюбі до 2 років			
	Жінки		Чоловіки	
	Середнє	Ст.відх.	Середнє	Ст.відх.
Амотивація	3,4	1,957	2,8	1,656

Екстернальна	4,67	1,759	4,2	2,042
Ентропійована	4,47	2,1	3,67	1,952
Ідентифікована	5,33	1,589	4	1,964
Інтегрована	4,53	2,386	3,8	2,336
Внутрішня	4,87	2,134	3,6	2,197
	Пари в шлюбі більше 5 років			
	Жінки		Чоловіки	
	Середнє	Ст.відх.	Середнє	Ст.відх
Амотивація	3,67	1,676	4,8	2,178
Екстернальна	4,27	1,944	4,4	1,957
Ентропійована	3,33	2,059	4,07	1,624
Ідентифікована	3,73	1,792	3,47	2,1
Інтегрована	3,13	1,727	4	2,236
Внутрішня	4,33	2,35	3,53	2,386

Результати дослідження за шкалою амотивації для всіх досліджуваних, як чоловіків так і жінок із різним стажем шлюбу, характерним є середній рівень вираженості. Дані результати можуть свідчити про внутрішнє відчуття звикання та стабільності або втрати новизни стосунків. Також це може бути свідченням зниження активної участі у стосунках через побутову рутину або втрату стимулу через стабільність у стосунках.

Екстернальна мотивація досліджуваних обох діагностичних груп також виражена на середньому рівні, що вказує на те, що і чоловіки і жінки, що перебувають у стосунках із різним стажем підпадають під вплив зовнішніх чинників. Такими чинниками частіше за все виступають очікування партнера щодо поведінки та мотивації у стосунках, а також ряд суспільних очікувань щодо ролі чоловіка та жінки у відносинах, моделей поведінки, типів реагування на ті чи інші ситуації тощо..

Результати за шкалою ентропійованої мотивації вказують на те, що всі досліджувані відрізняються загальним відчуттям внутрішнього обов'язку

підтримувати стосунки, проте на зниження показників може впливати відчуття цього процесу як формальності, або ж страху втратити стосунки чи уникнути розчарувань у стосунках.

Ідентифікована мотивація є більш високо вираженою у чоловіків та жінок, котрі перебувають у шлюбі до двох років. Такі результати можуть бути опосередковані тим, що на ранніх етапах жінки та чоловіки більше цінують стосунки, вбачають у них важливі особисті цілі, натомість зі збільшенням стажу стосунків вони дедалі більше сприймаються стабільними, відчуття унікальності та цінності може поступово згасати, а самі стосунки сприйматись як даність, котра вже не має попереднього запалу.

Інтегрована мотивація у випадку із усіма групами досліджуваних виражена на середньому рівні. Тобто можна вважати, що і чоловіки і жінки, що мають різний досвід у подружніх стосунках, схильні вважати, що шлюбні стосунки підтримують їх у досягненні важливих особистісних цілей, проте головним фактором їхніх досягнень є прикладення власних зусиль, прояв власних навичок та знань, що допомагає їм особистісно розвиватись.

Внутрішня мотивація також виражена в обох групах досліджуваних на середньому рівні. Це свідчить про загальну задоволеність партнерськими стосунками, захопленість партнерами, проте відчуття звикання та достатньо прагматичний підхід не дозволяють їм зануритись в відносини «з головою», а і усвідомлювати себе. Власні особисті кордони, прагнення та потреби.

Результати порівняльного аналізу за типами регуляції у романтичних стосунках представлені нами в таблиці 3.6.

Таблиця 3.6.

Порівняльний аналіз показників мотиваційної регуляції у романтичних стосунках у чоловіків та жінок із різним стажем шлюбу

	жінки <2 - жінки >5		чоловіки <2 - чоловіки >5		пари <2 - пари >5	
	U	p	U	p	U	p
Амотивація	99	0,576	12,5	0,236	300*	0,03
Екстернальна	101	0,633	12,5	0,236	443	0,92
Ентроційована	76,5	0,135	13,5	0,286	410	0,55
Ідентифікована	57*	0,021	22	0,953	309*	0,04
Інтегрована	72,5	0,097	14	0,314	389	0,37
Внутрішня	99	0,576	13,5	0,286	421	0,67

Примітка: *-достовірність відмінностей при $p \leq 0,05$

За результатами порівняльного аналізу було виявлено, що у жінок, які перебувають у шлюбі до 2 років наявний вищий рівень ідентифікованої мотивації у порівнянні з тими жінками, які перебувають у шлюбі понад 5 років. Такі результати свідчать про те, що жінки на більш ранніх етапах подружніх стосунків більшою мірою захоплені партнерами, відповідно відчувають більшу значимість своїх дій у стосунках. Окрім цього вони є більшою мірою впевненими в тому, що необхідно вкладати певні зусилля в стосунки, щоб створити міцну та стабільну основу для майбутнього.

Натомість з плином часу, коли стосунки стають більш стабільними та передбачуваними, жінки можуть втрачати відчуття високого значення стосунків в контексті їхнього особистісного розвитку. Таким чином жінки, що перебувають у шлюбі більше п'яти років, меншою мірою розглядають свої стосунки як джерело значущих змін чи досягнення нових цілей, адже частину цих цілей уже досягнуто.

Порівнюючи загальні показники чоловіків та жінок, що складають пари із різним стажем шлюбу також було виявлено, що члени подружніх пар, що мають

вищий стаж шлюбу мають вищі показники за такими типами як амотивація та ідентифікована мотивація. Дані результати можуть свідчити про більш характерне для пар із більшим стажем шлюбу не зацікавлення в нових сторонах розвитку стосунків, проте водночас розуміння себе в контексті цих стосунків, розуміння своєї ролі.

Наступними нами були проаналізовані результати дослідження рівня задоволеності стосунками у подружніх парах. Результати представлені на рисунку 3.2.

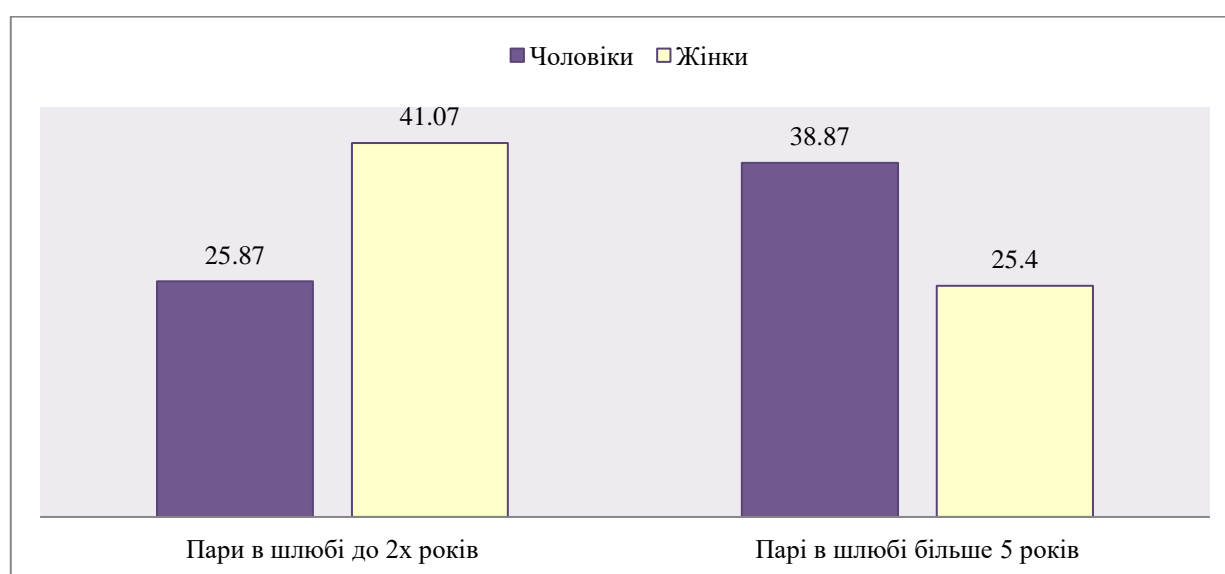


Рис.3.2. Дослідження задоволеності стосунками у парах із різним стажем шлюбу

За результатами, що наочно представлені на рисунку ми можемо побачити, що для досліджуваних пар, що перебувають у шлюбі до двох років, жінкам характерний більший рівень задоволеності шлюбом, натомість для досліджуваних більш досвідчених пар, більш високими показниками задоволеності відрізняються чоловіки.

Для більш детального аналізу отриманих результатів нами також було проведено порівняльний аналіз показників. Результати порівняльного аналізу за показниками задоволеності стосунками у чоловіків та жінок із різним стажем шлюбних відносин представлені нами у таблиці 3.7.

Таблиця 3.7.

Порівняльний аналіз показників задоволеності стосунками у чоловіків та жінок із різним стажем шлюбу

	жінки <2 - жінки >5		чоловіки <2 - чоловіки >5		пари <2 - пари >5	
	U	p	U	p	U	p
Задоволеність стосунками	20*	0,001	0*	0,008	90*	0,00

Примітка: *-достовірність відмінностей при $p \leq 0,05$

Таким чином за результатами порівняльного аналізу ми можемо говорити про наступні закономірності.

За результатами дослідження визначено, що в парах, котрі разом у зареєстрованому шлюбі до 2х років чоловіки мають середній бал задоволеності, натомість жінки мають значно вищий показник, що говорить про високу задоволеність власними подружніми стосунками.

Щодо досліджуваних пар, що проживають у зареєстрованому шлюбі більше 5 років, ситуація є зворотною – чоловіки мають суттєво вищий рівень задоволеності стосунками, натомість рівень жінок є меншим.

Такі результати є свідомством того, що задоволеність стосунками у чоловіків розвивається із плином часу – на початкових етапах вони ще адаптуються до сумісного подружнього життя, знаходять компроміси із своїми дружинами, можуть уступати їм в тиз значимих речах, в котрих погляди є неузгодженими. Така відсутність фактичного відчуття свободи може знижувати рівень задоволеності шлюбу. Проте із плином часу, коли відносини стають більш стабільними, вже напрацьовані певні патерни сімейного життя, котрі задовольняють потреби та потяги чоловіків, вони починають більшою мірою цінувати стосунки, і, відповідно, стають більш задоволеними ним.

У жінок, навпаки, задоволеність стосунками вища на ранніх етапах, коли жінки схильні романтизувати та емоційно забарвлювати все, що відбувається із ними. Новий статус «дружини» викликає у них більше емоційного захоплення, відповідно

до цього і задоволеність стосунками стає вищою. З плином часу жінки починають відчувати більшу стабільність, їхня емоційність послаблюється, романтизованість знижується, стосунки стають більш передбачуваними, відповідно це послаблює рівень задоволеності стосунками, оскільки емоційна природа жінок прагне до досягнення новизни, нових відчуттів та вражень.

Отже, отримані дані вказують на наявність закономірності, за котрої чоловіки, із досягненням стабільності та певного роду очікуваності у стосунках підвищують рівень задоволеності ними, проте жінки, втрачаючи відчуття романтизації і неочікуваності схильні знижувати рівень задоволеності власне через те, що стосунки стають більш передбачуваними.

Порівнюючи результати порівняльного аналізу власне для пар із різним стажем шлюбу було виявлено значущі показники відмінності.

За даними дослідження виявлено, що більш задоволеними стосунками у загальному більш задоволені стосунками є пари із меншим стажем шлюбу, що може бути пояснено високою зацікавленістю в стосунках, етапом переживання становлення стосунків, більшою емоційністю у відносинах. Натомість для більш досвідчених пар характерний нижчий показник, що є свідомством не достатньої задоволеності чоловіками та жінками відчуттям передбачуваності у стосунках.

Останніми нами були проаналізовані особливості романтичної прихильності досліджуваних чоловіків та жінок, що складають пари із різним стажем шлюбу. Результати представлені у таблиці 3.8.

Таблиця 3.8.

**Дослідження особливостей романтичної прихильності у парах
із різним стажем шлюбу**

	Пари в шлюбі до 2 років			
	Жінки		Чоловіки	
	Середнє	Ст.відх.	Середнє	Ст.відх.
Фрустрація	2,27	1,1	2,27	0,961
Прагнення до зближення	5,4	0,986	5,6	1,242

Самопідтримка	2,8	1,474	3,27	1,534
Амбівалентність	4,27	1,534	3,8	2,21
Довіра	3,27	1,751	4,13	2,066
Ревнощі	4,67	2,059	3,8	1,699
Чіпляння за партнера	4,2	2,007	3,6	1,765
	Пари в шлюбі більше 5 років			
	Жінки		Чоловіки	
	Середнє	Ст.відх.	Середнє	Ст.відх
Фрустрація	2,8	0,862	1,87	1,06
Прагнення до зближення	4,13	2,134	4,53	1,846
Самопідтримка	2,2	1,373	2,67	1,543
Амбівалентність	4,27	2,404	3,4	1,844
Довіра	5,27	1,28	4,67	1,397
Ревнощі	3,93	1,486	3,67	1,952
Чіпляння за партнера	5,07	1,1	4,93	1,163

Шкала фрустрації вказує на низькі результати для всіх досліджуваних обох діагностичних груп, що вказує на те, що і жінкам і чоловікам не притаманна замкненість, відчуття безвихідності. Тобто свідчить про відчуття внутрішнього психологічного комфорту, як особистісного, так і в контексті наявних подружніх стосунків.

Більш високим прагненням до зближення відрізняються досліджувані чоловіки та жінки, що мають менший досвід подружніх стосунків. Даний показник свідчить про більш високу емоційну інтенсивність та готовність до емоційної близькості у більш молодих парах. Натомість дана тенденція може знижуватись із плином часу та набуттям більшого досвіду у стосунках, коли вони стають стабільними та зрозумілими, а пари високо адаптованими один до одного.

Самопідтримка досліджуваних чоловіків та жінок обох діагностичних груп виражена на середньому рівні. Ми можемо говорити про прагнення чоловіків та жінок

зберігати баланс між взаємозалежністю та автономією, тобто бути включеними в стосунки, сприйматись як одне ціле, проте не втрачати в цьому власної ідентичності.

Амбівалентність у досліджуваних обох діагностичних груп також виражена на середньому рівні. Це свідчить про те, що для пар характерна халишкова невпевненість, що може з'являтися під дією стресових факторів, що пов'язані із стосунками, проте і чоловіки і жінки намагаються зробити більший акцент на позитивних сторонах відносин, взаємопідтримці та довірі.

Довіра є більш вираженою у більш тривалих стосунках, що є свідомством стабільності, взаєморозумінні, підвищеної впевненості в партнері. Натомість для молодих пар, що лише адаптуються один до одного рівень довіри є трохи нижчим, адже наразі вони знаходяться на етапі активного будівництва міцних довірливих стосунків.

Схильність до ревності виражена в обох досліджуваних групах на середньому рівні. На нашу думку, такі результати вказують саме на страх бути покинутим, при цьому пари розуміють силу та міцність власних стосунків. Тривала емоційна прив'язаність може виступати як позитивним фактором, що діє чоловікам та жінкам відчуття теплоти та любові, а може також і виступати негативним фактором, що провокує ревності та страх втратити свого партнера, страх розчарування та розриву.

В свою чергу «чіпляння» за партнера є більш високо вираженим у досліджуваних чоловіків та жінок, що складають шлюбні пари із стажем шлюбу більше п'яти років. На нашу думку на такий результат можуть впливати висока тривалість стосунків та відчуття взаємозалежності один від одного, що може бути свідомством деякої психологічної злитості, що посилюється з роками. В такому випадку чоловіки та жінки схильні все більше прив'язуватись до партнера, прагнути проводити якомога більше часу разом, знаходити спільні хобі. З одного боку спільність у стосунках є позитивним явищем, що вказує на близькість партнерів, а з іншого боку в таких умовно «симбіотичних» стосунках кожен із партнерів втрачає здатність до самоідентифікації та автономії.

Результати порівняльного аналізу за особливостями романтичної прихильності представлені нами у таблиці 3.9.

Таблиця 3.9

Порівняльний аналіз показників романтичної прихильності у чоловіків та жінок із різним стажем шлюбу

	жінки <2 - жінки >5		чоловіки <2 - чоловіки >5		пари <2 - пари >5	
	U	p	U	p	U	p
Фрустрація	81	0,191	0*	0,008	435	0,824
Прагнення до зближення	75	0,12	0*	0,008	293*	0,020
Самопідтримка	86,5	0,281	5,5*	0,044	348	0,132
Амбівалентність	111	0,95	14	0,314	424	0,701
Довіра	39,5*	0,002	9	0,11	273,5*	0,009
Ревнощі	90,5	0,361	18,5	0,636	395,5	0,420
Чіпляння за партнера	83,5	0,229	22	0,953	273*	0,009

Примітка: *-достовірність відмінностей при $p \leq 0,05$

За результатами порівняльного аналізу ми виявили, що досліджувані жінки, що знаходяться в зареєстрованому шлюбі більше 5 років мають вищий рівень довіри до свого партнера у порівнянні із жінками, що мають шлюб до 2х років. Такі результати можуть пояснюватись тим, що більший досвід шлюбних стосунків та відповідно більша кількість пережитих сумісних складнощів та позитивних моментів, зміцнюють взаємопідтримку та взаєморозуміння та сприяють більшій схильності довіряти своєму партнеру, відчувати пару як надійну команду, а свого партнера сприймати людиною, на котру можна покластись навіть у найтяжчі моменти життя.

Виявлено, що чоловіки, котрі в шлюбі до 2х років мають вищий рівень фрустрації у порівнянні із чоловіками, що знаходяться у зареєстрованих відносинах більше 5 років. Такі результати можуть свідчити про те. Що чоловіки, котрі лише починають шлях «сім'янина» стикаються з більшим рівнем психологічного тиску, що

пов'язаний із перебудуванням життєвого устрою від одиночного до сімейного. Натомість чоловіки, що мають більший досвід у стосунках, є більш адаптованими до сімейних відносин, побутових моментів, що надає їм відчуття більшого психологічного комфорту.

Також визначено, що чоловіки, котрі в шлюбі до 2х років мають вище прагнення до зближення у порівнянні із чоловіками, що знаходяться у зареєстрованих відносинах більше 5 років. Такі результати пояснюються вищими прагненням до включеності в емоційний контекст, спільних проблем та переживань на ранніх етапах відносин. Саме таким чином чоловіки укорінюють емоційний зв'язок із молодими дружинами, прагнучи створити міцну сімейну ланку. Натомість чоловіки, що мають більший досвід у шлюбних стосунках, навпаки, прагнуть більшої автономії.

Також було виявлено, що чоловіки, котрі в шлюбі до 2х років мають вищий рівень самопідтримки у порівнянні із чоловіками, що знаходяться у зареєстрованих відносинах більше 5 років. Такі результати можуть пояснюватись тим, що на початкових етапах стосунків чоловіки ще інтегруються у роль «чоловіка» у подружніх стосунках, таким чином залишаючи за собою схильність до самопідтримки. Натомість у більш тривалих шлюбних стосунках рівень самопідтримки суттєво знижується, змінюючись відчуттям взаємозалежності від партнера та сприйняття пари як одного цілого.

За результатами порівняння показників пар із різним стажем шлюбних стосунків було виявлено, що пари, котрі мають менший стаж шлюбу характеризуються вищими показниками прагнення до зближення та «чіплянням» за партнера, що опосередковане прагненням встановити якомога міцніші емоційні зв'язки один із одним, що в свою чергу призводить до деякої взаємозалежності.

Натомість пари із більшим стажем шлюбу (більше 5 років) мають вищі показники у показниках довіри. Такі показники характеризують подружжя із більшим шлюбним досвідом як команду, в котрій вони можуть не лише мати спільний побут, а і довірити один одному внутрішні тривоги, переживання, при цьому не боятись взаємних засуджень.

У наступному підрозділі ми проаналізуємо зв'язки між емпатією та компонентами якості шлюбних стосунків у досліджуваних чоловіків та жінок, що складають подружні пари із різним стажем шлюбу.

3.3. Взаємозв'язок емпатії та якості шлюбних стосунків в парах з різним стажем шлюбу

На останньому етапі дослідженнями аналізуємо взаємозв'язки між емпатією та якістю шлюбних стосунків у досліджуваних пар.

Ми проаналізували взаємозв'язки між загальним рівнем вираженості емпатії та різними структурними компонентами якості шлюбних стосунків в досліджуваних парах. Результати дослідження представлені в таблиці 3.10.

Таблиця 3.10

Взаємозв'язок між емпатією та компонентами якості шлюбних стосунків у подружніх пар із різним стажем шлюбу

	Загальний показник емпатії			
	Пари в шлюбі до 2 років		Пари в шлюбі більше 5 років	
	Жінки	Чоловіки	Жінки	Чоловіки
Амотивація	0,27	-0,24	-0,14	0,38*
Екстернальна	-0,05	-0,09	0,26	0,33*
Ентроїційована	0,1	0,20	0,16	0,03
Ідентифікована	0,31*	-0,04	-0,29	-0,29
Інтегрована	0,22	0,33*	-0,50*	0,63*
Внутрішня	0,25	0,04	-0,55*	-0,29
Задоволеність відносинами	0,01	-0,49*	0,11	0,01
Фрустрація	0,24	0,19	-0,33*	-0,44*
Прагнення до зближення	0,33*	-0,45*	-0,36*	-0,20

Самопідтримка	0,3*	-0,07	0,65*	0,53*
Амбівалентність	-0,4*	0,25	-0,04	-0,07
Довіра	0,23	0,15	0,16	-0,29
Ревнощі	-0,34*	0,37*	-0,02	-0,44*
Чіпляння за партнера	0,32*	-0,20	-0,16	0,24

Примітка: *-значимість зв'язків при $p \leq 0,05$

За результатами кореляційного аналізу між загальним показником емпатії та факторами якості шлюбних стосунків у досліджуваних пар визначені наступні статистично значимі зв'язки.

Існує прямий зв'язок між амотивацією та загальним рівнем емпатії у чоловіків, що складають пари у шлюбі більше 5 років ($r = 0,38$). Висока включеність у емоційну сферу своїх партнерок та вияв більшого співчуття пов'язаний із відсутністю прагнення чоловіків бути включеними в подружні дії та вирішення спільних проблем. Такі результати можуть бути свідченням відчуття емоційного виснаження через постійне емоційне включення у стосунки

Також існує зв'язок між екстернальною мотивацією та емпатією у чоловіки у шлюбі більше 5 років ($r = 0,33$). Такий зв'язок говорить про те, що високий емоційний зв'язок та включеність в переживання своєї партнерки пов'язаний із прагненням більшою мірою покладатися на зовнішні стимули, такі як схвалення з боку партнера або соціальний тиск.

Виявлено зв'язки між показниками ідентифікованої мотивації та емпатії у досліджуваних жінок у шлюбі до 2 . Прямий зв'язок ($r = 0,31$), може говорити про те, що емпатія жінок проявляється у прагненні підтримувати партнера у процесі досягнення ним власних цілей та потягів.

Існує зв'язок між емпатією та показниками інтегрованої мотивації. Для чоловіків у шлюбі до 2 років ($r = 0,33$) та більше 5 років ($r = 0,63$) позитивна кореляція вказує на те, що більший прояв емпатії пов'язаний із прагненням приймати переживання та проблеми партнера як свої власні і, відповідно, приходити до спільного рішення цих проблем.

Для жінок, котрі мають стаж шлюбу більше 5 років також існує зв'язок між емпатією та внутрішньою мотивацією ($r = -0,55$). Тобто жінки, котрим характерна висока емпатійність з часом починають відчувати вигорання через надмірну емоційну включеність у стосунки.

Існує зв'язок між загальним рівнем емпатії та загальним рівнем задоволеності стосунками у групі чоловіків, що мають стаж шлюбу до 2 років ($r = -0,49$). Тобто більша включеність в емоційну сферу партнерок, переживання із ними внутрішніх тривог та радощів, та високий рівень очікувань від таких емоційно наповнених стосунків можуть знижувати рівень задоволеності у випадках, коли ці очікування не виправдовуються.

Жінки та чоловіки у шлюбі більше 5 років ($r = -0,33$ та $r = -0,44$ відповідно) мають зв'язок фрустрації та емпатії. Такі результати свідчать про те. Що висока емпатійність дає можливість досліджуваним відчувати себе більш комфортно та розкуто як в стосунках так і у приватному житті.

Також виявлений зв'язок між емпатією та прагненням до зближення. Позитивний зв'язок у жінок, що мають стаж шлюбу до 2 років ($r = 0,33$) говорить про те, що високий рівень емпатійності дає досліджуваним жінкам відчуття прихильності до свого партнера і тим самим провокувати прагнення бути емоційно ближчими до нього. Натомість негативний зв'язок у групі жінок зі стажем шлюбу більше 5 років ($r = -0,36$) вказує на те, що надмірна включеність в емоційні переживання партнера зумовлює прагнення до автономії та зниження емоційного контакту.

Існують позитивні взаємозв'язки між показниками емпатії та само підтримки у групі жінок, що мають стаж шлюбу до 2 років ($r = 0,30$), а також у жінок та чоловіків у шлюбі більше 5 років ($r = 0,65$ та $r = 0,53$ відповідно). В даному випадку кореляції свідчать про те, що більш висока емпатійність досліджуваних зумовлює більш виражену внутрішню емоційну стійкість.

Визначено зв'язок між амбівалентністю та емпатією у жінок, що мають стаж шлюбу до двох років ($r = -0,4$). В даному випадку зв'язок говорить про те, що вища емпатійність у жінок зумовлює прагнення бути включеними до стосунків та мати впевненість у відносинах.

Виявлено зв'язки між емпатією та показниками ревнощів у досліджуваних. Зворотній зв'язок у групах жінок, котрі мають стаж шлюбу менше двох років ($r = -0,34$) та чоловіків, що мають стаж шлюбу більше 5 років ($r = -0,44$) говорить про те, що вищий прояв емпатії дає змогу досліджуваним чоловікам та жінкам більшу впевненість та зменшити відчуття страху бути зрадженими та покинутими. Натомість позитивний зв'язок у групі чоловіків, що мають стаж шлюбу менше 2 років ($r = 0,37$) вказує на те, що емпатійність може проявлятися у чутливості чоловіків, їхній підозрілості, що в свою чергу пов'язане із вищим проявом відчуття страху та ревнощів.

Також виявлено, що для жінок, що мають менший стаж шлюбу характерним є зв'язок між емпатією та чіплянням за партнера ($r = 0,32$), тобто висока емпатійність та співпереживання пов'язують жінок із власними партнерами, що говорить не тільки про високу емоційну залученість, але і деяку залежність.

Таким чином результати аналізу свідчать, що емпатійні характеристики відіграють важливу роль у якості шлюбних стосунків, незалежно від тривалості шлюбу. Емпатія відіграє роль фактора взаєморозуміння та емоційної близькості, а також опосередковує прагнення чоловіків та жінок підтримувати баланс між емоційною чутливістю та самопідтримкою.

Також ми проаналізували наявні взаємозв'язки між загальним рівнем задоволеності стосунками, що складає основу якісних шлюбних відносин, та структурними компонентами емпатії у досліджуваних пар, що мають різний стаж шлюбу. Результати кореляційного аналізу ми представили у таблиці 3.11.

Таблиця 3.11.

Взаємозв'язок між задоволеністю стосунками та компонентами емпатії у подружніх пар із різним стажем шлюбу

	Задоволеність відносинами			
	Пари в шлюбі до 2 років		Пари в шлюбі більше 5 років	
	Жінки	Чоловіки	Жінки	Чоловіки
Децентрація	-0,11	-0,23	0,09	-0,18
Фантазія	-0,33*	-0,27	0,01	-0,41*
Емоційне турбування	0,31*	-0,4*	-0,12	-0,16
Емоційний дистерс	0,1	0	-0,33*	0,04
Когнітивна емпатія	0	0,19	-0,17	0,53*
Афективна емпатія	0,77*	0,34*	-0,02	-0,49*
Емпатійне спонування	0,07	0,1	-0,03	-0,19

Примітка: *-значимість зв'язків при $p \leq 0,05$

Результати кореляційного аналізу свідчать про наявність наступних статистично значимих зв'язків.

Існує зворотній зв'язок між показниками задоволеності стосунками та фантазією у жінок, що мають стаж шлюбу більше 2 років ($r = -0,33$) та у чоловіків, що мають стаж шлюбу більше 5 років ($r = -0,41$). Такі зв'язки можуть бути пояснені тим, що надмірне фантазування, ідеалізація та романтизація можуть знижувати рівень задоволеності стосунками, якщо образ стосунків перестає відповідати ідеалізованим очікуванням.

Існує зв'язок між задоволеності стосунками та емоційним турбуванням. Для жінок, що мають стаж шлюбу до 2 років характерний позитивний зв'язок ($r = 0,31$), котрій свідчить про те, що більша емоційна чутливість, турбота про партнера та його емоційний стан є маркером гармонійних стосунків. Натомість для чоловіків із стажем

шлюбу до двох років навпаки характерний негативний зв'язок ($r = -0,4$), що свідчить про те, що надмірний прояв турботи може сприйматись як вторгнення в особисті кордони чоловіків, що буде опосередковувати зниження задоволеності стосунками, оскільки гармонійність у даному випадку буде змінюватись відчуттям емоційної напруги через недостатність приватності власних емоційних переживань.

Також виявлено кореляційний зв'язок між афективною емпатією та задоволеністю стосунками для чоловіків ($r = 0,34$) та жінок ($r = 0,77$) із меншим стажем шлюбних стосунків. Прямі зв'язки у даному випадку можуть свідчити про те, що високий рівень емоційного відгуку, прагнення розуміти партнера та співпереживати йому є фактором, що опосередковує збільшення рівня гармонійності стосунків. Натомість негативний зв'язок у групі досліджуваних чоловіків, що мають більший стаж шлюбу ($r = -0,49$) може означати, що занадто високий прояв співчуття та емоційної включеності може виявлятися виснажливим, настирливим, провокувати негативні емоції і тим самим знижувати відчуття задоволеності від подружніх стосунків.

Також виявлено зв'язок між задоволеністю стосунками та рівнем емоційного дистресу у жінок із більшим стажем шлюбу. Для жінок характерним є негативний зв'язок ($r = -0,33$), що говорить про відчуття емоційного виснаження від надмірної стурбованості станом партнера може спричиняти зниження рівня задоволеності та гармонійності у стосунках.

Для чоловіків із більшим стажем шлюбу характерною є позитивна кореляція між показниками задоволеності стосунками та когнітивної емпатії ($r = 0,53$). Даний зв'язок вказує на те. Що більший досвід у стосунках дозволяє досліджуваним чоловікам більш вправно аналізувати емоційний стан своїх партнерок, інтерпретувати їхні почуття та адаптуватись до них, що зумовлює вищий рівень задоволеності та гармонійності стосунків у даній групі досліджуваних.

Таким чином у парах з меншим стажем шлюбних стосунків задоволеність стосунками пов'язана з прагненням до емоційної підтримки та взаєморозуміння, проте надмірна включеність у емоційний стан партнера може сприйматись ними як порушення особистих кордонів що в свою чергу зумовлює зниження задоволеності

стосунками. У свою чергу у парах із більшим стажем шлюбу задоволеність стосунками може бути пов'язана із відчуттям емоційного виснаження, котре відчувають досліджувані з урахуванням тривалості відносин та постійної включеності в переживання партнера.

Висновки до третього розділу

1) Визначено, що, як для членів молодих пар, так і більш досвідчених, характерний досить високий рівень сформованості компонентів емпатії. Проте для чоловіків та жінок із меншим стажем шлюбу здебільшого характерна ідеалізація та романтизація стосунків, прагнення побудувати міцні відносини, засновані на компромісі та взаєморозумінні. Натомість для більш досвідчених пар така вираженість компонентів емпатії є свідомим набутого досвіду та високої адаптації один до одного, де надвисока емоційність може відходити на другий план.

2) Виявлено, що на початкових етапах стосунків (до 2 років) рівень внутрішньої та ідентифікованої мотивації в жінок вищий, що пов'язано з новизною стосунків та сильнішим емоційним зв'язком. З більшим досвідом у стосунках (більше 5 років) рівень знижуються, оскільки стосунки стають стабільними та звичними. Чоловікам із більшим стажем шлюбу характерний більший прояв інтегрованої мотивації, що свідчить про більш глибоке розуміння ролі стосунків у їхньому житті.

3) Проаналізовано, що для досліджуваних пар, що перебувають у шлюбі до двох років, жінкам характерний більший високий рівень задоволеності шлюбом, натомість для досліджуваних більш досвідчених пар, більш високими показниками задоволеності відрізняються чоловіки.

4) Виявлено, що романтична прихильність досліджуваних пар із меншим стажем шлюбу будується на прагненні до зближення, але також притаманними є деякі страхи та суперечливості, що пов'язані з початковим етапом адаптації подружжя один до одного. Натомість у тривалих стосунках зростає довіра, зменшуються фрустрація та ревності, але водночас дещо знижується прагнення до зближення та автономія.

5) За результатами кореляційного аналізу визначено наявність зв'язку між загальним рівнем емпатії та такими характеристиками якості шлюбних стосунків, як тип мотиваційної регуляції, а саме із амотивацією, екстернальним, ідентифікованим, інтегральним та внутрішнім типами, із загальним рівнем задоволеності стосунками, а також із такими особливостями романтичної прихильності, як фрустрація, прагнення до зближення, самопідтримка, амбівалентність, ревності та «чіпляння» за партнера.

Також виявлено зв'язки між загальними показниками задоволеності стосунками, що складають основу якісних шлюбних відносин, та такими компонентами емпатії, як фантазія, емоційне турбування, емоційний дистрес, а також афективною та когнітивною емпатією.

ВИСНОВКИ

1) Аналіз сучасної наукової літератури засвідчив, що емпатія передбачає можливість поставити себе на місце іншої людини, уявити, що вона переживає, її емоції та почуття, та відповідно враховувати їх у своїй реакції. Якість шлюбних стосунків — це сукупність емоційних, поведінкових та когнітивних характеристик взаємовідносин між партнерами, що відображає рівень задоволеності, підтримки, довіри, взаєморозуміння та взаємоповаги у шлюбі. Висока якість шлюбних стосунків передбачає гармонійні стосунки, де партнери відчують задоволення від спільного життя, зберігають емоційну близькість та демонструють взаємну емпатію і турботу. Якість сімейних стосунків, їх міцність та гармонійність є характеристикою, яка переважно залежить від ряду зовнішніх і внутрішніх факторів.

2) Встановлено, що, як для членів молодих пар, так і більш досвідчених пар, характерний високий рівень сформованості компонентів емпатії. Також встановлено, що в чоловіків рівень емпатії знижується з тривалістю стосунків, тоді як у жінок, навпаки, зростає, тобто чоловіки більше орієнтуються на співпереживання та розуміння емоцій партнера на ранніх етапах стосунків, тоді як жінки приходять до розуміння та глибинного співпереживання партнеру з набуттям досвіду.

3) Виявлено, що на початкових етапах стосунків жінки мають вищий рівень задоволеності стосунками, що пов'язано з новизною стосунків та сильнішим емоційним зв'язком, проте з більшим досвідом у стосунках рівень знижуються, оскільки стосунки стають стабільними та звичними. Для чоловіків, навпаки, характерна протилежна динаміка, оскільки на початкових етапах вони є менше задоволеними стосунками через втрату автономії та зміни в життєвому устрої, проте на пізніх етапах стосунків задоволеність має тенденцію до збільшення. Також виявлено, що романтична прихильність досліджуваних пар із меншим стажем шлюбу будується на прагненні до зближення, але також притаманними є деякі страхи та суперечливості, натомість у тривалих стосунках зростає довіра, зменшуються фрустрація та ревності, але водночас дещо знижується прагнення до зближення та автономія.

4) Встановлено, що в досліджуваних молодих парах існує прямий зв'язок між компонентами емпатії та такими показниками якості стосунків, як, наприклад, внутрішня мотивація, прагнення до зближення. Цей високий вияв емпатійності в молодих пар свідчить про прагнення пар встановлювати більш міцні емоційні зв'язки, розуміти стан партнера, а також про страх втратити партнера. Для пар, що мають стаж шлюбу більше п'яти років, прояв емпатійності безпосередньо пов'язаний із небажанням долучатися до процесу стосунків через вплив зовнішніх факторів на стосунки, а також прагненням до автономії та встановленням особистих кордонів. Також виявлено прямі зв'язки між задоволеністю шлюбними стосунками та проявом співчуття, включеності в емоційні переживання партнера, розуміння його емоційного стану в молодих парах та з набутим умінням враховувати точку зору своїх партнерів у парах із більшим стажем шлюбу.

5) З іншого боку, доведено, що існують зворотні зв'язки між емпатією та якістю шлюбних стосунків у досліджуваних парах із різним стажем шлюбу. Встановлено, що високий прояв емпатійності в молодих парах пов'язаний із зниженням задоволеності відносинами та прагненням до зближення у чоловіків, а також зниженням рівня страху втратити партнера та бажанням долучатися до процесу стосунків у жінок. У свою чергу, висока емпатійність у парах із більшим стажем шлюбу пов'язана зі зниженням прагнення зближуватися з партнером, зниженням страху втратити партнера, проте водночас із більшим рівнем внутрішнього комфорту та стабільності. Натомість задоволеність шлюбними стосунками має зворотній зв'язок із зниженням романтизації стосунків у молодих жінок та зниженням прагнення до емоційного турбування у молодих чоловіків. У жінок із шлюбів з більшим стажем висока емпатійність пов'язана з емоційною збалансованістю, у той час як у чоловіків, навпаки, високий прояв емпатії пов'язаний із зниженням прагнення романтизувати стосунки та зниженням прагнення зрозуміти та підтримати свого партнера.

Отже, висунута в роботі основна гіпотеза про існування прямого зв'язку між емпатією та якістю шлюбних стосунків була підтверджена частково, оскільки окрім

прямих зв'язків між емпатією та компонентами якості шлюбних стосунків також виявлено зворотні зв'язки.

Перспективу роботи вбачаємо в можливості проведення подальшого більш детального дослідження із залученням ширшої вибірки респондентів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- 1) Білоножко Є. П. Шлюбно-родинні взаємини як об'єкт філософського осмислення : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. філос. наук : спец. 09.00.03. К., 2010. 218 с.
- 2) Бондарчук О. Психологія сім'ї: Курс лекцій. Київ: МАУП, 2001. 96 с.
- 3) Волошок О. Соціально-психологічні чинники задоволеності шлюбом осіб періоду ранньої дорослості. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2019. Серія Психол. науки, № 3. С. 122–128. URL: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2019-3-17> (дата звернення 01.09.2024).
- 4) Войтко В. Етика сімейних відносин. Київ: Політвидав України. 2011. 70с.
- 5) Головаха Е. Психологія людського взаєморозуміння. Київ: Політвидав України. 2019. 189с
- 6) Гузар І. М. Попередження та вирішення подружніх конфліктів в соціально-педагогічній роботі. Студентські наукові студії: Молодіжний науковий журнал. Миколаїв: Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2018. С. 73–77.
- 7) Журавльова Л. Психологія емпатії. Житомир: Видавництво ЖДУ ім. І. Франка, 2007. 328 с.
- 8) Журавльова Л. П. Емпатія в системі особистісних чинників успішної управлінської діяльності / Л.П. Журавльова : [зб. наук. праць / ред. кол. С.Д. Максименко (гол. ред.) та ін.]. – К. : Наук. світ, 2008. – Т.1 : Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Ч. 20. / За ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки. – 2008. – С. 92-95.
- 9) Журавльова Л. П. Емпатійні ставлення та їх класифікація / Л.П. Журавльова // Соціальна психологія. – 2008. – № 5(31). – С. 39 – 46.
- 10) Захарченко В. Г. Готовність молоді до сімейного життя (соціально-психологічний аспект) // Психологія. Збірник наукових праць. – Київ: НПУ імені М.П. Драгоманова, випуск 24. – 2004. – С. 41–48.
- 11) Іванова-Коріневська Ю.О., Хомич Г.О. Емпатія у подружніх взаєминах як психологічний чинник збереження шлюбу. Переяслав: *Перспективи розвитку*

сучасної психології. - 2022. - № 10. - С. 15-20. URL: https://www.researchgate.net/profile/Dmytro-Kostenko-2/publication/362057620_Formatioin_of_resilience_of_personality_in_the_context_of_war/links/62d3a60fa6abd57c6aebff65/Formatioin-of-resilience-of-personality-in-the-context-of-war.pdf (дата звернення 15.05.2024).

12) Іващенко А. С. Психологічні чинники міжособистісних стосунків у молодих подружніх парах. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2012. № 5. С. 1-12.

13) Кісарчук З. Психологічна допомога сім'ї. Книга 1. Навч. посіб. Київ: Главник, 2006. 128 с.

14) Ковальов С. Психологія сімейних стосунків. Київ: Наука, 2011. 277 с.

15) Ковальчук, І. В. Особливості прояву емпатії у подружніх парах різного віку. Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук. Київ: Київський національний університет імені Тараса Шевченка. 2015. 205 с.

16) Котлова Л. О., Саух І. Д. Психологічні чинники задоволеності шлюбом на різних етапах подружнього життя. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2019. Випуск 1. С. 223–228.

17) Кравець В. Психологія сімейного життя: Навч. пос. Част. II. Тернопіль. 2005. 696с

18) Казьмірук А. Психологічні чинники задоволеності партнером у шлюбі. *Освіта і наука - 2022. : Зб. наук. пр. студентів за результатами звіт.-наук. конф.*, м. Київ. 2022.

19) Кучманіч І.М. Психологія сім'ї: навчально-методичний посібник. Миколаїв. 2018. 174 с.

20) Лисенко І. В. Соціально-психологічні фактори, які впливають на взаємопорозуміння між чоловіком та жінкою у шлюбі. Дніпро : ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет», 2023. 113 с.

21) Лисенко Л. М. Психологічні чинники задоволеності стосунками в подружніх парах. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018, № 5. С. 73-77.

22) Левицька Т. Л. Розвиток психологічної готовності студентської молоді до створення сім'ї: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.09 / Т. Л. Левицька; Національна академія державної прикордонної служби України ім. Богдана Хмельницького. – Хмельницький, 2009. – 20 с

23) Лопоніна Н. Є. Вплив рольових очікувань подружжя на характер сімейного спілкування: автореферат канд. психол. наук. Інститут соціальної та політичної психології АПН України. Київ, 2007. 25 с

24) Лопоніна Н. Є. Статеві-рольові стереотипи як соціально-психологічні детермінанти становлення особистості. Зб. наукових праць інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ. 2003, Т.5, Ч.5. С. 290-293.

25) Маценко Л. М. Педагогіка сімейного виховання: підручник. – Київ: ЦП «Компринт», 2015. – 376 с.

26) Петренко, О. М. Вплив емпатії на задоволеність шлюбом у молодих сімей. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія*, 1124, 2014. С. 12-17.

27) Помиткіна Л., Злагодух В., Хімченко Н., Погорільська Н. Психологія сім'ї. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Київ: Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2010. 270 с

28) Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі: навчально-наочний підручник / за заг. ред. О.М. Цільмак. Київ : Видавництво Ліра - К, 2020. 266 с. з іл.

29) Психологія сучасної сім'ї : навч. посіб. Кременчук: ПП Щербатих О. В., 2015. 136 с.

30) Солодчук С. Є. Сімейне консультування як вид психологічної допомоги сім'ї. Збірник Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами. 2007. 219 с.

31) Трубач А. В. Взаємозв'язок емоційної гнучкості та задоволеності шлюбом у подружніх стосунках. Запоріжжя : ЗНУ, 2021. 90 с.

32) Херсонський Б. Дворяк С. Психологія і психопрофілактика сімейних конфліктів. Київ. 2011. 189 с.

- 33) Хлопоніна Н.Є. вплив ролєвих очікувань подружжя на характер сімейного спілкування : Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук : 19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи. - Київ, 2007. 16 с.
- 34) Цільмак О.М. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі: навчально-наочний підручник. Київ : Видавництво Ліра - К, 2020. 266 с.
- 35) Burr W.R. Contemporary theories about the family / W.R.Burr –Vol. 2. General Theories. N.Y.: Free Press. 1970. P. 14-21
- 36) Levinger R. Marital cohesiveness and dissolution: an integrative review / R.Levinger . Journal of Marriage and the Family. 1965. Vol. 27. № 1. P. 19-28.
- 37) Roman Krznaric "The Empathy Paradox: When Understanding Others Hurts Your Relationships" 2014. 1221 p.
- 38) Renne K. Correlates of Dissatisfaction in Marriage / K.Renne . Journal of Marriage and the Family. 1970. Vol.32. № 1. P.54-68.
- 39) Hebb D. Drives and the C.N.C. (Conceptual nervous system) // Psychol. Rev. – 1955. – № 62
- 40) Jung C. G. Consciousness and the Unconscious: Lectures Delivered at ETH Zurich, Volume 2: 1934 / Edited by Ernst Falzeder. Copyright: 2022. 192 p.
- 41) Walsh F. The concept of family resilience: Crisis and challenge. Family Process, 35(3), 1996. P. 261–281. URL: <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1996.00261.x> (дата звернення 17.09.2024).

АНОТАЦІЯ

Краснікова К.Ю. Взаємозв'язок емпатії та якості шлюбних стосунків із різним стажем шлюбу / К.Ю. Краснікова – Харків : ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2024. – 53 с.

Кваліфікаційна робота присвячена дослідженню зв'язку між емпатією та якістю шлюбних стосунків у парах, котрі мають стаж шлюбу менше двох років та більше п'яти років. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів і загальних висновків, містить 11 таблиць, 2 рисунки, список використаних джерел, який складається з 41 найменування. Перший розділ роботи присвячений теоретичному дослідженню поняття емпатії, структури якості шлюбних стосунків, а також зв'язку рівня емпатійності подружжя з задоволеністю стосунками. У другому розділі представлено опис вибірки дослідження, що складається із 30 подружніх пар, розподілених на дві групи за критерієм тривалості шлюбних стосунків, а також опис діагностичних методик дослідження. Третій розділ роботи присвячений емпіричному дослідженню зв'язку між емпатією членів подружжя та характеристиками якості шлюбних стосунків.

Ключові слова: емпатія, емоційний зв'язок, якість шлюбних стосунків, шлюб, задоволеність стосунками, романтична прихильність, мотиваційні регуляції в романтичних стосунках

ANNOTATION

Krasnikova K. The relationship between empathy and the quality of marital relations with different length of marriage / K.Krasnikova - Kharkiv: V.N. Karazin Kharkiv National University, 2024. - 53 p.

In this paper, we have explored the relationship between empathy and the quality of marital relations in couples married for less than two years and more than five years. The work consists of an introduction, three chapters, conclusions for each chapter and general conclusions. The study also contains 11 tables, 2 figures, and a bibliography of 41 sources. The first chapter of this paper is focused on theoretical analysis of the concept of empathy,

the structure of the qualities of marital relations, as well as the connection between a spouse's empathy and relationship satisfaction. The second chapter presents a description of the research sample, which consists of 30 married couples divided into two groups based on the criterion of the duration of the marital relationship, along with a description of the diagnostic methods used in the current study. The third chapter of the work provides an empirical study of the relationship between the spouses' empathy and characteristics of the quality of marital relations.

Key words: empathy, emotional connection, quality of marital relationship, marriage, relationship satisfaction, romantic attachment, motivational regulation in romantic relationships