

*І.В. Ващенко, Л. В. Кондрацька*

## ОСОБЛИВОСТІ СІМЕЙНИХ ВЗАЄМИН У СУЧАСНИХ ПОДРУЖНИХ ПАРАХ

Сім'я як особлива система організації взаємин людей передбачає їх надто тісні взаємостосунки один із одним упродовж багатьох років. Однак дуже рідко двоє людей ідеально підходять одне одному. Життя не робить нам таких подарунків і приходиться адаптуватися, прилаштовуватися, вчитися цінувати, поважати думку іншого, пробачати його вчинки. Сімейне життя не зовсім гладкий процес, непоодинокими є випадки, коли під час відстоювання своєї незалежності, між подружжям виникають конфлікти.

Актуальність вивчення сімейних конфліктів обумовлена як потребою теоретичної розробки поставленої проблеми, так і вимогами практики, яка потребує адекватних методик для виявлення сімейних конфліктів, психотерапевтичних і психокорекційних програм, спрямованих на їх психологічне вирішення.

Аналіз стану теоретичної та експериментальної розробки досліджуваної проблеми дозволив виокремити певні напрями, за якими здійснюються дослідження: вивчення факторів, які впливають на виникнення та перебіг вікового становлення особистості (А.М. Ануфрієва, І.А. Грабська, О.О. Донченко, Н.Ю. Максимова, Л.Е. Орбан, Т.М. Титаренко); вивчення місця й ролі психологічного консультування і психотерапії при розв'язанні сімейних конфліктів (Л.Ф. Бурлачук, Б.І. Хасан, Б.Г. Херсонский).

Незважаючи на значну кількість досліджень, слід відзначити деяку фрагментарність підходів у дослідженні сімейних конфліктів. Недостатньо, на нашу думку, вивчено ряд проблем, до яких слід віднести: відсутність чітких визначень сімейних конфліктів; недостатньо розроблена процедура психологічної діагностики сімейних конфліктів.

Об'єктом дослідження – процес переживання сімейних конфліктів.

Предметом дослідження – психологічні особливості сімейних конфліктів.

Мета дослідження – розкрити фактори, що впливають на виникнення сімейних конфліктів; виявити особливості виникнення та протікання сімейних конфліктів.

Для досягнення мети дослідження були поставлені наступні завдання: 1) визначити причини виникнення сімейних конфліктів; 2) дослідити психологічні особливості сімейних конфліктів.

В дослідженні приймали участь 80 студентів, з яких 27 чол. перебувають у шлюбі від 1 до 10 років. Вік опитуваних від 18 до 29 років.

Провідними методами дослідження були методики: “Особиста агресивність та конфліктність” (В.П. Ільїн, П.А. Ковальов) – для з'ясування схильності суб'єкта до конфліктності або агресивності як особистісних характеристик; діагностика схильності особистості до поведінки у конфліктній ситуації (К. Томас) – для з'ясування тенденції до проявлення відповідних форм поведінки в конфліктних ситуаціях; диференціально-аналітичний опитувальник Пезешкіана – для виявлення конфліктних зон у подружніх пар.

За результатами дослідження з'ясувалося, що у 3,3% респондентів конфлікти в сім'ї виникають кожен день, 50,0% – один раз на тиждень, 36,7% – один раз на місяць, 10,0% – один раз на півроку. Розподіл частоти виникнення сімейних конфліктів залежно від стажу шлюбу наведено у табл. 1. Аналіз даних представлених у табл. 1. свідчить про те, що у сім'ях із стажем шлюбу до 3-х р. більшість сімейних конфліктів (50%) становлять конфлікти, що виникають один раз на місяць. Відносно сімей із стажем шлюбу від 3 до 10 років (47,6%) і сімей зі стажем понад 10 років (66,4%) найбільше виникає конфліктів один раз на тиждень.

Таблиця 1

Частота виникнення сімейних конфліктів залежно від стажу шлюбу

Частота виникнення конфліктів	Стаж шлюбу		
	до 3-х р.	від 3-х до 10 р.	більше 10 р.
Кожен день	16,7%	4,8%	-
Один раз на тиждень	33,3%	47,6%	66,4%
Один раз на місяць	50,0%	42,9%	33,6%
<b>Один раз на півроку</b>	-	4,7%	-

Загальна тривалість сімейних конфліктів від 0,5 годин до 2 днів (див. табл. 2). Математична обробка

даних була проведена за допомогою методу куткового перетворення Фішера.

Таблиця 2

Взаємозв'язок між стажем шлюбу та тривалістю конфлікту

Стаж шлюбу	Тривалість конфлікту
до 3-х років	від 1 до 3 годин
від 3-х до 10 років	від 1 години до 2 днів
більше 10 років	від 1 до 2 годин

Тривалість конфлікту в деякій мірі залежить від стажу шлюбу.

Стаж шлюбу впливає на спосіб вирішення подружніх конфліктів у сім'ях: 83,3% – молодят, 47,8% – зі стажем від 3 до 10 років, 66,7% – зі стажем шлюбу понад 10 років при вирішенні конфліктів найчастіше приходять до компромісу, але незважаючи на це под-

ружжя з середнім стажем шлюбу (3-10 р.) – 33,3% і подружжя зі стажем понад 10 років (33,3%) відмічають, що в їх сім'ях іноді виникають затяжні конфлікти і важко відповісти чим завершиться їх вирішення. Дане явище може призвести до підвищення рівня тривожності, агресивності, виникнення депресивного стану, що негативно впливає на шлюб (див. табл. 3).

Таблиця 3

Взаємозв'язок між стажем шлюбу та вирішенням сімейних конфліктів

Способи вирішення конфлікту	Стаж шлюбу		
	до 3-х років	від 3 до 10 років	більше 10 років
Компроміс	83,3%	47,8%	66,7%
Конфлікт вирішується на користь одного із конфліктуючих	16,7%	14,3%	-
Конфлікт є затяжним і важко сказати як він вирішиться	-	33,3%	33,3%
Конфлікт не вирішується загалі	-	4,8%	-

Для виявлення проблемних зон, що призводять до виникнення сімейних конфліктів ми використовували диференціально-аналітичний опитувальник. Після проведених обрахунків нами були отримані наступні дані (див. табл. 4). Проблемними зонами, що призводять до виникнення сімейних конфліктів у сім'ях студентів

ХНПУ є: ввічливість, вірність, любов, слухняність. Це може бути пов'язане із специфікою їх діяльності, тобто, ненормований робочий день, постійне спілкування тощо. У студентів НУВС сімейні конфлікти зумовлюють: пунктуальність, вірність, чесність, любов, час.

Таблиця 4

Якості	Студенти ХНПУ	Студенти НУВС	P
Пунктуальність	13,3%	13,3%	-
Слухняність	16,7%	10,0%	-
Ввічливість	25,0%	6,7%	p<0,05
Чесність/відвертість	10,0%	13,3%	-
Вірність	23,3%	16,7%	-
Справедливість	6,7%	10,0%	-
Надійність	6,7%	10,0%	-
Любов	25,0%	13,3%	p<0,05
Терпіння	20,0%	10,0%	p<0,05
Час	10,0%	13,3%	-
Довіра	6,7%	10,0%	-
Контакти	10,0%	10,0%	-
Сексуальність/секс	6,7%	10,0%	-
Релігійність/віра		6,7%	-

Математична обробка результатів проводилась за допомогою методу куткового перетворення Фішера.

Серед показників, з приводу яких виникають сімейні конфлікти у студентів обох вузів, співпадають у відношенні таких якостей, як: ввічливість – 25,0% (ХНПУ) і 6,7% (НУВС); вірність – 23,3% (ХНПУ) і 16,7% (НУВС); любов – 25,0% (ХНПУ) і 13,3% (НУВС); терпіння – 20,0% (ХНПУ) і 10,0% (НУВС). Подібність значущих якостей, які призводять до виникнення сімейних конфліктів у сім'ях студентів обох вузів, обумовлена стажем шлюбу, а їх відмінності особливостями виховання.

Щодо причин сімейних конфліктів, то їх існує велика кількість, про що свідчать відповіді респондентів. У кожній подружньої пари, яка має певний досвід сімейного життя, причини сімейних конфліктів різні. Так, 56,7% респондентів відмітили, що сімейні конфлікти виникають через наявність одних і тих же причин, а 43,3% досліджуваних – наявністю різних причин. Серед вказаних досліджуваними причин сімейних конфліктів відмічені такі:

- **незадоволення потреби у значущості свого "Я", неповага почуття гідності з боку партнера** – 5,1% досліджуваних. Стійкість "Я-концепції" підтримується сталістю очікуваних форм взаємин і спілкування з боку соціального оточення. Взаємини, засновані на психічній підтримці, взаєморозумінні, емоційному комфорті, відіграють важливу роль в усвідомленні значимості і цінності свого "Я". Відсутність уваги, турботи, згоди, психічної підтримки з боку чоловіка (жінки) приводить до незадоволеності в іншого потреби в любові, повазі, у відчутті своєї значимості, у збереженні почуття власної гідності, необхідних для підтримки "Я-концепції" кожної людини.

Чоловік може очікувати, що його дружина буде

йому одночасно коханою, товаришем, домогосподаркою, матір'ю; розпоряджатися його доходами чи сама заробляти гроші для родини; представляти родину в соціальному житті співтовариства. Дружина може очікувати, що її чоловік буде її коханим, товаришем, годувальником родини, батьком і дбайливим господарем будинку. Ці різноманітні функції, виконання яких очікують один від одного шлюбні партнери, часто припускають зовсім протилежні види діяльності і риси характеру. І вони далеко не завжди можуть бути сполучені в одній людині. Нездатність до виконання однієї з цих функцій може привести до стану незадоволеності найважливіших потреб, а отже, до постійно високого рівня напруги в житті подружньої пари. Які саме потреби є домінуючими, які цілком задовольняються, які задовольняються частково, а які не задовольняються взагалі – усе це залежить від особливостей особистості подружжя і від особливостей середовища, в якому існує ця подружня пара. Манера реагування партнерів знайти різноманітні сполучення задоволення потреб і фрустрації – емоції чи розум, боротьба чи прийняття – ще більше збільшує розмаїття умов, що мають принципове значення для розуміння конфліктів між конкретними людьми;

- **важкі фінансові й побутові умови** (погіршення матеріального стану сім'ї; надмірна зайнятість одного або обох подружжів на роботі; неможливість нормально працевлаштуватися; тривала відсутність житла; відсутність пристрою дитини у дитсадок, школу) – 67,2% досліджуваних. Ведення господарства для сучасних подружніх пар не актуальне, особливо для жінок, – вони розраховують на активну допомогу чоловіків, які відзначаються високим рівнем домагань щодо виконання господарчо-побутових обов'язків жінкою;

• **незадоволення потреби в позитивних емоціях** (відсутність ласки, турботи, розуміння) – 12,7% досліджуваних. Як чоловіки, так і жінки намагаються отримувати психологічну підтримку від партнера, при цьому вимоги до себе у виконанні даної функції значно занижені;

• **неадекватні ролі очікування** – 17,5% досліджуваних. До шлюбу кожен із подружжів формує в своїй уяві роль майбутнього чоловіка або дружини із досвіду батьків, розповідей знайомих і друзів, прочитаних книжок, переглянутих кінофільмів. Але в реальному житті кожен із подружжів виконує одночасно декілька ролей (роль чоловіка, батька, сина, працівника установи), що вимагає значних фізичних витрат і моральних сил. Якщо в реальному сімейному житті ролі очікування не підтверджуються, тоді це викликає розчарування і, як наслідок, виникнення конфлікту;

• **несумісність характеристик, неповага, грубість** – 6,4% досліджуваних. Несумісні за характером люди за всіма ознаками не повинні поєднуватися. Удари, породжені несумісністю, вражають абсурдністю, безглуздістю і незначними приводами для зіткнення. Їх можна уникнути, але лише в тому випадку, якщо один з членів подружжя почне працювати над собою, роблячи героїчні зусилля по приборканню свого характеру. Інший спосіб уникнути ударів – не заводити родину;

• **відмінність поглядів на сумісне подружнє життя, виховання дітей, ставлення до батьків або родичів** – 4,8% досліджуваних. Сучасні жінки розраховують на більш активну участь чоловіків у вихованні дітей, ніж вони самі від себе вимагають. Безвідповідальність або надмірна вимогливість до себе кожного з членів подружжя щодо виконання батьківської-виховної функції;

• **обмеження свободи, активності дій, самовиразу членів сім'ї** – 13,4% досліджуваних. Обидва члени подружжя прагнуть максимальної соціальної активності для себе і значно обмежують у своїх очікуваннях соціальну активність партнера;

• **девіантна або делінквентна поведінка одного із членів сім'ї** (алкоголізм, наркоманія, позбавлення волі) – 0,3% досліджуваних;

• **авторитарний, жорсткий тип взаємин, який склався в сім'ї в цілому** – 1,8% досліджуваних;

• **авторитарне втручання родичів в подружні стосунки** – 36,4% досліджуваних;

• **сексуальна дисгармонія партнерів по шлюбу** – 26,5% досліджуваних. Сексуальна несумісність може виникати через відмінність темпераментів; розходження еротичних смаків і пристрастей; різницю в досвіді; різне ставлення до сексу (один “помішаний” на сексі, а для іншого секс на останньому місці в ієрархії життєвих цінностей). Якщо сексуальна несумісність у шлюбі приводить одного з членів подружжя до незадоволеності життям, то привід до конфлікту в наявності.

До найбільш розповсюджених причин, що породжують конфлікти між членами подружжя, були зазначені:

• **різниця життєвих інтересів** – 2,7% досліджуваних. На перших етапах шлюбу молодята здаються один одному схожими, а існуючі розбіжності вважаються несуттєвими. Дрібниці, що виникають, на тлі об'єднуючого енергетичного поля не помічаються ними, оскільки переважає їх шалений інтерес один до одного. Однак час розводять інколи близьких людей, показуючи, що дійсної близькості насправді не було, а була лише красива й оманна ілюзія. І чим далі по життю, тим ця сумна реальність стає все ясніше. У такій родині, як правило, постійні конфлікти;

• **конкуренція, боротьба за владу** – 11,3% досліджуваних. Члени подружжя, які вирішили з'ясувати “хто в хаті господар”, не роблять це чемно і “політично коректно”, як депутати Європарламенту. Конкуренція тут заснована на зіставленні себе з іншим членом подружжя і переживанні власної неповноцінності на тлі чужих успіхів.

Боротьба за владу в родині – це не тільки бій із тим, хто більше її забезпечує, заробляє. Це ще прояв самості, що не терпить поруч сильної і самостійної волі іншої людини. Стверджуючи владу неминуче конфліктує, тому що прагне зменшити роль іншого. Він змінює сформовану систему уявлень, прагне до лідерства;

• **недолік взаємної компліментарності, теплоти** – 1,8% досліджуваних. Родина – це місце, куди люди приходять у пошуках тепла, а якщо там його не знаходять, мимоволі шукають емоційної підтримки на іншій території. Кожен випадок унікальний, але в його основі завжди – відсутність любові до своєї половини, глибинний егоїзм, егоцентризм. Дружина (чоловік), що очікує тепла, але наштовхується на крижану байдужість, виходить із себе і відповідає або прямою агресією, або депресією, що представляє сховану агресію проти самого себе. Навіть якщо він (вона) буде тривалий час стримувати себе і страждати, рано чи пізно відбудеться вибух.

Конфлікти, що відбуваються через недолік тепла, як правило, дуже жорстокі. Напевно, багато хто був свідками сцен, які влаштовували один одному члени подружжя, що усвідомили раптом, що їх розлюбили. Більшість людей, опинившись в такій ситуації, не можуть погодитися з цією долею і починають бунтувати. Замість аналізу, що призвело до серйозної помилки, сумного фіналу і як можна змінити ситуацію, подружжя починає зганяти тугу і лють один на одному;

• **різновиди несумісності** (психологічна, сексуальна, аурична, релігійна, духовна) – 43,2% досліджуваних.

Психологічна несумісність може виникати через брак загального у взаєминах людей і занадто великі розходження в емоційних реакціях, смаках, інтересах, бажаннях, поглядах, цілях, характерах.

Сексуальна несумісність породжує прямі прояви агресії, які виникають як у момент безпосередньої інтимної близькості, так і в будь-який інший час, стає основою незадоволеності життям.

Аурична (психоенергетична) несумісність відноситься до розбіжності тонких структур – це розбіжність аур. При близькій взаємодії подружжя це приводить до ударів і відторгнення. Може проявлятися на колірному, вібраційному і силовому рівнях. Аурична несумісність, у силу своєї більш тонкої природи, породжує більш глибоку розбіжність між людьми.

Сімейні сварки на релігійному ґрунті носять яскраво виражений ідеологічний характер хоча нерідко за допомогою нападів на віру дружина (чоловік) виходять із своїх егоїстичних цілей. При цьому ступінь інтенсивності і гостроти конфліктів залежить не тільки від того, яка віра людини, але і від її глибини і серйозності;

• **перенасичення потреби** – 26,4% досліджуваних. Потреби провокують напругу не тільки тоді, коли вони не задоволені, але й тоді, коли їх реалізація привела до перенасичення. Надмірна кількість консуматорних дій приводить до перенасичення не тільки в сфері тілесних потреб, таких, як секс, але також і того, що стосується потреб власне психологічних (соціальна активність, виховання дітей, гра в більярд, кулінарія). Напруга, що виникає внаслідок перенасичення, нітрохи не менш інтенсивна і не менш емоцій-

на, чим та, що є результатом фрустрації. Таким чином, якщо кількість консуматорних дій, необхідних кожному з партнерів для задоволення тієї чи іншої потреби, не збігається, цю проблему вирішити не так вже просто. У цьому випадку неможливо орієнтуватися на більш незадоволеного партнера, оскільки той обсяг дій, що потрібно йому для реалізації потреби, може виявитися надмірним для партнера, чия потреба не так велика. У відношенні таких потреб, як танці чи інша соціальна активність, менш задоволений партнер може почати шукати задоволення на стороні. Однак найчастіше, особливо коли мова йде про сексуальну потребу, це не може не позначитися самим катастрофічним образом на подружньому житті.

Коли сексуальний голод задовольняється настає пересичення. Якщо в сексуальній сфері не буде досягнуто певного балансу, що забезпечує достатнє задоволення потреби обох партнерів, стабільність шлюбу виявиться під сумнівом. Оскільки віднайти двох людей, у яких був би зовсім однаковим ритм сексуального життя, манера сексуального задоволення дуже складно, необхідно розвивати взаємну адаптацію.

Забезпечення основи існування людини, наявність “грунту під ногами”, дозволяє людині уникати почуття незахищеності, приниженості. Саме в сім’ї людину приймають і захищають від негараздів зовнішнього світу, дають зрозуміти, наскільки вона дорога як особистість. Саме цим можна пояснити, чому жінки так часто сприймають недостатню щирість і фінансову неспроможність чоловіка як причини нещастя в шлюбі. Навіть подружнє невірність не впливає на уявлення про ситуацію і стабільність загального соціального ґрунту так сильно, як відсутність довіри. Недостатня довіра приводить до загальної невизначеності ситуації.

Крім цього, існують *фактори, що впливають на конфліктність* подружніх відносин. До них відносяться кризові періоди у розвитку сім’ї:

1) перший рік подружнього життя - *адаптація один до одного*, коли два “Я” стають одним “Ми”. Відбувається еволюція почуттів, закоханість зникає і чоловік (дружина) з’являються один перед одним такими, які вони є;

2) другий кризовий період - *ява дітей*. Ще незміцніла система “Ми” піддається серйозному іспитові. Погіршуються можливості професійного росту подружжя. У них стає менше можливостей для вільної реалізації в особисто-привабливій діяльності (захоплення, хобі). Утома дружини, зумовлена доглядом за дитиною, може привести до тимчасового зниження сексуальної активності. Можливі зіткнення поглядів подружньої пари і їх батьків із проблем виховання дитини;

3) третій кризовий період збігається із середнім подружнім віком – *одноманітність вражень*. Багаторазове повторення одних і тих самих вражень у подружжя викликає насичення один одним. Цей стан називають голодом почуттів, коли настає “ситість” від старих вражень і “голод” за новими;

4) четвертий період конфліктності відносин настає *після 18 – 24 років спільного життя*. Його виникнення часто збігається з наближенням періоду еволюції, виникненням почуття самотності, пов’язаного з відходом дітей, що підсилюється емоційною залежністю дружини, її переживаннями з приводу можливого прагнення чоловіка сексуально виявити себе на стороні, “поки не пізно”.

Перелік факторів конфліктності родини був би неповним, якщо не назвати макрофактори (зміни, що відбуваються в сучасному суспільстві), а саме: ріст соці-

льного відчуження; орієнтація на культ споживання; девальвація моральних цінностей, зокрема, традиційних норм сексуальної поведінки; зміна традиційного положення жінки в родині (повна економічна самостійність жінки або синдром домогосподарки); кризовий стан економіки, фінансів, соціальної сфери держави.

У залежності від частоти, глибини і гостроти конфліктів виділяють кризові, конфліктні, проблемні та невротичні родини.

Кризова родина - протистояння інтересів і потреб, носить гострий характер і захоплює важливі сфери життєдіяльності родини. Члени подружжя займають непримиренні і навіть ворожі позиції відносно один до одного, не погоджуючись ні на які поступки. До кризових шлюбних союзів відносяться ті сім’ї, які розпадаються або знаходяться на грані розпаду.

Конфліктна родина – це родина, в якій між членами подружжя знаходяться постійні сфери, де їх інтереси зіштовхуються, породжуючи сильні і тривалі негативні емоційні стани. Однак шлюб може зберігатися завдяки іншим факторам, а також поступкам і компромісним рішенням конфліктів.

Проблемна родина – це родина, в якій досить тривалий час існують труднощі, здатні завдати відчуженого удару стабільності шлюбу (відсутність житла, тривала хвороба одного з членів подружжя, відсутність засобів на утримання родини, позбавлення волі). У таких родинях ймовірне загострення взаємин, поява психічних розладів.

Невротична родина – це родина, в якій спостерігається нагромадження впливу психологічних труднощів на її життєвому шляху. Характерними ознаками такої родини є: підвищена тривожність подружжя, розлад сну, емоції з будь-якого приводу, підвищення агресивності тощо.

За результатами нашого дослідження ми дійшли висновку про те, що:

- причини сімейних конфліктів бувають загального характеру (людська недосконалість, особиста установка до партнера за шлюбом, недосконалі освіта з питань шлюбу);

- найбільш розповсюдженими причинами сімейних конфліктів є такі: різниця життєвих інтересів; конкуренція, боротьба за владу; нестача взаємної компліментарності, теплоти; різновиди несумісності; перенасичення потреби.

- частота і гострота сімейних конфліктів залежить від типу родини (кризова, конфліктна, проблемна, невротична);

- найбільш сильно сімейні конфлікти позначаються на психологічному стані кожного члена сім’ї (сімейна незадоволеність, сімейна тривога, нервово-психічна напруга, стан провини). При цьому, стан повної сімейної незадоволеності виникає в наслідок конфліктних ситуацій, в яких виявляється помітна розбіжність між уявленнями індивіда про родину і її дійсне життя. До ознак сімейної незадоволеності відноситься: нудьга, безбарвність життя, відсутність радості, ностальгічні спогади про час до шлюбу, скарги навколишнім на труднощі сімейного життя. Накопичення від конфлікту до конфлікту сімейної незадоволеності виражається в емоційних вибухах, істериках.

Сімейна тривога з’являється після великого сімейного конфлікту. Її ознаками є сумніви, страхи, побоювання.

Нервово-психічна напруга – одне з основних психотравмуючих переживань, яке виникає через перебування людини в ситуації постійного психоло-

гічного тиску, важкого чи безвихідного положення (наявність перешкод для прояву важливих почуттів, задоволення потреб; наявність постійного внутрішнього конфлікту). Вона виявляється у дратівливості, поганому настрої, порушеннях сну, приступах люті.

Стан провини залежить від особистісних особливостей. Людина почуває себе перешкодою для навколишніх, винуватцем будь-якого конфлікту, схильна сприймати на свою адресу докори і обвинувачення членів родини до себе у будь-якій ситуації, навіть, коли безпосередня причетність до ситуації відсутня.

Уникнути зазначених негативних психологічних

наслідків сімейних конфліктів, зберегти самопочуття людини, її психічний стан і здоров'я, злагоду і спокій у родині сприяє запровадження психопрофілактики конфліктів, яка полягає у психологічній освіті (обізнаність і вміння застосовувати активні методи типу ігрових психотехнік, тренінгові психотехнології, методи групової психотерапії, захисні психологічні механізми, аутотренінги) потенційних або реальних учасників конфлікту, а також передбачає безпосередню роботу в групах ризику і напруги, у групах з високим рівнем конфліктності та ескалації конфліктів.

*Подано до редакції 08.04.05*

---